



Aide aux Travailleurs
Accidentés

5 Critères pour le harcèlement psychologique

Critère	Définition	Exemple
CONDUITE VEXATOIRE	Cette conduite est humiliante, offensante ou abusive pour la personne qui la subit. Elle blesse la personne dans son amour-propre et l'angoisse. Elle dépasse le cadre normal du travail.	<ul style="list-style-type: none">- Blesses la personne dans son amour-propre- La traiter de manière humiliante ou offensante- Isoler la personne ou l'ignorer- Langage cru, blague grivoise- Attitude agressive ou menaçante- Blague sexiste, avance, remarque sur le physique
CARACTÈRE RÉPÉTITIF	Considérés de manière isolée, les gestes peuvent paraître inoffensifs. C'est l'accumulation qui devient du harcèlement. Cependant, un seul acte grave peut constituer du harcèlement.	On doit analyser l'ensemble des faits.
PAROLES, GESTES OU COMPORTEMENTS HOSTILES OU NON DÉSIRÉS	Les paroles, les gestes ou les comportements reprochés doivent être perçus comme malveillants, hostiles ou non désirés. S'ils sont à caractère sexuel, ils pourraient être reconnus comme du harcèlement même si la victime n'a pas exprimé clairement son refus.	<ul style="list-style-type: none">- Quelqu'un qui se conduit de manière agressive, défavorable, menaçante ou belliqueuse- Regards ou gestes méprisants
ATTEINTE À LA DIGNITÉ OU À L'INTÉGRITÉ	Le harcèlement psychologique ou sexuel a un impact négatif sur la personne. Il peut y avoir des impacts tant sur le plan personnel que professionnel. La santé physique de la personne harcelée peut aussi en souffrir. Le harcèlement laisse des marques.	<ul style="list-style-type: none">- Atteinte psychique ou physique (effets sur la santé) : maux de tête, insomnie, fatigue, manque d'appétit, maux de ventre, angoisse, dépression, anxiété, dévalorisation, sentiment de dénigrement- Manque de respect qui provoque une perte d'estime de soi
MILIEU DE TRAVAIL RENDU NÉFASTE	Le harcèlement psychologique ou sexuel rend le milieu de travail néfaste pour celui qui en est victime.	<ul style="list-style-type: none">- Milieu de travail nuisible- Psychologiquement défavorable- Dommageable- Isolement de ses collègues



**Aide aux Travailleurs
Accidentés**

CONSÉQUENCES

Conséquences physiques	<ul style="list-style-type: none">- Maux de tête, troubles du sommeil (cauchemars, insomnie)- Vertiges, tremblements, nausées, perte ou gain de poids- Troubles gastriques ou du métabolisme, fatigabilité- Troubles du comportement, étourdissements- Faiblesse du système immunitaire, médication
Conséquences psychologiques	<ul style="list-style-type: none">- Stress (anxiété, angoisse, irritabilité, pleurs, nervosité, agitation)- Perte d'estime de soi, dévalorisation, dépression, trouble de la mémoire et de concentration- Abattement, perte de confiance, agressivité- Stress post-traumatique (cauchemars, pensées intrusives, comportement d'évitement)- Suicide, dépendance alcool ou drogue- Sentiment d'être déprécié et trahi- Sentiment d'impuissance, d'humiliation et de honte- Tristesse, confusion, isolement, médication
Conséquences sociales	<ul style="list-style-type: none">- Isolement social, repli sur soi, méfiance, désillusion- Difficultés familiales et conjugales- Perte du cercle d'amis- Incompréhension des proches provoquant des conflits- Perte de désir et d'intérêt- Difficulté à faire confiance, agressivité
Conséquences professionnelles	<ul style="list-style-type: none">- Perte d'emploi- Perte d'intérêt envers l'emploi, désinvestissement professionnel- Altération de la quantité et de la qualité du travail- Augmentation du risque d'erreur, arrêt de travail- Pertes financières



**Aide aux Travailleurs
Accidentés**

COMPOTEMENTS INSIDIEUX

Déconsidération de la personne	<ul style="list-style-type: none">- Répandre des rumeurs, ridiculiser, dénigrer- Injurier- Hurler et crier- Menaces- Bousculer la personne- Endommager ses biens- Prétendre qu'elle a des problèmes mentaux- Imposer un travail dégradant- Faire des allusions désobligeantes- Mettre en cause la vie privée- Harcèlement sexuel, attouchement, remarques, blagues- Imiter la personne (allure, voix, posture)- Surnoms dégradants
Isolement de la personne	<ul style="list-style-type: none">- Nier sa présence physique- Ne plus lui parler- La priver de moyens de communication- Empêcher les collègues de lui parler- Ne pas l'intégrer au groupe ou le mettre à l'écart- Manger seul à son bureau
Communication	<ul style="list-style-type: none">- Empêcher la personne de s'exprimer- Ne pas considérer les opinions- La priver de moyen de communication- Interrompre constamment la personne- Interdire à la personne de parler aux autres- Menacer la personne
Discréditation du travail de la personne	<ul style="list-style-type: none">- Ne pas lui donner de tâches à réaliser- Simuler des fautes- Surveillance accrue- Lui donner des tâches qu'elle n'a pas la compétence- Évaluer son travail de manière blessante ou inéquitable- Lui donner des tâches en bas de ses compétences- Tâches dégradantes, humiliantes ou absurdes- La mettre en échec- Lui imputer des fautes professionnelles- La dénigrer et lui faire des reproches devant les autres- Rétrogradation
Déstabilisation de la personne	<ul style="list-style-type: none">- Se moquer de ses goûts, des convictions, des points faibles, des choix politiques- Faire des allusions désobligeantes- Faire des remarques sur le physique- Poser des questions indiscrettes sur la vie privée- Frôlement, blagues sexistes- Bruits (sifflements, grognements)- Menaces de congédiement- Appels abusifs- Regards méprisants et fixer du regard