

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

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.

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 gestes ou encore des micro-allusions qui dévalorisent et perturbent les femmes, provoquant chez elles des blessures narcissiques. Blessures qui les installent durablement dans un sentiment de culpabilité et dont elles ne se défèrent 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 professeur 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 femme, 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. Chaque fois que vous vous dites intérieurement « si j'étais un homme, on ne se comporterait pas comme ça avec moi », un signal d'alarme doit se déclencher 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'attitude 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 pensez « 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 mental », se blinder sans se cadenasser. Il est aussi essentiel d'écouter ses émotions 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 agressive ». 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. »