

Vigilance, Sensibilisation & Soutien
contre les violences sexistes et sexuelles

Abécédaire des discriminations et des violences sexistes et sexuelles

À l'initiative de :



*Animafac



Financé par :



À l'origine de cet outil, c'est un projet entier sur les violences sexistes et sexuelles, ouvrant au fur à mesure sur les enjeux de discriminations qui vous propose cet abécédaire. Alors en préambule voici un rappel de la définition des violences sexistes et sexuelles :

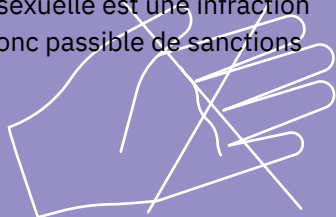
« Les violences sexistes et sexuelles recouvrent l'ensemble des situations dans lesquelles une personne impose à autrui un ou des comportements, un ou des propos (oral ou écrit) à caractère sexiste ou sexuel. Ces violences peuvent prendre différentes formes : injure ou diffamation à caractère sexuel ou sexiste, outrage sexiste, exhibition sexuelle, harcèlement sexuel, discriminations (liées au sexe, à l'orientation sexuelle ou à l'identité de genre notamment), agression sexuelle, viol. Ces violences sont notamment définies dans le Code pénal (article 222-22 à 222-33-1 du Code pénal). »

Les mots ont une importance.
Enrichir et préciser notre
vocabulaire est un premier pas
vers l'inclusion, l'action et une
culture collective d'exemplarité
face aux violences, qui peuvent
être aussi verbales.

A

Une **agression sexuelle** est un contact, commis par violence, contrainte, menace ou surprise, avec une ou plusieurs des cinq parties sexuelles (fesses, sexe, seins, bouche, entre les cuisses).

L'agression sexuelle est une infraction et elle est donc passible de sanctions pénales.



B

La **banalisation**, est le fait de minimiser la gravité de certains actes, qui finissent par être considérés comme non problématiques, alors qu'ils sont répréhensibles. Banaliser rend plus difficile pour les victimes la prise de conscience des faits et l'accès à un traitement (juridique, médical ou psychologique) mais aussi plus difficile la prise de conscience des auteur·trice·s, ce qui favorise leur répétition.

La banalisation des violences sexistes et sexuelles est un aspect de la culture du viol.



C

Le **Continuum de Violences** est un concept qui vise à mettre en évidence que la violence sexuelle existe dans la plupart des vies des femmes, et prend des formes très diverses, depuis des violations évidentes des droits des femmes à des formes de contrôle sur les vies et les corps des femmes. Plus récemment, on parle aussi du concept de culture de viol, que l'on peut définir par un ensemble de représentations, d'attitudes et de comportements dans une société donnée qui minimisent, normalisent voire encouragent le viol.

D

La **discrimination** est un traitement défavorable envers une personne. Pour être considérée comme discriminante, un cas précis doit remplir 2 conditions cumulatives : être fondée sur l'un des 25 critères définis par la loi (sexe, âge, handicap...) et se dérouler dans le cadre d'une situation visée par la loi (accès à un emploi, un service, un logement...).

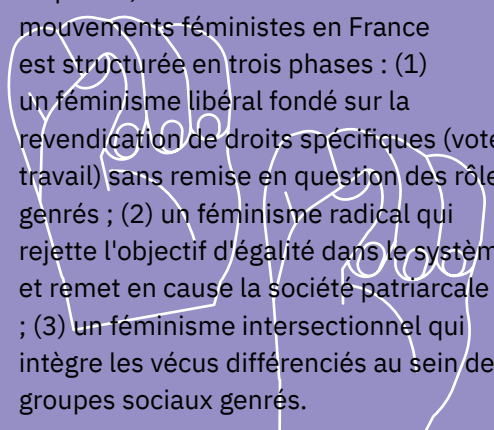
E

Quand une personne nous parle de son expérience d'une violence sexiste ou sexuelle, d'une discrimination ou d'une oppression, la première chose à faire c'est de **l'écouter**.

Quand une victime libère sa parole, cela lui est très coûteux. Il s'agit d'accueillir cette parole à son rythme et de montrer son écoute complète sans émettre de jugement, sa confiance, en respectant ses souhaits immédiats ou à long terme pour qu'il ou elle garde le pouvoir sur la situation.

F

Les **féminismes** sont des courants de pensée et un ensemble de mouvements militants (d'où féminismeS au pluriel). L'histoire des courants et mouvements féministes en France est structurée en trois phases : (1) un féminisme libéral fondé sur la revendication de droits spécifiques (vote, travail) sans remise en question des rôles genrés ; (2) un féminisme radical qui rejette l'objectif d'égalité dans le système et remet en cause la société patriarcale ; (3) un féminisme intersectionnel qui intègre les vécus différenciés au sein des groupes sociaux genrés.



G

Le **genre** est un élément constitutif de l'organisation sociale et des relations de pouvoir. Les stéréotypes de genre sont une construction sociale qui tend à imposer et naturaliser des rôles sociaux hiérarchisés (hommes et femmes, par exemple) et qui produit un système de dominations fondé sur ces rôles. Les rôles sociaux ont tendance à être attribués sur la base du sexe génital et la non-conformité à ces rôles peut engendrer des discriminations souvent LGBTphobes, notamment transphobes (cf la lettre T pour Trans).

Mégener une personne est le fait de lui attribuer un genre dans lequel elle ne se reconnaît pas. Il s'agit d'une action violente, qu'elle soit délibérée ou non.
Cisgenre : plus communément « cis », se dit d'une personne dont l'identité de genre correspond au sexe qui lui a été assigné à la naissance en se basant sur ses caractéristiques biologiques. Une femme cis, par exemple, est une personne présentant des organes génitaux dits féminins et qui s'identifie au genre féminin.

H

Le harcèlement est la répétition de propos et de comportements ayant pour but ou effet une dégradation des conditions de vie de la victime. Cela se traduit par des conséquences sur la santé physique ou mentale de la personne harcelée. Le harcèlement peut être de plusieurs ordres : physique, moral, verbal, sexuel... Dans certains cas, notamment dans celui de de relation de pouvoir, un fait peut être qualifié de harcèlement sans impliquer de notion de répétition.

I

L'intersectionnalité est un concept qui permet de penser l'articulation de dominations spécifiques au sein d'un système de relations de pouvoir. L'intersectionnalité a été initialement pensée au sein de l'afro-féminisme pour rendre visible le monopole de représentation des hommes noirs dans le mouvement de libération noir et des femmes blanches dans le féminisme. Adopter une perspective intersectionnelle, ce n'est pas simplement additionner les discriminations, mais chercher à comprendre comment elles se renforcent ou s'atténuent mutuellement.

J

Je réfléchis avant de parler et ou d'agir, car chacun-e d'entre nous est en apprentissage continu mais qu'au quotidien, nous devons toujours continuer de nous interroger sur nos biais.

K

Keski manque... Car pour réaliser cet abécédaire il a fallu faire des choix mais nous vous proposons de nombreux autres mots à vous approprier : agressions, agresseur-ses, alcool, asexualité, attention, homosexualité, handicaps, humour, gay, grossophobie, identité de genre, hétéronormativité, lesbienne, machisme, masculinité, sexe (car différent du genre), sexismes, sororité, victime, vigilance, viol, virilité, etc.

Et on vous laisse la place pour proposer vos mots :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

L

LGBTQIA+ est un sigle utilisé pour qualifier les personnes lesbiennes, gays, bisexuelles, trans, queers, intersexes et asexuelles, c'est-à-dire pour désigner des personnes non hétérosexuelles, non cisgenres ou intersexué-e. Le sigle « LGBT » est souvent complété avec d'autres lettres ou avec un « + » pour inclure d'autres variantes d'identité de genre, de caractéristiques sexuelles ou d'orientations sexuelles, comme l'asexualité, la pansexualité ou la bispirtualité.

M

Le mansplanning c'est quand un homme explique à une femme, généralement d'un ton condescendant, ce qu'elle doit faire, dire ou penser parce que cette dernière est une femme. Il s'agit souvent de sujets dont cette dernière est experte ou la principale concernée. Par exemple, cela peut être quand un homme explique à une femme ce qui est sexiste et ce qui ne l'est pas. Il existe aussi le whitesplaining pour les personnes blanches qui se pensent plus renseignées sur les problématiques raciales que les personnes concernées ; le cisplaining pour les personnes cis envers les personnes trans, et peut se

traduire aussi par toutes personnes ayant des privilèges sociétaux qui expliqueraient les discriminations ou les manières de lutter aux personnes minorisées, concernées par ces oppressions.

N

La non-binarité est un terme générique utilisé en sciences sociales et dans le lexique LGBT+ pour catégoriser les différentes identités de genre non binaires. Pour ces personnes, il y a d'autres alternatives à être un homme ou une femme. Certaines personnes peuvent fluctuer d'un genre à l'autre quand d'autres se situent en permanence dans un genre (entre féminin et masculin ou en dehors de ce spectre).

O

L'oppression est le fait, pour un peuple ou une population, d'être historiquement soumis-e. Par exemple le concept de patriarcat est de plus en plus utilisé pour désigner l'oppression des femmes par les hommes. Il devient alors synonyme de pouvoir, de domination.

P

Un **préjugé** est une opinion préconçue portant sur un sujet, un objet, un individu ou un groupe d'individus. Par exemple, un préjugé courant est que les étudiant·e·s ne pensent qu'à faire la fête.

Q

S'affirmer en tant que personne **queer**, c'est se sentir appartenir à un groupe dans lequel son orientation sexuelle ou son identité de genre ne correspond pas aux modèles dominants. Queer veut à l'origine dire « étrange » ou « bizarre » et ce mot est vite devenu une insulte à destination des membres de la communauté LGBTQIA+ dans les pays anglophones. Le terme « queer » a finalement été réapproprié par les personnes LGBTQIA+ et n'est aujourd'hui plus utilisé comme une insulte et fait même plutôt office de définition, que de commentaire dégradant.

R

Plutôt que de parler de racisme, nous avons fait le choix de parler des personnes **racisées** (autrement dit toute personne perçue comme non-blanche),

pour insister sur le fait que, si la notion de race biologique n'est pas fondée scientifiquement, les discriminations sur la base de différences physiques et culturelles, réelles ou supposées. La notion de race sociologique sur laquelle se fonde le concept de « racisé·e·s » souligne que les différences entre les catégories ne sont pas fondées sur des caractéristiques intrinsèques aux personnes, mais par des représentations sur ces personnes et le vécu de ces personnes. Les personnes racisé·e·s sont celles qui font l'expérience du racisme systémique, celui-ci se fondant sur un système de domination et sur la manière de chacun·e d'appréhender ce vécu.

S

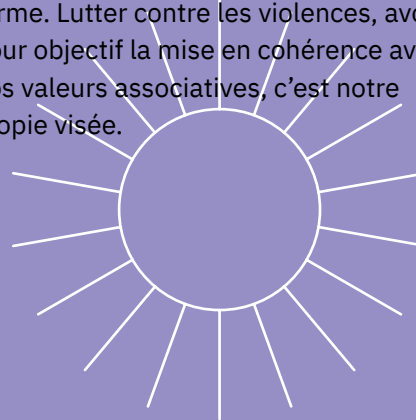
L'**oppression systémique** est un ensemble d'inégalités et de discriminations permises par le système qui les laisse se produire et surtout se reproduire, souvent en reposant sur des stéréotypes et des préjugés. Le caractère systémique signifie qu'il ne s'agit pas d'actes isolés et individuels mais de comportements répétés et structurels. En fait, c'est l'organisation toute entière de la société qui reproduit les inégalités.

T

Les personnes **trans** sont des personnes dont l'identité de genre ne correspond pas au genre qui leur a été assigné depuis la naissance (souvent fondé sur le sexe biologique). Une personne trans peut faire le choix d'une transition médicalisée (hormonale ou chirurgicale), une transition administrative ou une transition sociale, mais aucune transition n'est un passage obligé.

U

Une **utopie** est un imaginaire d'une société par rapport à la réalité. Par exemple, nous voulons garantir la sécurité et la place de toutes et tous dans toutes nos activités associatives. Nous sommes conscient·e·s qu'un long chemin reste à parcourir pour cela, mais cette utopie est notre objectif à long terme. Lutter contre les violences, avoir pour objectif la mise en cohérence avec nos valeurs associatives, c'est notre utopie visée.

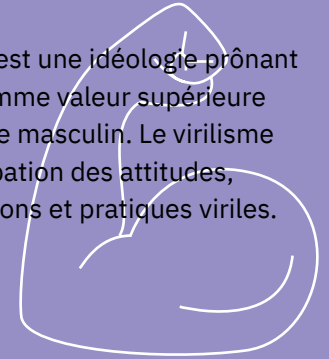


V

Le **virilisme** est une idéologie prônant la virilité comme valeur supérieure pour le genre masculin. Le virilisme est l'exacerbation des attitudes, représentations et pratiques viriles.

W

Le **cyberharcèlement** c'est un acte agressif et intentionnel perpétré par un individu ou un groupe sur le **web**. Le cyberharcèlement se pratique via les téléphones portables, messageries instantanées, forums, chats, jeux en ligne, courriers électroniques, réseaux sociaux, etc. Il peut prendre plusieurs formes telles que des intimidations, insultes, moqueries ou menaces, le piratage de comptes et l'usurpation d'identité digitale, la création d'un sujet de discussion, d'un groupe ou d'une page sur un réseau social à l'encontre d'une personne, la publication d'une photo ou d'une vidéo de la victime en mauvaise posture, etc. C'est un délit puni par la loi, au même titre que le harcèlement.



X

La xénophobie est la peur irraisonnée, malade de ce qui est étranger (des étrangers ou de ce qui vient de l'étranger).

Les attitudes xénophobes sont considérées comme une violation des droits de l'Homme et condamnées, à ce titre, avec les attitudes racistes et discriminatoires.

Y

Le consentement c'est un accord qu'on donne à un-e partenaire pour participer à une activité sexuelle. C'est un **yes** qui doit être donné librement, de manière éclairée, spécifique, qui est réversible, mais aussi enthousiaste. Celui-ci est présenté dans la fiche 4 proposée par ce projet.

Z

Pour finir cet Abécédaire nous vous proposons le mot **zéro**, car avec nos travaux, outils et objectifs nous voulons créer des cultures associatives qui arrivent à Zéro violences sexistes, sexuelles et discriminations dans leurs activités et fonctionnements. Alors œuvrons ensemble pour atteindre ces objectifs.

Évidemment, cet abécédaire ne propose qu'une version non exhaustive d'un vocabulaire nécessaire à appréhender pour faire sa posture et sa vie associative. Aussi, le choix des mots utilisés peut refléter une certaine forme de subjectivité des personnes engagées dans le projet. En ce sens, nous vous recommandons de toujours poursuivre vos apprentissages.

Ressources

Sources :

Service Public

Femme de droits

Madmoizelle

Toupie

Education.gouv

Défenseur des droits

Valérie Rey-Robert (2020), [Une culture du viol à la française](#)

Bibia Pavard, Florence Rochefort, Michelle Zancarini-Fournel (2020) [Ne nous libérez pas, on s'en charge : Une histoire des féminismes de 1789 à nos jours](#)

Monique Wittig (1992) [La pensée straight](#)

Christine Delphy (2008), [Classer, dominer : qui sont les «autres» ?](#)

Sarah Mazouz, Eleonore Lépinard (2021) [Pour l'intersectionnalité](#)

Pauline Clochec, Noémie Grunenwald (2019) [Materialismes trans](#)

Daniel Welzer-Lang, [Virilité et virilisme dans les quartiers populaires en France, in Ville - école - intégration, CNDP, 2002](#)

Contacts :

→ Suite à ce projet, pour toutes questions vous pouvez prendre contact à l'adresse mail suivante : vsscontrevss@engage-d.org

→ Les femmes victimes de violences peuvent contacter le 3919 (gratuit et anonyme, ce numéro de téléphone est désormais accessible 24h/24 et 7/7), et la plateforme : arrêtonslesviolences.gouv.fr

→ Si vous êtes victime de violences physiques, sexuelles ou psychologiques ou de n'importe quel autre fait qui vous porte préjudice composez le numéro national d'Aide aux victimes : 116 006

→ Si vous êtes agresseur·seuses, des groupes de paroles proposés par la FNACAV existent : 08 01 90 19 11

Typographies ↗ Combine

Cette police dessinée par Julie Patard, est hybride, sa structure est fluide et ses déliés sont décalés. Elle en perpétuelle évolution depuis 2018, et elle contient les glyphes inclusifs qui permettent de s'adresser à tous·tes. Son choix souligne aussi l'effort d'inclusion de tout·es dans nos outils.

Conception graphique & mise en page : Blériotte Atelier ↗ www.bleriotte.com

