

OUTILS de VISIBILISATION en travail de groupe

#objectifs : - comprendre les oppressions et dominations de manière concrète

- découvrir ou élargir sa conscience des différentes formes d'oppression et dominations
- prendre conscience de ses propres privilèges et oppressions
- se confronter à ses propres préjugés (sur les autres participantes)
- inviter à la vulnérabilité

#points d'attentions : - pour un groupe d'inconnus : clarifier les intentions de l'animation de l'exercice

- s'assurer du consentement des personnes à participer
- décrire l'exercice avant de le lancer (« vous allez traverser une ligne si vous êtes concernées par une phrase, les réponses seront donc celles de votre vie réelle »)
- prévenir clairement de l'aspect émotionnellement confrontant de l'exercice
- demander à celles qui ne veulent pas participer de sortir pendant l'exercice de façon à éviter que celles qui participent se vulnérabilisent sans réciprocité
- au sein d'un groupe déjà constitué : demandez un accord de groupe sur les intentions à vivre l'exercice et en fonction adapter le choix des phrases (attentions aux préjugés !)
- prendre garde au nombre de phrases choisies dans chaque catégories (risque de créer un déséquilibre de visibilité, voire une hiérarchie d'importance entre les dominations)
- prendre garde au niveau de «gravité» de chacune (certaines d'entre elles ne sont clairement pas équivalentes en terme d'impact dans la vie quotidienne)

#FAITES UN PAS EN AVANT si...

> en ligne, se retrouve loin devant les privilégié·es

#FAITES UN PAS VERS LE CENTRE si...

> se retrouvent au milieu les plus privilégié·es : cumul de privilèges

> ou au milieu les moins privilégié·es : intersectionnalité, communauté, compassion

#TRAVERSEZ LA LIGNE si...

> font l'effort de bouger tous·tes les privilégié·es qui laissent les autres « en arrière », sans mobilité.

> font l'effort de bouger tous·tes les non-privilégié·es qui restent à leur place tandis que les autres doivent se montrer.

Catégories non traitées (à créer) : niveau d'études, nationalité...

Trauma social

- vous avez été battue, violentée, molestée physiquement dans votre enfance de la part de vos parents ou tuteurs
- vous avez reçu de la violence psychologique, punition, exclusion, humiliation, blâme, privation, chantage, menaces dans votre enfance de la part de vos parents tuteurs
- vous avez été placée en famille d'accueil, en foyer jeunes ou suivi par un éducateur spécialisé dans le cadre d'un jugement de protection de l'enfance
- vous avez été jugée en tribunal pour jeune pour des petits délits
- vous avez fait de la prison plus ou des TIG
- vous avez été placée sous surveillance judiciaire

- vous avez grandi dans une famille monoparentale
- vous avez grandi dans un pays en guerre
- vous avez perdu des membres de votre famille à cause de la guerre
- vous avez dû changer de pays pour des raisons de santé ou de sécurité

Classe sociale

- vous ou vos parents sont propriétaires de l'endroit où vous/iels habitent ou d'un autre endroit
- vos parents ou grands parents ont un capital qui risque de vous revenir en héritage
- vous avez peur de faire un enfant (un premier ou un autre) car cela vous mettrait dans une précarité matérielle qui vous inquiète
- vous avez tendances à budgetiser vos dépenses pour ne pas galérer à la fin du mois
- moins de la moitié de vos revenus mensuels sont dépensés pour des besoins primaires (se loger, se nourrir, se déplacer pour travailler...)
- les deux tiers de vos revenus mensuels sont dépensés pour des besoins primaires (se loger, se nourrir, se déplacer pour travailler...)
- les trois quarts de vos revenus mensuels sont dépensés pour des besoins primaires (se loger, se nourrir, se déplacer pour travailler...)
- vous redoutez régulièrement la question « qu'est-ce que vous faites dans la vie ? »

Race

- on vous demande régulièrement vos origines ethniques
- vous n'êtes pas particulièrement inquiétées par les contrôles de police ou des patrouilles de gendarmes
- on suppose régulièrement que vous n'êtes pas nées en France
- on vous a déjà refusé la location d'un logement ou l'attribution d'un emploi pour des raisons qui vous sont restées obscures
- il n'y a aucune heure dans la journée où vous seriez inquiet de sortir dans la rue
- vous n'avez déjà hésité à rentrer dans un magasin compte tenu de la couleur de votre peau ou de vos traits physiques racisés

Religion Spiritualité

- lorsque que vous vous coiffez avec un tissu dans les cheveux, on ne vous demande pas de clarification sur votre confession/appartenance religieuse
- lorsque vous refusez un plat de viande ou une boisson alcoolisée, on ne suppose pas de lien avec votre confession/appartenance religieuse
- dans le pays où vous vivez, vous ne craignez pas de porter votre insigne religieux
- on confond souvent votre nationalité ou vos origines avec une religion
- il arrive que l'on confonde votre religion avec une origine ethnique ou une nationalité
- on vous demande très souvent ce qui fait que vous croyiez en ce en quoi vous croyiez

Genres

- vous avez déjà été en difficulté pour trouver des vêtements confortables avec des poches assez grandes pour vos mains
- on vous a déjà dit, « moi si j'avais ton âge..... » en exprimant de manière explicite ou allusive un intérêt sexuel ou affectif envers vous.
- votre genre est le genre par défaut dans la langue courante du pays où vous vivez.
- vous vous êtes déjà entendu dire que vous « êtes plus belle/beau quand vous souriez »
- vous avez eu connaissance de l'anatomie complète et détaillée de vos organes génitaux durant votre scolarité primaire ou secondaire
- vous êtes du genre dont l'image est la plus utilisée pour vendre des yaourts, des voitures et du parfum
- il ne vous arrive jamais de vous demander si votre tenue vestimentaire est assez sécurisante avant de sortir dans la rue
- vous avez déjà réfléchi à comment vous habiller de manière à ne pas être prise pour cible sexuelle avant de sortir pour une fête
- vous avez déjà reçu des commentaires d'inconnus sur votre physique ou votre tenue
- vous avez déjà reçu des conseils non sollicités pour « améliorer » votre apparence physique, sur votre poids, votre coupe de cheveux, vos poils, votre tenue vestimentaire
- vous avez l'habitude ou eu l'habitude de recevoir beaucoup de commentaires ou de compliments sur votre apparence
- vous avez grandi en pensant que votre genre est naturellement plus délicat ou faible
- vous avez déjà retiré votre t-shirt en public sans vous poser aucune question et sans que personne ne réagisse bizarrement
- on vous demande régulièrement si vous avez des enfants ou pourquoi vous n'en avez pas
- vous avez une contraception qui agit sur votre propre corps

- on vous a déjà dit ou on a déjà cherché à vous expliquer que votre genre qui n'existe pas
- on ne vous a jamais dit que vous devriez choisir votre genre entre des catégories qui ne vous correspondent pas
- on vous a déjà demandé de quelle forme ou de quelle « nature » sont vos parties génitales

Orientation sexo-affective

- dans des contextes de rencontre, il vous arrive de changer le pronom de genre de votre/vos partenaires sexo-affectifs pour parler d'elleux
- vous avez déjà choisi de mentir ou de cacher la véritable identité de genre de vos/votre partenaire sexo-affectifs
- dans le pays où vous vivez, vous pouvez vous marier/pacser avec le/la partenaire de votre choix sans craindre un comportement particulier de la part du personnel de mairie
- on ne vous a jamais demandé si « il ne vous manquait pas quelque chose » vis-à-vis du genre de la personne avec qui vous êtes en relation sexo-affective
- des inconnus vous ont déjà questionné ou interpellé sur vos pratiques sexuelles dans un contexte où cela n'était pas un sujet que vous aviez consenti d'aborder
- on vous a déjà supposé être en couple avec une personne d'un genre qui ne vous attire pas
- vous vous êtes jamais retrouvé dans une situation où toutes les autres personnes présentes avaient une orientation affectivo-sexuelle différente de la votre
- on ne vous a jamais demandé pourquoi vous avez l'orientation affectivo-sexuelle que vous avez
- il vous est arrivé de choisir de rester évasif ou de mentir sur votre orientation sexuelle à votre travail
- vous avez déjà hésité avant d'embrasser votre partenaire sur la bouche dans un lieu public

- vous n'oseriez pas dévoiler la réalité de votre vie affective (genre et nombres de partenaires) à une partie de votre famille ou de vos collègues de travail
- on vous a jamais accusé/blâmé d'être perdu ou confus en raison du nombre de partenaires sexo-affectif que vous fréquentez

Santé validité

- vous n'avez jamais suivi de traitement longue durée (plus de 6 mois) pour un problème de santé
- il vous arrive souvent de renoncer à une activité à cause de votre état de fatigue ou de santé
- lorsque vous devez dormir hors de chez vous, il vous faut anticiper longtemps à l'avance votre confort minimal et vous savez que cela va vous coûter en énergie
- vous avez déjà renoncé à sortir avec vos ami.es à cause du nombre de personnes, de la foule, du niveau d'agitation physique ou sonore qui vous serait trop difficile à endurer
- vous ne vous demandez jamais si vous allez pouvoir manger et boire quelque chose qui ne portera pas atteinte à votre santé à un repas où l'on vous invite
- vous avez déjà vécu des crises d'angoisses ou de douleur et parfois pris des médicaments pour cela
- vous pouvez travailler une semaine de 35 heures ouvrée sans faire de crise d'angoisse ou de surcharge émotionnelle
- vous n'avez jamais eu de difficulté à rentrer dans un endroit parce que la porte était trop petite, ou la marche trop haute à franchir
- prendre les transports en commun est une option simple voire habituelle pour vous

Agisme et domination adulte (enfants, personnes âgées)

- on vous parle souvent sur un ton condescendant, comme si vous étiez une petite chose très fragile
- vous avez souvent l'impression qu'on s'adresse à vous comme si vous ne compreniez rien
- vous avez souvent l'impression qu'on s'adresse à vous comme si vous étiez un bébé
- on décide souvent pour vous ce que vous devez manger, boire, ou comment vous devez vous habiller
- on vous force souvent à manger alors que vous n'avez pas faim
- on vous force souvent à faire quelque chose que vous n'avez pas envie de faire
- il vous arrive parfois qu'on vous menace d'être puni.e pour quelque chose que vous avez fait ou pas fait
- il arrive parfois que vous receviez une récompense pour quelque chose que vous avez fait ou pas fait
- vous recevez souvent des validations ou critiques de ce que vous faites de la part de personnes adultes
- on vous dit souvent que « c'est bien » ou « c'est beau » ou « bravo » à propos de ce que vous faites
- on vous dit souvent que « c'est raté » ou que vous pouvez « mieux faire »
- on vous demande souvent de corriger vos erreurs
- vous n'êtes jamais invitées à la création des règles ou cadres qui vous concernent
- des humains se réunissent ou s'organisent souvent pour prendre des décisions sur comment vous allez passer votre temps sans vous demander votre avis
- des humains que vous ne connaissez pas beaucoup vous expliquent régulièrement qu'ils savent ce qui est bon ou pas pour vous
- il vous arrive souvent que des humains que vous ne connaissez pas beaucoup vous parlent comme si vous étiez leur copain.e
- il vous arrive régulièrement que des personnes parlent de vous devant vous comme si vous n'étiez pas là
- vous avez l'impression que vos idées ou propositions sont rarement entendues par les adultes
- il vous arrive souvent de devoir crier pour qu'un adulte vous remarque ou vous entende