



AFOA CANADA

Bâtir une communauté de professionnels

PARTIE 3

RÉTABLIR LA PAIX EN MILIEU DE TRAVAIL

*Après une plainte de
harcèlement*

AFOA.CA



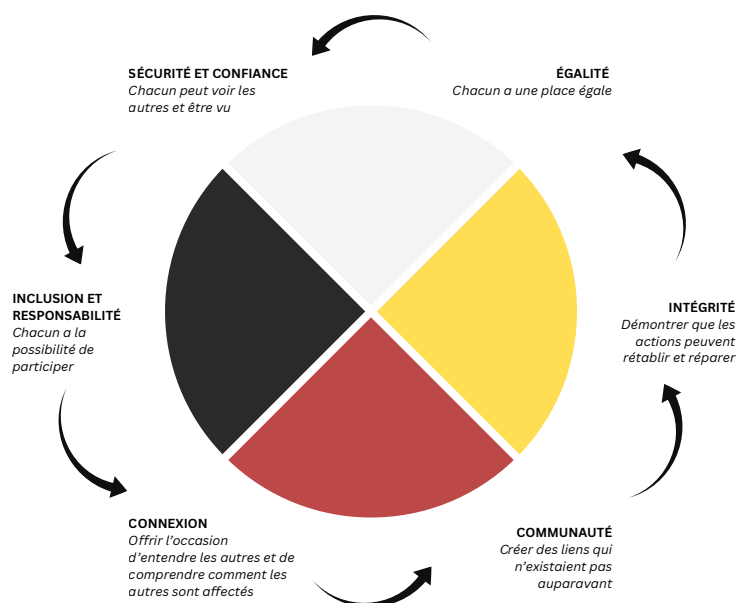
LES SUITES D'UNE PLAINTE

Peu importe l'organisation, la culture du milieu de travail ou l'issue de l'enquête, toute plainte de harcèlement déposée en milieu de travail peut entraîner des blessures émotionnelles, des rumeurs, des environnements toxiques et des dommages aux relations. Ce n'est qu'en reconnaissant les torts et en entreprenant un processus de réparation qu'il est possible de guérir les relations de travail et de rebâtir les liens.

LES CERCLES POUR FAVORISER LA RECONNEXION

Des personnes en lien peuvent travailler ensemble pour réparer les torts, rétablir la dignité et retrouver un sentiment d'équilibre. La reconnexion permet à la personne ayant causé un tort de constater qu'elle peut avoir un impact positif sur les autres.

L'utilisation de cercles constitue une approche réparatrice pour résoudre les problèmes. Les cercles sont un outil qui permet à la fois de responsabiliser les personnes et de faciliter la prise de décision. Ils sont utilisés pour bâtir et maintenir les relations et sont conçus pour être collaboratifs, engageants et pour encourager la participation, les idées et les points de vue. L'objectif est d'approfondir la compréhension que les personnes ont les unes des autres. Sur le plan symbolique, le cercle n'a ni début ni fin (les relations sont en constante évolution) et n'a pas de point central (aucune position de pouvoir à l'intérieur du cercle).



Après une plainte de harcèlement, il peut être extrêmement bénéfique de faciliter la tenue de cercles avec les personnes concernées afin de commencer à réparer les dommages relationnels qui ont pu être causés, que la plainte ait été jugée fondée ou non sur le plan légal. Un cercle de partage offre un espace pour exprimer les émotions et déterminer les formes de soutien nécessaires. Le facilitateur recueille et rassemble les idées dans le but de maintenir un environnement sécuritaire, sain et positif. De la même manière, les cercles de guérison offrent un espace pour favoriser le relâchement émotionnel en encourageant les participants à se libérer de leurs émotions négatives. Le facilitateur aide à identifier les expériences qui déclenchent des émotions négatives et les expériences qui favorisent des émotions positives.

RÉPARATION ET RÉTABLISSEMENT

Lorsqu'une personne vit une situation de conflit ou de changement, elle traverse souvent une série d'émotions semblables aux sept étapes présentées dans l'outil Anichinabé de guérison du deuil et de la perte.

Une plainte de harcèlement, qu'elle soit fondée ou non, peut avoir des répercussions de cette nature non seulement sur le plaignant ou le répondant, mais également, à divers degrés, sur d'autres personnes au sein du réseau de relations professionnelles.

Apprendre à reconnaître et à corriger son comportement constitue la contribution la plus importante que vous pouvez apporter, à titre individuel, pour soutenir votre milieu de travail – ce que l'on appelle l'intelligence émotionnelle. En combinant des pratiques de reconnaissance et de régulation, nous pouvons développer nos compétences personnelles et sociales afin d'améliorer la conscience de soi, l'autorégulation et la motivation.

La régulation signifie être capable d'ajuster ou de modifier son comportement après avoir reconnu son état émotionnel. Lorsque vous ressentez une réaction émotionnelle, prenez le temps de réfléchir aux raisons avant de réagir.



Anishinaabek Grief and Loss Healing Tool | SAY Magazine.
saymag.com/anishinaabek-grief-and-loss-healing-tool

La reconnaissance consiste à être conscient de son état émotionnel et à identifier les situations qui peuvent déclencher une réaction émotionnelle. Cela implique également de reconnaître que ses réactions émotionnelles peuvent avoir des impacts négatifs sur les autres.

ABORDER LES CONFLITS DE MANIÈRE OUVERTE

Pour amorcer la guérison des relations de travail après une plainte de harcèlement, il est essentiel d'offrir aux parties des occasions de se réunir et d'échanger dans un cadre ouvert, honnête et empreint de vulnérabilité. Ces échanges permettent de reconnaître ce qui s'est produit, de reconstruire les relations, de rétablir la confiance, de favoriser la reconnexion et d'aider chacun à retrouver un sentiment d'équilibre. Il peut être nécessaire de recourir aux services d'un tiers pour faciliter ces discussions. Dans certains contextes, un Aîné ou un leader communautaire de confiance peut également jouer un rôle important dans le rétablissement des relations par le partage des connaissances. Il est important de se rappeler que ces conversations sont délicates et exigent un haut niveau de respect, de conscience et de sensibilité.