



Violences psychologiques en contexte sportif, on parle de quoi ?

Violence psychologique

Lorsqu'une personne subit, de façon grave et continue, des comportements de nature à lui causer un préjudice de la part d'un parent ou d'une autre personne impliquée dans le milieu.

Ces comportements se traduisent notamment par de l'indifférence, du dénigrement, du rejet affectif, du contrôle excessif, de l'isolement, des menaces, de l'exploitation, entre autres si l'enfant est forcé à faire un travail ou une activité disproportionnée par rapport à ses capacités.

Exemples de violence psychologique en milieu sportif ou de loisir :

- Crier des injures (exemple : jurons « sacres »), dire des choses méchantes ou faire des remarques humiliantes à l'athlète;
- Frapper ou lancer des objets sous l'effet de la colère et de la frustration (exemple : lancer un bâton de hockey, frapper dans une poubelle, etc.);
- Dire des choses méchantes ou faire des remarques humiliantes à la participante ou au participant;
- Menacer la participante ou le participant de blessure physique ou prétendre lui lancer un objet;
- Expulser ou exclure la participante ou le participant d'un entraînement de façon systématique, rejeter ou ignorer volontairement la participante ou le participant (exemple : ignorer systématiquement sa présence);
- Forcer la participante ou le participant à s'entraîner malgré une blessure connue de l'équipe d'encadrement;
- Infliger des entraînements supplémentaires qui mènent à l'épuisement ou qui rendent la participante ou le participant malade;
- Demander à la participante ou au participant d'exécuter des mouvements ou des gestes techniques trop difficiles pour ses capacités;
- Toutes autres demandes qui pourraient avoir des impacts négatifs sur la santé d'une participante ou d'un participant (exemple : utilisation de techniques de poids dangereuses, de produits dopants, etc.).

Harcèlement psychologique

Conduite vexatoire se manifestant soit par des comportements, des paroles, des actes ou des gestes répétés, qui sont hostiles ou non désirés, laquelle porte atteinte à la dignité ou à l'intégrité psychologique ou physique de la personne et qui entraîne, pour celle-ci, un milieu de vie néfaste. Une seule conduite peut aussi constituer du harcèlement si elle porte atteinte à la personne et lui produit un effet nocif continu.

Exemples de comportements pouvant être liés à du harcèlement psychologique :

- Intimidation
- Isolement
- Cyber intimidation
- Violence verbale
- Menaces
- Dénigrement.
- Propos ou gestes offensants ou diffamatoires à l'égard d'une personne ou de son travail

Abus psychologique

L'abus psychologique est assimilé à la *violence psychologique*. C'est probablement la forme de violence la plus fréquente en milieu sportif, mais aussi la moins visible. Souvent, personne dans l'entourage de la victime ne s'en rend compte.

On parle d'abus psychologique lorsqu'une personne qui s'occupe d'une autre (par exemple : un entraîneur, un thérapeute, un bénévole, etc.) la ridiculise régulièrement, la rabaisse devant les autres, l'exclut intentionnellement ou adopte d'autres comportements qui ébranlent sa confiance en elle et son estime de soi.



59 à 62 %

des athlètes rapportent avoir vécu de la violence psychologique*

Il n'y a aucune situation à prendre à la légère ou à banaliser

Besoin d'aide ? 1 833 211-AIDE (2433)

