

Constater et faire quelque chose

Il y a des gens qui ont des relations pénibles au travail avec un ou plusieurs individus. Souvent ce sentiment est partagé par d'autres personnes qui vivent la même chose ou qui en sont témoins. On essaie de faire avec ça, de ne pas s'en soucier et de trouver le moyen de composer avec cette réalité. Et ça continue d'arriver jusqu'à ce que les conséquences se produisent.



Il y a des choses qu'on ne veut pas voir et malgré certains signaux préoccupants, on préfère attendre en espérant que ça passera. On ne s'en parle pas entre nous puisqu'on ne veut pas en entendre parler. Parfois le temps fait les choses et c'est tant mieux. D'autres fois ça peut avoir des conséquences fâcheuses. On devient alors fataliste et on finit par laisser aller le cours des événements par dépit.

On cherche habituellement à régler nos affaires par nous-même. Nombre de personnes y parviennent mais pour d'autres ça devient pénible et ils n'y arrivent pas. Si on réalise que la situation nous dépasse, que ça empire au lieu de s'améliorer, il y a lieu de faire quelque chose. La première chose à faire est de prendre les moyens pour démêler ses idées et y voir clair.



Il est possible de se donner un juste portrait de la situation en utilisant des outils comme ceux proposés dans le site [Harcelement.ca](http://harcelement.ca). Une fois qu'on a dressé un portrait de la situation, il est plus facile de voir ce qui se passe et de nommer les choses. Ça aide à trouver des pistes de solution pour que la situation se règle.

Parmi ceux qui font cet exercice, on observe que certains ont réalisé des choses. Ils ont compris où se situe le problème, les enjeux que ça comporte et ils ont pris les moyens pour que cessent les conduites néfastes qu'ils déplorent. Ils ont réglé leurs affaires par eux-mêmes.

Il y en a d'autres qui, dépassés par la situation, ont eu recours à des services d'aide ou encore ont entrepris des procédures pour que ça cesse.

La seconde chose à faire est de briser l'isolement et d'en parler à quelqu'un de confiance. Si cette situation est partagée par d'autres personnes qui vivent la même chose ou qui en sont témoins, parlez-en ensemble, partagez vos perceptions et dénoncez la situation si nécessaire.

Il faut prendre le temps de bien faire les choses et de s'arrêter pour y réfléchir en utilisant les bons moyens pour y arriver. On est alors mieux outillés pour prendre les bonnes décisions ou pour mieux se faire comprendre quand on décide d'aller chercher de l'aide. Pour ce faire, des moyens vous sont proposés à l'étape 2 dans la section *Vous pensez être victime de harcèlement* de ce site.

Pourquoi ne pas tenir compte de ces signaux préoccupants que vous pourrez identifier et prévenir que ça empire, pour vous et peut-être même pour votre entourage. Vous pouvez faire en sorte que « le vent tourne » et que ça se passe pour le mieux à l'avenir. On peut influencer le cours des choses si on prend les moyens pour y arriver et si on va chercher du soutien de ses pairs ou de l'aide au besoin.

Guy Lacoursière – <http://harcelement.ca>