

psycho l'entretien

COMMENT LUTTER LE SEXISME



© Fred Jouval

Dialogue éclairé
avec notre journaliste

▲ BRIGITTE GRÉSY,
auteure de deux
rapports sur l'image
des femmes dans
les médias et sur l'égalité
professionnelle entre
les sexes, sait de quoi
elle parle. Cette énarque
et haut-fonctionnaire
publie aujourd'hui un
*Petit traité contre le
sexisme ordinaire* (Albin
Michel), à l'usage de
toutes les femmes, mais
aussi... des hommes !

PRIMA. Tout le monde parle de
parité, mais le sexisme au travail
perdure. C'est à désespérer, non ?

B. GRÉSY. Certes, il y a eu d'énormes
avancées pour l'égalité entre les deux
sexes, et l'on aurait pu croire que tout
était fait. D'ailleurs, beaucoup d'hommes
le disent : « Vous, les femmes,
vous êtes partout, vous avez tout.
Qu'est-ce que vous voulez de plus ? »
Mais la société n'a pas encore pris
toute la mesure de ce changement.
Nous avons toujours une conception

Blagues douteuses, attitudes dévalorisantes... Nous
avons toutes, un jour, fait les frais du sexisme au bureau.
Mais pas question de subir sans réagir ! Rencontre avec
Brigitte Grésy, une femme... engagée auprès des femmes.

PAR DANIELE LAUFER

très rigide des rôles sexuels. Dès que
l'on sort de la division traditionnelle
du travail entre hommes et femmes,
l'ordre établi est menacé et on assiste
à un « bombardement de particules »
de sexisme ordinaire.

**Quelle est votre définition
du « sexisme ordinaire » ?**

B.G. C'est une volonté d'exclusion des
femmes qui ne peut – et ne veut pas –
se dire. C'est tellement insidieux et
sournois que cela ne se repère pas
forcément sur le moment... Cela se
manifeste par des attitudes, des ges-
tes ou encore des micro-allusions qui
dévalorisent et perturbent les femmes,
provoquant chez elles des blessures
narcissiques. Blessures qui les instal-
lent durablement dans un sentiment
de culpabilité et dont elles ne se défe-
ront jamais. Ce sexisme « ordinaire »
est donc très subtil ; d'ailleurs, plus il
l'est, plus la volonté d'exclusion est
habile et difficile à identifier.

**Pouvez-vous nous donner des
exemples concrets ?**

B.G. Il faut avouer que c'est beaucoup
plus simple à repérer quand on est à
la limite de l'injure ou de l'agression
sexuelle, comme dans le cas de ce pro-
fesseur de médecine qui, pour se faire
pardonner d'avoir été odieux avec une
infirmière, lui prend les seins en lui
demandant : « Alors ma petite mère,
comment vas-tu ? » Les chefaillons qui
se moquent des blondes ou disent,
sous couvert de faire de l'humour,
« ah, on voit bien que tu es une fem-
me, tu ne sais pas faire ça ! », font eux
aussi du sexisme ordinaire. Mais ne

pas donner la parole à la seule femme
présente dans une réunion, ou ne pas
l'écouter quand elle parle, en sont
également des manifestations. Cha-
que fois que vous vous dites intérieu-
rement « si j'étais un homme, on ne
se comporterait pas comme ça avec
moi », un signal d'alarme doit se dé-
clencher dans votre esprit.

**N'y-a-t-il donc aucun moyen
de lutter contre cela ?**

B.G. Si, évidemment. Plus on est
compétente dans le monde du travail,
et moins on donne prise à ce type d'at-
titude méprisante, car on est alors
difficile à « abattre ». Mais on peut
quand même vous atteindre. Si ces
petites blessures s'accumulent au
cours de la journée, au point que vous
ne vous sentez pas bien, que vous
n'arrivez plus à parler, que vous pen-
sez « vivement ce soir que je rentre
chez moi ! », il est urgent de réagir.

**Avez-vous des méthodes,
des parades à proposer ?**

B.G. Déjà, il faut faire attention au
physique : se tenir bien droite, respirer,
ne pas courber l'échine... En effet,
chaque fois que l'on est attaquée, on
a envie de se cacher, de disparaître.
Ensuite, il faut se « muscler le men-
tal », se blinder sans se cadenasser. Il
est aussi essentiel d'écouter ses émo-
tions et de les identifier, de mettre des
mots sur ce que l'on ressent, que ce
soit une rougeur sur le visage ou un
mal de ventre. Et déculpabiliser : « Oui
j'ai éprouvé cela, mais ce n'est pas de
ma faute, ce n'est pas parce que je suis
nulle. » Se fier à soi-même constitue

CONTRE ORDINAIRE ?

donc le premier exercice mental à pratiquer, et ce n'est pas rien. Enfin, il faut essayer de s'extraire de la tension, prendre de la distance, pour éviter de « partir en vrille ». A ce stade, il faudrait en effet pouvoir lâcher prise et réfléchir à la meilleure stratégie possible. Il y en a deux : l'affrontement ou la confrontation.

Qu'est-ce que la stratégie de l'affrontement ?

B.G. Prenons par exemple une réunion où votre collègue tente de démolir votre travail avec des arguments du type « les bonnes femmes ne sont jamais là quand les choses importantes se disent ». La pire des réactions serait de rétorquer « tu es un crétin, tu n'as rien compris ! ». Ce genre de réplique mène droit au conflit, car vous l'obligez à répondre sur le même ton. Je me méfie de la rupture verbale qui suppose une escalade dans l'affrontement. Riposter peut vous sembler *a priori* la solution : vous trouvez la répartie pour l'épingler ou lui montrer avec humour que vous n'êtes pas dupe. Vous sortirez victorieuse de la réunion, mais votre collègue vous en voudra à mort. Or, je reste persuadée qu'il faut éviter de faire perdre la face à l'autre. Vous pouvez aussi choisir le silence, c'est-à-dire le mépris. Dans ce cas, vous avez intérêt à ce que votre visage soit neutre, car ne rien dire en affichant une expression désespérée, c'est comme parler. Quoi qu'il en soit, se taire ne résoudra pas le problème.

Vous conseillez-vous plutôt la confrontation ?

B.G. Oui, parce qu'elle permet d'avoir des effets positifs à long terme. C'est un travail sur soi et un apprentissage. Il s'agit d'exprimer son ressenti en disant « je ». Dans la relation professionnelle, les choses doivent être mises

sur la table, mais sans procès. Une phrase comme « quand tu dis cela, je comprends ceci, mais je me trompe peut-être », dénoue toutes les situations. « Je ne vois pas bien quel est ton objectif quand tu fais cela », vaut infiniment mieux que « tu m'as agressée ». Je me méfie du « tu » qui tue.

Exprimer ce que l'on ressent serait donc la solution ?

B.G. C'est un bon début mais cela ne suffit pas. Il faut avant tout apporter la preuve de sa compétence, de sa légitimité, et ne jamais se poser en victime. On est acteur de son destin. On n'a pas toujours la possibilité de changer les choses ni les gens, en revanche, on peut travailler sur soi. Il faudrait réussir à ne pas personnaliser le conflit, à interpellier l'autre sans l'agresser, en

parlant de la situation et en misant sur l'avenir. En même temps, il ne faut pas être naïf ; si le sexisme ordinaire vire peu à peu au harcèlement, il est alors indispensable de prévenir sa hiérarchie et de saisir la Halde*.

ADRESSES UTILES

- HALDE* (Haute Autorité de lutte contre les discriminations et pour l'égalité), 11, rue Saint-Georges, 75011 Paris. Rens. au 08 1000 5000 et sur www.halde.fr
- AVFT (Association européenne contre les violences faites aux femmes au travail), 51, bld Auguste Blanqui, 75013 Paris. Uniquement sur rendez-vous au 01 45 84 24 24. Site internet : www.avft.org

« NOS FILLES DOIVENT ÊTRE VIGILANTES... »

Pour Brigitte Grésy, il faut absolument aider nos filles à avoir confiance en elles. « Pour cela, on peut leur dire "tu as de la valeur", "tu y arriveras, tout est possible". Il est bon aussi de rappeler aux garçons "tu seras en compétition avec des femmes, et c'est bien, cela va t'enrichir". En outre, il existe des chiffres-clés que les jeunes filles de 18 ans doivent connaître : il y a 17 % d'écart de rémunération entre les hommes et les femmes ; la moyenne mensuelle de la retraite des femmes est quasiment la moitié de celle des hommes. L'école devrait

leur apprendre dans les cours d'éducation à la vie et à la citoyenneté ! C'est l'une des plus grandes injustices qui soient au monde. On parle beaucoup de la diversité et du racisme, mais en matière de sexisme et, plus largement, de discrimination en raison du sexe, il y a des choses absolument inacceptables dans notre société contemporaine. Il est donc primordial que nos filles restent vigilantes, qu'elles sachent que l'inégalité sur le marché du travail est une réalité. Et qu'elles devront se battre pour leur salaire, y compris à l'embauche. »