



**FEMINISTS**  
*in the city*

SNCF **MIXITÉ**

# Déjouer les pièges sexistes subtils en entreprise

Julie Marangé  
Présidente  
Feminists in the City

Identifier les pièges sexistes subtils en  
entreprise pour pouvoir mieux les  
désamorcer.



# Aux origines du **sexisme subtil**

~~sexism~~

WOMEN

GRL  
PWR

FEMINISM

Domination masculine

- ↪ Valence différentielle des sexes : le masculin est supérieur (F. Héritier)
- ↪ Système patriarcal
- ↪ Sexisme



~~sexism~~

WOMEN

GRL  
PWR

FEMINISM

Qu'est ce que le **sexisme** ?



# ANNÉES 70



## SIMONE DE BEAUVOIR

En 1975

”

“Le sexisme, c’est l’attitude qui prêche à établir des discriminations entre les êtres humains d’après leur sexe.”



# ANNÉES 2000

Osez  
le  
féminisme!



Credit photo : Logo / <https://osezlefeminisme.fr>

## OSEZ LE FÉMINISME

”

"Une idéologie qui consiste à dévaloriser systématiquement les femmes, notamment en les enfermant dans des stéréotypes, en invisibilisant leur réussite et en les ramenant à un statut d'objet - notamment sexuel"



Le sexisme est perpétué  
par **tout le monde** :

- les femmes
- les minorités de genre
- les hommes



On n'échappe pas  
à son conditionnement.



~~sexism~~

WOMEN

GRL  
PWR

FEMINISM

# Sexisme subtil



# STÉRÉOTYPES DE GENRE

Les caractéristiques supposées “naturelles” attribuées

- aux filles / femmes (ex: douces)
- aux garçons / hommes (ex: leadership naturel)

On les intègre via la **socialisation** (P. Bourdieu)



Une étude américaine de 2017  
montre que les filles se croient  
moins intelligentes que les  
garçons dès l'âge de 6 ans.



## Exemples de sexisme subtil envers les femmes :

- Les hommes sont confiants et assertifs vs. les femmes sont autoritaires et arrogantes
- Les hommes ont des débats animés, les femmes interrompent la personne qui parle.



## Exemples de biais qui impactent les hommes :

- Les hommes sont qualifiés de sous-hommes si ils ont des comportements féminins
- Ces biais découlent aussi de la dévalorisation du féminin, qui est systémique



LE LANGAGE  
NON SEXISTE



Le langage était inclusif  
jusqu'au XVIIe siècle

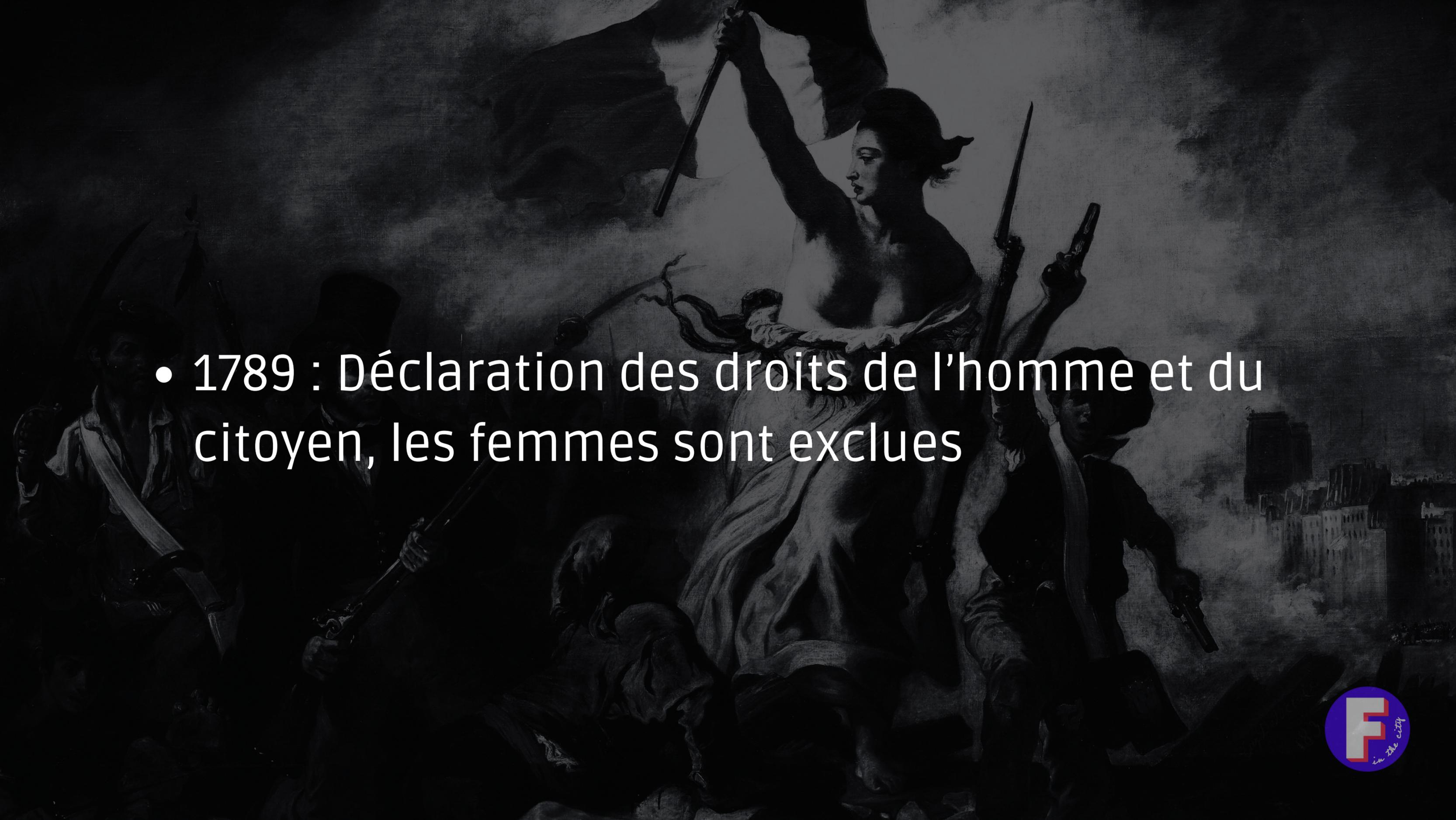




# L'illusion de l'universalité

Éliane Viennot



- 
- 1789 : Déclaration des droits de l'homme et du citoyen, les femmes sont exclues

- 1946 : Pour la première fois, il est question d'être humain à la place d'Homme dans une constitution française



- 1958 : Universal Declaration of Human Rights. La France garde l'expression "droits de l'homme"





# ELEANOR ROOSEVELT

1884 - 1962



Cheffe, Collaboratrice, Conductrice, Assistante  
Directrice...



Les discours forgent les normes  
M. Foucault



La féminisation des noms de métier,  
Le vocabulaire,  
L'écriture inclusive,  
Les expressions quotidiennes,  
Les insultes...



Pouvez-vous trouver une insulte (vraiment insultante) non sexiste ou homophobe ?

Ps : les insultes débutant par "con" ont une origine sexiste





LES COMPORTEMENTS  
SEXISTES INTÉRIORISÉS  
MASCULINS



# Le **manterrupting**

- Couper la parole, interrompre
- Femmes considérées non crédibles
- Valence différentielle des sexes (Françoise Héritier)
- Ex 2017, primaire de droite Nathalie Kosciusko-Morizet interrompue 27 fois



# Le mansplaining

- Expliquer la vie / un sujet à une femme alors qu'elle a déjà les connaissances
- "Mansplaining, the statue" ou "two students talking" (Statue de Paul Tadlock, Texas)



# L'usurpation

- Des hommes se réapproprient le travail des femmes
- C'est "l'effet Matilda"
- Femmes pré-historiques, femmes qui ont fait la tech, femmes scientifiques, Colette, ré-appropriation d'une idée après une réunion...



# La mentalité 1950



# L'infantilisation : saper la crédibilité et l'autorité des femmes

Ma grande, ma belle, ma chérie, ma puce



# Le sexisme bienveillant

- Nourrit l'idée que les femmes ne sont pas à leur place dans des positions de pouvoir





LES COMPORTEMENTS  
SEXISTES INTÉRIORISÉS  
FÉMININS





# MICHELLE PERROT

Michelle Perrot dans le documentaire Les femmes et la légion d'honneur, 2021

”

“Il y a un devoir de discrétion, de pudeur : c’est ça, l’honneur des femmes. Au fond, plus elles sont silencieuses, plus elles sont invisibles, plus elles sont vertueuses.”





# LE SYNDROME DE L'IMPOSTRICE

---



# Reconnaître le syndrome de l'impostrice

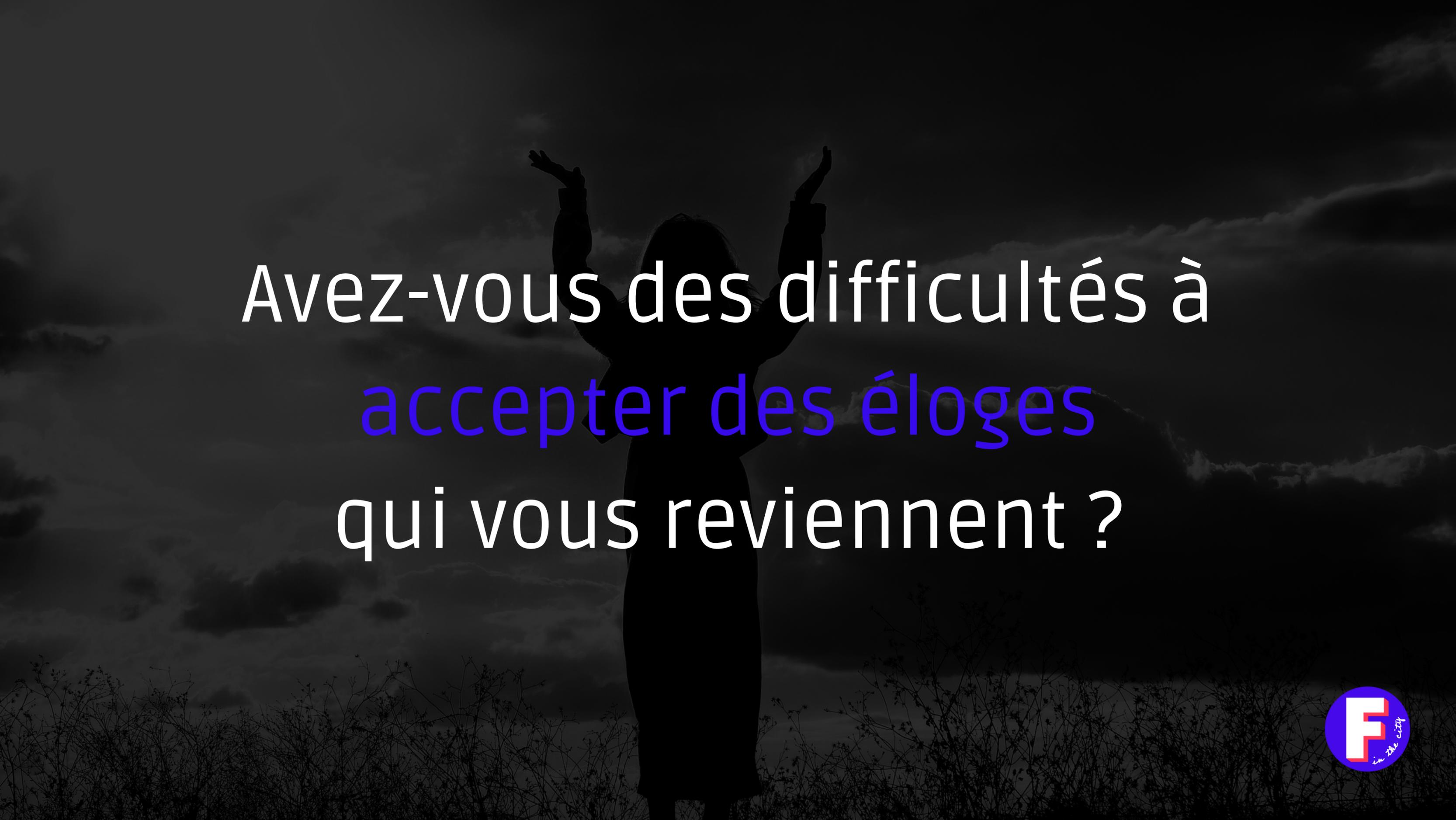
---

Exercice



Remémorez-vous  
votre dernière victoire



A silhouette of a person with long hair, wearing a long-sleeved top and a skirt, standing with their arms raised in a gesture of praise or joy. The background is a dark, cloudy sky with some light breaking through. The person is positioned in the center of the frame, slightly to the left.

Avez-vous des difficultés à  
accepter des éloges  
qui vous reviennent ?



Est-ce que vous **sous-estimez**  
votre expérience  
et votre expertise ?

Avez-vous **peur** d'échouer ?

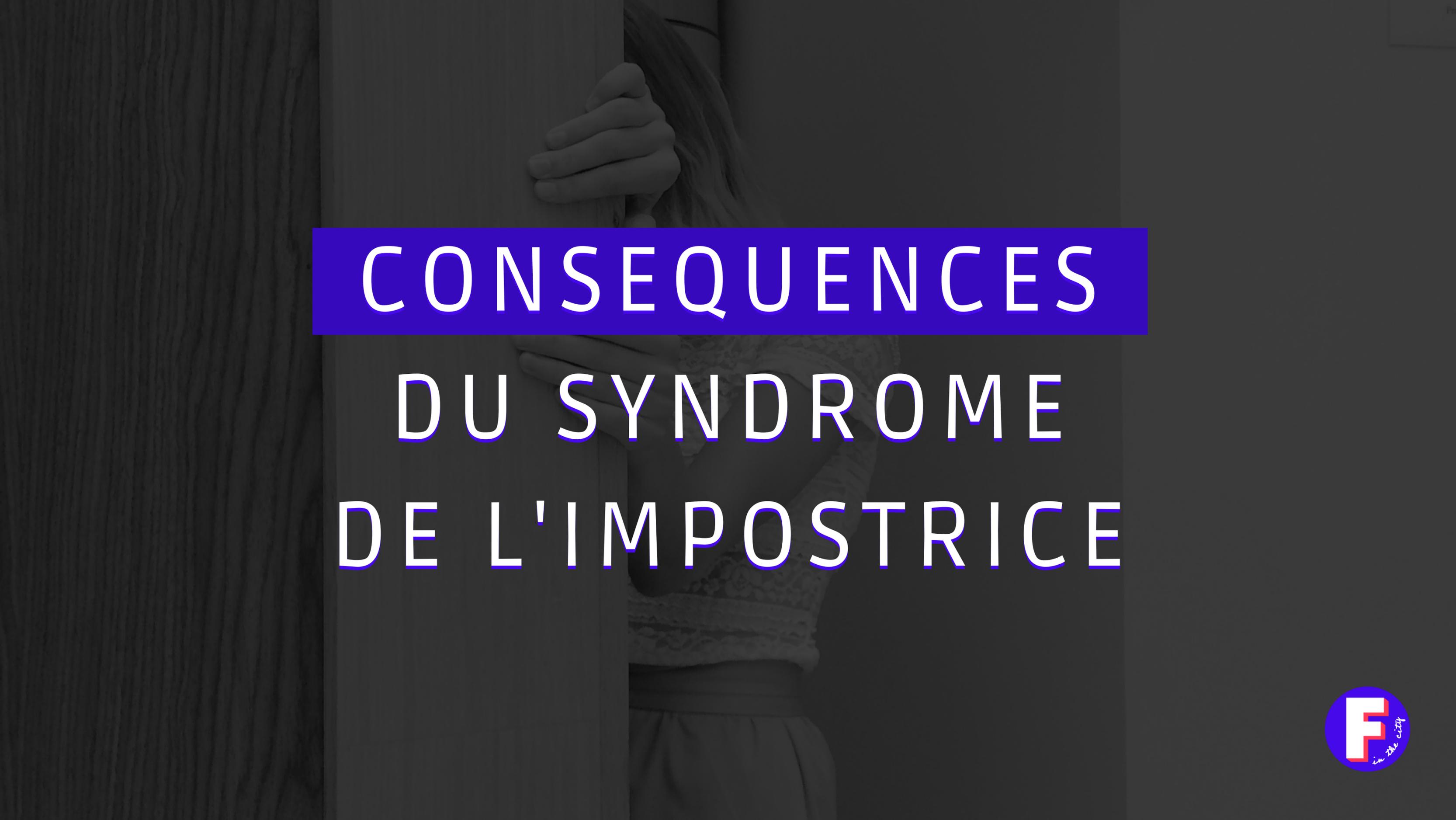


Est-ce que vous vous attribuez  
le blâme complet pour  
vos échecs,  
mais jamais le mérite complet de  
vos réussites ?



Pensez-vous que vous **ne méritez pas d'évoluer** parce que vous avez fait des erreurs ?





CONSEQUENCES  
DU SYNDROME  
DE L'IMPOSTRICE





# Quelques conseils pour dépasser son syndrome de l'impositrice



*Conseil*

**1**

**Faire la liste de ses réussites**

---



Conseil

2

Fêter immédiatement ses réussites

---



Conseil

3

Utiliser le mot “experte”

---



# Communiquer sans syndrome de l'impositrice

Les comportements à éviter



Réflexe

1

# S'excuser H-24

Remplacer "Pardon" par "Merci"



# Concentrer l'audience sur ce qui ne va pas

---

Réflexe

2

Bye bye les :

- Seulement
- Juste
- Désolée
- Malheureusement
- L'utilisation du conditionnel



# Atténuer sa vérité

---

Réflexe  
3

Bye bye les :

- “Peut-être”
- L’utilisation du conditionnel
- L’utilisation de “je pense”, “je crois” ou encore “j’ai l’impression que”
- Les déclarations évasives qui indique l’incertitude : "apparemment"



Réflexe

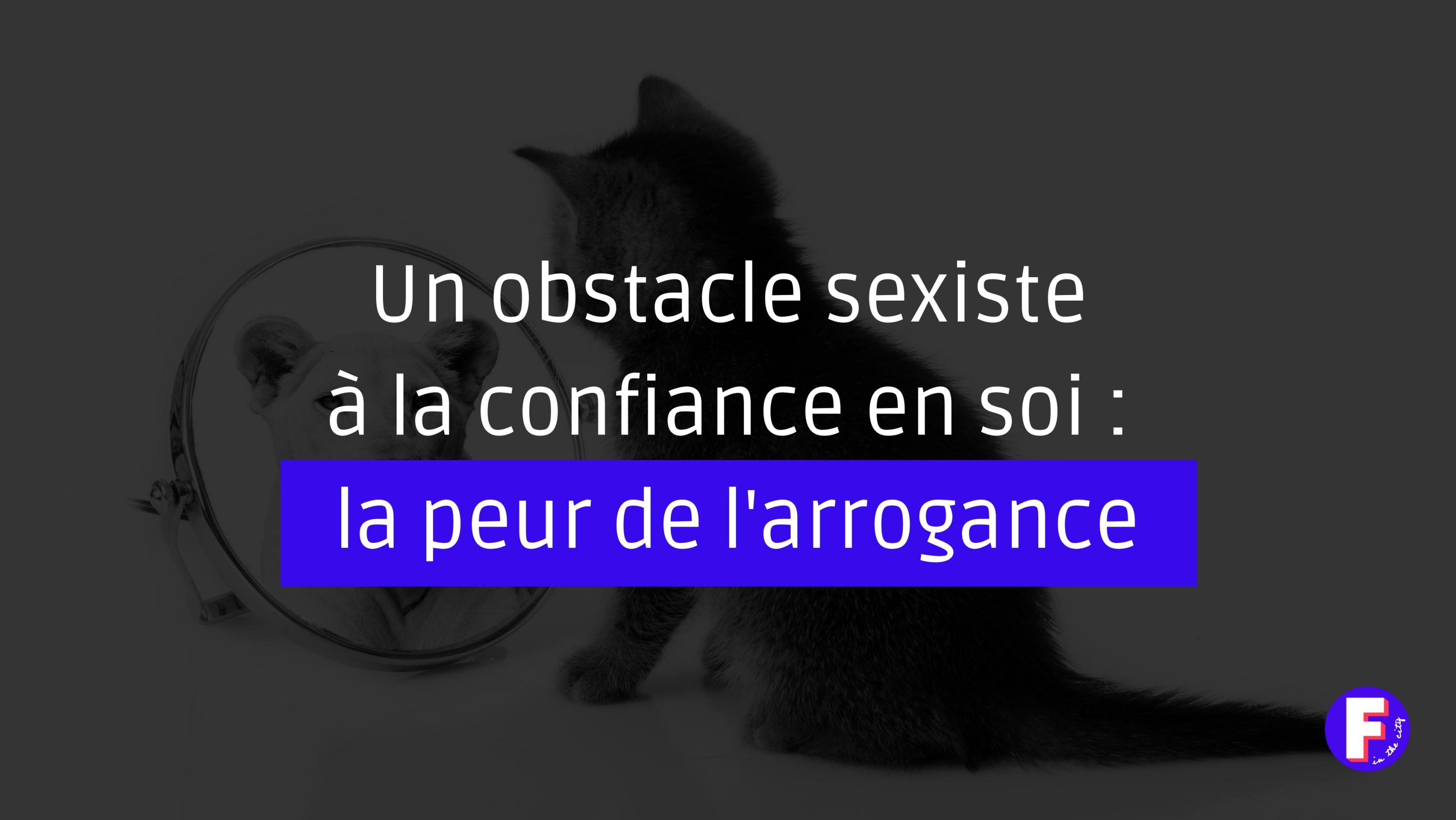
4

# Se définir par des mots péjoratifs

Exemple : Arrogante vs. Confiante

Autoritaire vs. Assertive





Un obstacle sexiste  
à la confiance en soi :  
la peur de l'arrogance



On somme constamment les  
femmes de prendre confiance,  
mais quand elles le font, elles sont  
traitées d'arrogantes.



# Arrogance vs. Confidence



# CONCLUSION

---

- Déjouer les pièges sexistes en entreprise, c'est avant tout en prendre conscience.
- Toutes et tous concerné-es
- Mieux que rien, c'est pas assez





@feministsinthecity





# Powerful FEMINIST TRAINING

## *Training*

Devenez puissant-e dans  
votre féminisme sans  
passer par un Master en  
études de genre.





# Déjouer les pièges sexistes subtils en entreprise

Julie Marangé  
Présidente  
Feminists in the City



# RÉFÉRENCES & INSPIRATIONS

---

- Baird, Julia (2016) : How to explain mansplaining. New-York-Times.
- Bennett, Jessica (2017) Le Fight Club féministe. Manuel de survie en milieu sexiste. Éditions Autrement.
- Chemin, A (2017). Manterrupting : le sexisme ordinaire sur la voie publique. Le Monde. Accessible [ici](#).
- Collet, Margaux et Rémy-Leuleu, Raphaëlle (2018) Beyoncé est-elle féministe ? First Editions.
- Foucault, Michel (1971) L'ordre du discours. Paris Gallimard.
- Foucault, Michel (1976-1984) Histoire de la sexualité. (Volumes I-IV). Paris : Gallimard.
- Thaler R., & Sunstein, C. (2010). Nudge : La méthode douce pour inspirer la bonne décision. Éditions Vuibert.
- TV 5 monde : Le sexisme ordinaire [par ici](#)
- Viennot, Éliane (2018) Le langage inclusif : pourquoi, comment. Donnemarie-Dontilly. Éditions iXe.
- Viennot, Éliane (2014) Non, le masculin ne l'emporte pas sur le féminin ! Petite histoire des résistances de la langue française - Donnemarie-Dontilly. Editions iXe.
- Viennot, Éliane (2021) Masterclass : le langage non sexiste. Via Feminists in the City.
- Women in Leadership conference, University of Bath, 2017.
- Zitouni, Sarah (2021) Tout vouloir, tout avoir : assume la boss qui est en toi. Éditions Kiwi.

L'étude qui démontre que les filles se croient moins intelligentes que les garçons dès l'âge de 6 ans est accessible [par ici](#).

