



HandsAway

# LA MÉTHODE DES 5D

## LES 5D, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Les 5D désigne une technique développée par l'ONG américaine *Right to be*, afin d'aider une victime et d'intervenir en toute sécurité pour venir à son secours. **Chaque "D" correspond à une méthode qu'il est possible d'utiliser si l'on se retrouve témoin de harcèlement de rue ou d'autres situations de violence.** Il ne s'agit pas de mettre en œuvre chaque "D" dans l'ensemble des circonstances vécues, mais de réaliser l'action qui nous semble possible et qu'on se sent en sécurité de faire sur le moment.

### DISTRAIRE



Agir de manière indirecte pour éviter que la situation ne dégénère en commençant une conversation avec la victime ou en trouvant un autre moyen de détourner l'attention de l'harceleur-se. **Faire semblant de connaître la victime, lui demander l'heure ou son chemin, faire tomber quelque chose de façon faussement accidentelle...**

### DÉLÉGUER



Il s'agit de **repérer une personne représentant l'autorité** (conducteur-riche de bus, agent-e de sécurité, professeur-e, gérant-e du bar...) et **de demander de l'aide.**

Il est aussi possible de déléguer à une personne quelconque, ou de demander de l'aide autour de soi en parlant très fort pour attirer l'attention sur la situation.

## DOCUMENTER



Il s'agit de filmer l'incident ou de prendre des photos et de les transmettre à la victime, ce qui peut s'avérer très utile pour constituer des preuves si la victime décide de porter plainte. Si vous souhaitez adopter cette technique, vérifiez que vous êtes à une certaine distance de sécurité. Vous pouvez parler pendant l'enregistrement ou filmer tous les éléments de la scène qui permettront de retrouver le lieu.

Attention cependant aux questions de droit à l'image. **Il est interdit de publier des vidéos ou des photos sur les réseaux sociaux ou en ligne.**

## DIALOGUER



Dès que l'incident est terminé (et même si l'harceleur-se est toujours présent), faire le point calmement avec la personne harcelée pour la rassurer : "J'ai vu ce qu'il vient de se passer. Puis-je m'asseoir à côté de vous ? Voulez-vous sortir d'ici ?"

Dire que ce n'est pas la faute de la victime mais uniquement celle de l'agresseur-se et que ce comportement est interdit par la loi. Vous pouvez aussi lui partager des ressources utiles. Éviter de parler avec l'agresseur-se car la création d'un débat peut entraîner une possible violence. Si vous ne vous êtes pas senti-e légitime d'intervenir plus tôt, ne culpabilisez pas.

**Par contre, il est très important de toujours aller voir la victime après l'agression.**

## DIRIGER



Il s'agit tout simplement de **diriger et de prendre en main la situation**, après avoir au préalable évalué sa propre sécurité, car c'est le "D" le plus dangereux. En dernier recours, demander à l'harceleur-se d'arrêter en parlant fort et en nommant ce qui est en train de se passer. Vous pouvez demander directement à la victime si elle a besoin d'aide tout en évitant de se confronter directement à l'harceleur-se ou de s'exposer au danger.