

# Réseau et soutien : les avantages du mentorat

Linna Tam-Seto, Ph. D., O.T. Reg. (Ont.)  
Associée de recherche  
Université McMaster

Symposium  
sur les TSM  
16 septembre 2021



# Question de recherche



À quoi ressemblerait un programme de mentorat visant à soutenir les femmes dans les Forces armées canadiennes, qui tiendrait compte de leurs besoins particuliers et qui serait adapté sur le plan culturel?





# Expériences de mentorat

## « Grandir grâce au mentorat... »

« En toute honnêteté, j'ai vraiment apprécié mon expérience. J'ai trouvé ça très gratifiant. Au tout début de ma carrière, j'ai eu la chance incroyable de croiser des femmes qui ont été pour moi des mentores et j'aimerais beaucoup l'être à mon tour pour d'autres femmes. »  
[traduction]

« Elles étaient de grandes leaders et de bonnes mentores. Certaines d'entre elles sont demeurées mes mentores jusqu'à leur retraite, il y a quelques années. Oui! J'ai eu la chance de rencontrer ces personnes au tout début de ma carrière. Alors, pour moi, être mentore, c'est un peu comme donner au suivant, un témoignage de respect, mais aussi une responsabilité. » [traduction]

« La première fois de ma vie que j'ai interagi personnellement avec une femme [*officière de haut rang*], je me suis dit : "Eh merde! Si elle peut être une [*officière de haut rang*], moi aussi je le peux". Ça a été comme une révélation. C'est ce moment-là qui a éveillé mon intérêt pour le mentorat. J'étais tout le temps près d'elle et je l'ai vue interagir avec des officiers masculins et d'autres membres du personnel, et ça a changé beaucoup de choses pour moi. J'étais motivée et j'avais envie d'aider. » [traduction]

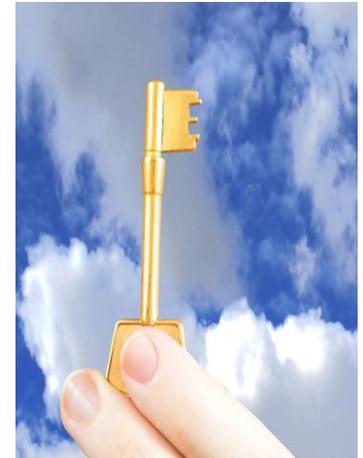
# S'y retrouver dans le « système » quand on est une femme

## Développement psychosocial

« Je leur fais part de mes expériences personnelles, de ce qui a fonctionné et de ce qui n'a pas fonctionné, et je leur explique comment les choses ont changé... Les défis que j'ai dû relever il y a 25 ans ne sont pas les mêmes que ceux qu'elles ont à relever aujourd'hui. Je leur montre aussi les options qui s'offrent à elles de nos jours... comme les Services aux familles des militaires. Il y a 25 ans, de tels services n'existaient pas... Il y a donc un ensemble de choses. Je peux leur donner des conseils sur ce qui a fonctionné ou non pour moi. » [traduction]

## Avancement professionnel

« Je leur demande : “vous voulez une promotion?” Voici ce que vous devez faire pour être promue. Le système est le système. Je ne peux pas changer ce système. Je peux leur dire comment le système fonctionne et la meilleure façon de progresser... Je peux donc les aider à apprendre les règles. Ce que je fais, c'est leur expliquer le système. Comment utiliser au mieux le système pour arriver à leur but. Non pas pour l'exploiter, mais pour l'utiliser de façon optimale. » [traduction]



## Expériences communes

« Je dirais que les femmes viennent me voir pour différentes raisons... Elles savent que j'ai été victime d'inconduite sexuelle... d'agression sexuelle, lorsque j'étais au collège militaire. Elles en ont entendu parler et m'ont contactée à ce sujet parce qu'elles ont aussi été confrontées à une situation similaire, et qu'elles veulent des conseils, de l'aide et être en mesure d'avancer sur le plan professionnel. Elles se sont dit que je serais pour elles une bonne mentore quant à la façon de poursuivre une carrière malgré de telles difficultés en début de parcours. »

[traduction]

## Essentiel à la réussite

« Quand nous nous sommes enrôlées dans les forces armées, nous, les femmes, n'avions personne pour nous épauler. Lors de ma première affectation... nous étions tous des *[type de grade]*, il y avait une femme *[type de grade]*, mais personne d'un grade supérieur. Il n'y avait personne pour nous guider sur des choses comme le fait de fonder une famille et d'autres trucs du genre, parce que personne ne l'avait jamais fait. J'étais en fait la première femme de toute *[l'unité]* à être officière et à avoir un bébé. La présence de femmes au sein de *[l'unité]* était encore relativement récente, alors nous n'avions personne à qui nous adresser. Donc, au fil des ans, lorsque des personnes plus jeunes se sont jointes à nos rangs, elles m'ont demandé : "Comment arrive-t-on à trouver un équilibre avec les enfants?", "Comment peut-on participer à un déploiement quand on a des enfants?" J'étais en quelque sorte une mentore, bien qu'il n'ait jamais été officiellement question de mentorat. » [traduction]

# Créer une structure de soutien



« Oh, j'estime que [les avantages sont] énormes dans les FAC. Je pense que nous voulons toutes voir quelqu'un qui nous ressemble, qui est dans la même situation que nous ou qui a vécu la même chose que nous, pour confirmer que nous avons une place et que ce qu'on pense ou ce qu'on ressent a aussi sa place. Je crois qu'il arrive aux femmes de vraiment se sentir rejetées, et ça peut être très intimidant d'être la seule femme assise autour d'une table. » [traduction]

# Aller de l'avant : mettre en place une structure de soutien

« J'ai contacté [mes mentorées] pour leur en dire plus au sujet du recours intenté pour inconduites sexuelles. Je leur ai envoyé un courriel disant : "Si vous êtes comme moi, lorsque vous avez reçu le courriel, vous étiez probablement contentes que quelque chose soit enfin fait, bien que vous n'ayez pas l'intention d'y participer vous-même. Vous l'avez probablement supprimé sans même cliquer sur le lien". Je leur ai dit : "Voici quelques informations que j'aimerais que vous ayez, car elles m'ont aidée à prendre ma décision et amenée à changer d'avis, avant de remplir le formulaire"... Juste quelques détails envoyés par courriel à tout le monde. La réponse a été plutôt positive... Je leur ai aussi dit : "Vous savez, vous ne vous rendez peut-être pas compte que vous avez été victime de harcèlement sexuel, parce qu'à l'époque, c'était tellement courant et répandu; tout le monde parlait et se comportait de cette façon, mais il s'agit bel et bien de harcèlement. » [traduction]



[Cette photo](#) d'un auteur inconnu est sous licence [CC BY-NC-ND](#).

# Amplifier leurs voix

« Je crois que la génération qui me suit est en désaccord avec certains comportements ou aspects négatifs de la culture militaire, qui étaient pourtant tolérés au moment où je me suis moi-même enrôlée. Je pense donc que les nouvelles venues rejoignent nos rangs à un moment plutôt stimulant, alors qu'elles peuvent aujourd'hui se faire entendre lorsqu'il est question d'inconduite sexuelle ou de conduite haineuse, notamment grâce à des initiatives comme l'opération HONOUR. Je crois qu'on peut désormais parler de ces choses-là et que les gens ont enfin la possibilité de dénoncer les comportements inacceptables. Mon impression est qu'à mon arrivée dans les forces armées, ce genre de choses se produisait à bien des égards, mais personne n'osait les dénoncer. » [traduction]



[Cette photo](#) d'un auteur inconnu est sous licence [CC BY](#).

## Un rôle pour le mentorat

1. Crée une structure et un réseau de soutien
2. Procure un espace sécuritaire favorable aux échanges et à la validation des expériences
3. Amplifie leurs voix
4. Augmente la visibilité des femmes



Merci

**Équipe de transcription** : Bibi Imre-Millei, Melika, Anna, Maddy, Elana, Claire et Kaiya

**PM 1 Robert (Sean) Wilcox**

Centre de développement de l'instruction des Forces canadiennes, Forces armées canadiennes

**À toutes les femmes et à tous les hommes des FAC**

*\*Merci de servir notre pays!\**



**CDSN**  
THE CANADIAN DEFENCE AND  
SECURITY NETWORK





**Linna Tam-Seto, Ph. D., O. T. Reg. (Ont.)**  
Associée de recherche  
Trauma and Recovery Lab  
[tamsetol@mcmaster.ca](mailto:tamsetol@mcmaster.ca)  
Twitter : @linnaseto