

**FORMATION
MILITANTE**

**AGIR
FACE AUX DISCOURS
SEXISTES**

LIVRET D'AUTOFORMATION

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



SOMMAIRE

Pourquoi ce livret ?

Si elles ne constituent pas une minorité, les femmes et les filles sont pourtant, partout dans le monde, confrontées à des discriminations et des violences spécifiques en raison de leur genre, qui s'entrecroisent avec des discriminations liées à d'autres critères tels que l'âge, l'origine, l'orientation sexuelle, la religion, la situation de famille, la classe sociale, le handicap, etc.

Les discours sexistes sous-tendent de nombreux problèmes comme les violences conjugales, domestiques et sexuelles, les inégalités de revenus, le manque d'accès à l'éducation et l'insuffisance des soins de santé.

En France, malgré une égalité de droit, de nombreuses inégalités subsistent dans toutes les sphères de la vie sociale. Les stéréotypes et les préjugés sexistes ont des conséquences bien réelles sur les droits des femmes, sur leur vie. Il est nécessaire d'agir !

01	DÉFINITIONS, NOTIONS DE DROIT INTERNATIONAL ET RÉALITÉS	5
	👉 De qui parle-t-on ?	6
	👉 Notions de droit international	13
	👉 Réalités	17

02	ARGUMENTAIRE FACE AUX PROPOS SEXISTES	29
-----------	--	----

03	AGIR AVEC AMNESTY INTERNATIONAL	43
-----------	--	----

04	TÉMOIGNAGES	46
-----------	--------------------	----

Collection

Le livret pédagogique « *Agir face aux discours sexistes* » est une branche thématique conçue pour accompagner et compléter la collection « *Agir contre les discours toxiques* ». Dans cette collection, vous trouverez, entre autres, un livret central avec tous nos conseils sur la posture à adopter face aux personnes formulant des propos toxiques. Cette collection a pour objectif de permettre à toutes les personnes qui le souhaitent de s'auto-former afin de développer des stratégies de réponses adaptées aux discours toxiques.



01

DÉFINITIONS, NOTIONS DE DROIT INTERNATIONAL ET RÉALITÉS

// De quoi parle-t-on ?

QU'EST-CE QUE LE SEXISME ?

Le sexisme désigne **l'ensemble des attitudes, comportements et pratiques discriminatoires fondés sur le genre d'une personne**. Les agissements sexistes sont liés au genre d'une personne, et ont pour objet ou pour effet de porter atteinte à sa dignité ou de créer un environnement intimidant, hostile, dégradant, humiliant ou offensant.

Ces agissements sexistes – paroles ou actes – renforcent **les stéréotypes véhiculés depuis l'enfance, qui encouragent et légitiment les rôles binaires socialement construits** : celui de la femme et celui de l'homme. S'ils ne sont pas remis en cause, ils banalisent une culture qui accepte les inégalités et qui crée un terreau fertile pour toutes sortes de violences envers les femmes, les filles et les personnes LGBTI+.



BON À COMPRENDRE

Misogynie et sexisme, quelles différences ?

// **Misogynie** : le terme « misogynie » est emprunté au grec *misogunês*, « qui hait les femmes », de *misein*, « haïr » et *gunê*, « femme ». Il désigne donc quelqu'un « qui éprouve du mépris, voire de la haine, pour les femmes ».

C'est une haine qui attaque la globalité des femmes ou une femme en particulier.

// **Sexisme** : c'est un système de discrimination qui établit une hiérarchie entre les genres, au détriment des femmes mais aussi des personnes LGBTI+. Le sexisme s'exprime dans les institutions, le langage ou la culture. Le sexisme renvoie à une dimension systémique, c'est-à-dire qui structure nos sociétés.



ZOOM SUR LES DIFFÉRENTS TYPES DE SEXISME

// Le sexisme dit « **bienveillant** » est fondé sur l'attribution de qualités et rôles spécifiques aux femmes, perçues comme positives mais néanmoins discriminantes : propos paternalistes et infantilisans, compliments sur le physique et la tenue vestimentaire, valorisation de compétences ou qualités perçues comme spécifiquement féminines, assignant les femmes à des rôles prédéfinis.

// Le sexisme **masqué** a pour objet de traiter un genre de manière défavorable par rapport à l'autre genre, mais de manière volontairement camouflée : des remarques ou blagues sexistes sous couvert d'humour, l'affectation à des tâches conformes aux stéréotypes de genre, l'exclusion ou l'infériorisation.

// Le sexisme **hostile** est une attitude négative explicite à l'égard des femmes. Il est intentionnel, visible et s'exprime ouvertement : manifestations d'irrespect, de mépris, voire injures, propos dégradants ou dévalorisants associés à un dénigrement des compétences ou capacités (par exemple des remarques culpabilisantes sur les responsabilités familiales).

LES ORIGINES DU SEXISME DANS LES SOCIÉTÉS OCCIDENTALES

Depuis des siècles dans nos sociétés occidentales, les femmes, les filles et les personnes LGBTI+ vivent sous le joug du patriarcat : ce système social dans lequel l'autorité est détenue par les hommes, le plus souvent cisgenres et hétérosexuels, impliquant une domination sur les autres personnes. Celui-ci perpétue et banalise les stéréotypes et normes de genre pour conserver les dynamiques de domination qui en découlent et invisibiliser les problématiques de sexisme.

Si le sexisme et la misogynie ont longtemps échappé aux études, **la reconstruction d'une histoire d'oppression et d'invisibilisation¹ est cruciale pour mieux déconstruire les stéréotypes de genre et ses conséquences.**

¹ Source de cette partie historique :

- Diversidées, « Où commence le sexisme », 2023
- Adeline Gargan et Bernard Lançon, « Histoire de la misogynie de l'Antiquité à nos jours », 2013
- Revue Esprit sur France Culture, « Histoire de la misogynie », 2013
- France Inter, « Aux origines du préjugé sexiste de "la femme hystérique" », 2023
- France Inter, « La chasse aux sorcières n'est pas le fait du Moyen Âge... », 2018
- Limédia, « Les stéréotypes de genre au XIXe siècle »
- CNRS Le Journal, « De la domination sexuelle dans les empires coloniaux », 2019
- ONU Femmes, « L'invisibilisation des femmes dans l'art et la culture, tentatives de compréhension », 2021
- Lila Vautel, « Archéologie de la violence contre les femmes ». La chaîne d'union, 2020/2
- Céline Castellino et Ruri Takizawa, « Le corps féminin, un objet comme un autre ? Aux origines de l'objectification des femmes », 2022
- France Inter, « Mentirification : comment l'histoire efface les femmes », 2024
- Pauline Chanu, « Sortir de la maison hantée – comment l'hystérie continue d'enfermer les femmes », 2026



Construction sociale des genres

La hiérarchisation des genres commence dès le Néolithique : la domination masculine sur les femmes se fonde en grande partie sur une inégalité de force physique.

Dans l'Antiquité, le discours sexiste s'organise : les femmes seraient physiologiquement faibles, thèse soutenue et diffusée par les philosophes de l'époque comme Hippocrate, Aristote et Galien.

Plus tard, lors du siècle des Lumières, la répartition genrée des rôles, des espaces, des droits et des devoirs se met en place, tandis que triomphe une définition binaire et stéréotypée du féminin et du masculin.

Au cours du XIX^e siècle, la domination masculine est légitimée et renforcée par l'idée qu'il s'agit d'un état de fait « naturel », un déterminisme biologique immuable. L'accès à l'éducation est différencié car les femmes sont destinées, « de toute manière », à l'impératif du mariage, de la maternité et de la gestion du foyer, devoir et fonction de la femme dite « naturelles ».



Censure et invisibilisation

À l'inverse du caractère dit « impulsif et téméraire » associé à la masculinité, la féminité a été « caractérisée » par la vertu, la chasteté et la modération en toute chose. Les femmes sont forcées de se « contrôler » par décence, pudeur, discrétion et bienséance. En d'autres termes, elles doivent se tenir à la place qui leur est désignée.

Et si des femmes sortent de ce rôle, elles sont effacées par l'histoire écrite par les hommes. Dès le Moyen Âge, les femmes scientifiques ont été oubliées de la mémoire collective et d'autres se sont fait spolier leurs inventions, selon l'historienne Margaret Rossiter. Quelle que soit la discipline, nouvelle ou ancestrale, les noms des femmes restent invisibles car effacées volontairement² de l'histoire.



Pathologisation et « hystérie »

Dans l'empire grec, Galien, Platon, Aristote, Sophocle ou encore Hippocrate élaborent des théories dont celle des humeurs selon laquelle toute la femme réside dans l'utérus, un organe qui se baladerait jusqu'au cerveau. L'utérus étant le lieu de la maternité, au XVIII^e siècle il devient surtout le lieu

de tous les clichés à partir duquel les hommes entretiennent une approche très dévalorisante du corps des femmes en les affublant d'un caractère « hystérique ».

Pendant très longtemps, l'hystérie a été un diagnostic officiel dans l'histoire du traitement de la santé des femmes. Ce syndrome médical qui s'est généralisé très rapidement et qui est devenu un syndrome de répression et d'enfermement psychiatrique des femmes : « *mauvaises fréquentations* », « *agitation politique* », « *refus de devoir conjugal* », « *refus de faire le ménage* », « *lecture de romans* »... tels sont les motifs retrouvés sur les certificats médicaux. En effet, le diagnostic « d'hystérie » fut un moyen opportun pour les hommes de dénier la moindre conscience politique aux femmes.

Sexiste, réductrice et concept fourre-tout de troubles psychiques et physiques, l'hystérie ne fait heureusement plus partie des classifications médicales, mais continue d'être utilisée dans le langage courant.



Dangerosité des femmes sachantes

Une femme sans enfant, une femme sans homme dans sa vie, une veuve, une femme hors de « sa place » était communément accusée de sorcellerie au Moyen Âge. La majeure partie des « sorcières » étaient en réalité des sages-femmes et autres guérisseuses.

Pendant la Renaissance, toutes les femmes détentrices d'un certain savoir, et par extension d'un certain pouvoir, furent persécutées car « hérétiques ». Lors de crises, les femmes deviennent un bouc-émissaire : elles sont considérées comme les intermédiaires de la « main du Diable ». Entre 1430 et 1630, le continent européen a connu **110 000 procès en sorcellerie**, dont 48 % se sont soldés par une condamnation à mort. Et c'est sans compter les exécutions privées et les lynchages...

De nos jours, le célibat des femmes ou le non-désir d'enfants sont toujours mal perçus. Par ailleurs, le savoir développé par les « sorcières » à l'époque était un savoir pour et par les femmes : la médecine féminine n'est que très récente, les femmes ayant été mal soignées par manque de recherche médicale. Par exemple, il a fallu attendre 2005 et la publication d'un article scientifique par l'urologue australienne Helen O'Connell, pour enfin connaître l'anatomie complète du clitoris.

² Lire le livre « *Les grandes oubliées : pourquoi l'Histoire a effacé les femmes* » de Titliu Lecoq, L'Iconoclaste, 2026.





Objectification sexuelle et corps appropriés

L'objectification sexuelle se définit comme une manière de réduire la femme à un statut d'objet, ou encore à considérer les parties de son corps comme des objets, et de ne la voir qu'à travers ses caractéristiques sexuelles et reproductives. Ainsi, pendant des siècles, le corps des femmes est analysé sous le prisme de leur potentiel reproducteur et dans le but pour l'homme de perpétuer ses gènes.

Lors de la colonisation, la conquête territoriale s'accompagnait bien souvent d'une conquête sexuelle d'un corps non blanc, perçu comme exotique. Les femmes colonisées étaient fréquemment réduites par les colons blancs à des objets sexuels et les rapports intimes, consentis ou non, étaient monnaie courante. Des images et récits reprenant cette hypersexualisation ont été largement diffusés et ont ainsi contribué à des stéréotypes de genre encore prégnants dans nos sociétés pour les femmes non blanches.

Publicité, cinéma, discours, musique : dans toutes les sphères de la société, le corps des femmes est encore aujourd'hui objectifié et hypersexualisé.

➔ **Nous héritons aujourd'hui de siècles de représentations de genre stéréotypées.** Les discours et discriminations sexistes sont des contraintes qui limitent la possibilité pour les femmes de se défaire de ces rôles et qui les encouragent à se conformer à ceux-ci.

Ce que cette frise ne montre pas, ce sont les siècles de **lutte féministe pour acquérir des droits et un traitement égalitaire**. Les dernières décennies ont permis aux femmes d'accéder à des droits qui leur ont trop longtemps été refusés et de rendre visible la manière dont elles sont minorisées. Cependant, ces avancées législatives et sociales ne doivent pas faire oublier que la domination masculine est toujours présente et légitimée, avec la permanence du système patriarcal.



ZOOM SUR LE FÉMINISME INTERSECTIONNEL

C'est la conviction que les personnes **de tous genres** devraient bénéficier des mêmes droits et des mêmes chances. Le féminisme œuvre à faire en sorte que les femmes ainsi que les personnes non-binaires, y compris les personnes qui sont exposées à plusieurs formes de discriminations, puissent bénéficier pleinement de leurs droits, au même titre que les hommes. Le féminisme intersectionnel reconnaît que **toutes les raisons pour lesquelles une personne peut être discriminée**, notamment la couleur de peau, le genre, l'orientation sexuelle, l'identité de genre, la classe économique et le handicap, **convergent et se recoupent**. Ainsi les discriminations fondées sur le genre ne vont pas affecter toutes les femmes, les filles et les personnes LGBTI+ de la même façon.

UNE CONCEPTION BINAIRE DE L'HUMANITÉ

FEMMES ET HOMMES : DEUX CATÉGORIES BIEN DISTINCTES ?

Le genre est une construction sociale et culturelle, distincte du sexe biologique, et qui s'exprime souvent en termes de masculinités et de féminités. Si une personne a des caractéristiques biologiques « femelles », on lui assignera le genre femme. Si une personne a des caractéristiques biologiques « mâles », on lui assignera le genre homme.

Le genre renvoie aux rôles, comportements, expressions, valeurs et identités **établis par la société** pour les personnes, en fonction de leur sexe. Cette construction varie en fonction des cultures et peut évoluer ou être modifiée à travers l'histoire d'une même société. Par exemple, les sociétés autochtones à travers le monde ont des conceptions bien différentes du genre et des rôles qui leur sont associés.





BON À SAVOIR

Normes de genre : les modes de comportements sociaux correspondant à ce que l'on attend généralement d'une personne sur la base de son sexe biologique.

Stéréotypes de genre : des idées toutes faites et généralisées sur ce qu'une personne est ou devrait être, sur la base de son sexe biologique.

En réalité, **de nombreuses personnes ne s'identifient pas au genre qui leur a été assigné à la naissance** : il s'agit des personnes transgenres, par opposition aux personnes cisgenres qui au contraire s'identifient au genre qui leur a été assigné à la naissance. Certaines s'identifient même en dehors du modèle binaire homme / femme : ce sont les personnes non-binaires.

De plus, le sexe biologique lui-même n'est pas toujours binaire : 1,7 % de la population est **intersexe**, c'est-à-dire qui naît avec des caractéristiques sexuelles qui ne correspondent pas aux définitions types des corps masculins ou féminins.

UNE IDENTITÉ DE GENRE PROPRE À CHACUN-E

Toute personne a le droit de vivre son identité de genre tel qu'elle le souhaite et ne devrait pas être contrainte à vivre avec un corps ou une identité avec lesquels elle ne se sent pas à l'aise. Les stéréotypes et normes de genre de la société dans laquelle iel évolue ne devraient pas régir sa vie, son identité et son expression de genre.

Bien souvent, **les discriminations et les violences à l'encontre des femmes et des filles affectent aussi les personnes LGBTI+** : elles sont stigmatisées parce qu'elles ne se conforment pas aux normes sociales en matière de masculinité et de féminité. Les personnes LGBTI+ sont discriminées, lorsqu'elles ne se conforment pas aux catégories binaires en matière de sexe et de genre, lorsqu'elles ne sont pas hétérosexuelles³. Les femmes subissent elles aussi des discriminations par exemple lorsqu'elles ne souhaitent pas avoir d'enfant ou qu'elles ont recours à des soins liés à l'avortement, lorsqu'elles travaillent dans un secteur professionnel dominé par les hommes, lorsqu'elles font preuve d'assurance plutôt que de sensibilité, etc.

// Notions de droit international

L'égalité de genre est reconnue par l'Organisation des Nations unies (ONU) comme **essentielle au développement, à la paix et à la justice** : les sociétés progressent lorsque les droits des femmes sont respectés.

Pour travailler à cette perspective, deux instruments juridiques majeurs ont été adoptés par les États membres de l'ONU, en plus de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme (DUDH) de 1948 :

1. La Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (1979).
2. La Déclaration sur l'élimination de la violence à l'égard des femmes (1993).

Chaque région du monde bénéficie en plus d'un instrument juridique régional. En Europe, il s'agit de la Convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique (dite Convention d'Istanbul) (2011).

LE DROIT À L'ÉGALITÉ

Tous les êtres humains sont égaux en dignité et en droits (article 1 de la DUDH), indépendamment du genre.



LE DROIT DE NE SUBIR AUCUNE DISCRIMINATION

Dans son préambule, la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (1979) reconnaît explicitement que « la discrimination généralisée contre les femmes existe toujours » et souligne qu'une telle discrimination « viole les principes de l'égalité des droits et du respect de la dignité humaine ». D'après l'article premier de la Convention, on entend par discrimination « toute distinction, exclusion ou restriction fondée sur le sexe dans les domaines politique, économique, social, culturel et civil ou dans tout autre domaine ».

³ Lire notre livret d'autoformation de la même collection : « Agir face aux discours LGBTIphobes »



Journée internationale de la fille; 2025. © Amnesty International Zimbabwe

LE DROIT À L'ÉDUCATION

Chaque personne a droit à l'éducation (article 26 de la DUDH), et ce droit doit être assuré de manière égale, quel que soit le genre. Dans l'article 10 de la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (1979), ce droit ne peut être garanti qu'avec la mise en place :

- // d'un accès égal aux études, diplômes et ressources ;
- // de l'élimination des stéréotypes de genre dans l'enseignement ;
- // de la réduction du décrochage scolaire des filles ;
- // de l'accès à l'information sur la santé et la planification familiale.

LE DROIT À LA VIE, À LA LIBERTÉ ET À LA SÛRETÉ DE SA PERSONNE

L'article 3 de la DUDH (1948) garantit à tout individu le droit à la vie, à la liberté et à la sûreté de sa personne, sans exception.

LE DROIT DE NE PAS SUBIR DE TORTURE OU DE TRAITEMENT CRUEL, INHUMAIN OU DÉGRADANT

L'interdiction des violences est affirmée dès l'article 5 de DUDH : « Nul ne sera soumis à la torture ni à des peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants. »

Plusieurs textes internationaux précisent ensuite cette protection. La Déclaration sur l'élimination de la violence à l'égard des femmes (1993) reconnaît différentes formes de violences faites aux femmes, sans en dresser une liste exhaustive.

De son côté, la Convention d'Istanbul (2011) constitue le principal cadre juridique contraignant de lutte contre ces violences en Europe. Elle souligne leur dimension structurelle et accorde une attention particulière aux femmes et aux filles, qui en sont les premières victimes.

LE CONSENTEMENT AU MARIAGE

Selon l'article 13.2 de la Convention sur le consentement au mariage, l'âge minimum du mariage et l'enregistrement des mariages (1962), le mariage nécessite un consentement libre, plein et exprimé personnellement. Les mariages d'enfants sont considérés comme des

mariages forcés, car au moins l'un des conjoints ne peut librement exprimer son consentement plein, libre et éclairé.

LE DROIT À L'AUTONOMIE CORPORELLE

L'autonomie corporelle dans les domaines de la sexualité et de la procréation englobe des droits qui permettent aux personnes de faire des choix et de prendre des décisions éclairées concernant leurs besoins en matière de santé sexuelle et reproductive – pouvoir accéder à la contraception, maîtriser leur fécondité, avorter sans risquer de se mettre en danger – et ce sans subir de discrimination, de coercition ou de violence.

L'autonomie corporelle constitue la base ou fait partie intégrante d'un certain nombre de droits énoncés dans des traités et des accords internationaux.



Marche pour les droits des femmes, Paris 2026. © Clément Mahoudeau

LE DROIT À LA LIBERTÉ D'EXPRESSION ET LA LIBERTÉ DE PENSÉE, DE CONSCIENCE ET DE RELIGION

En vertu du droit international relatif aux droits humains, toute personne a droit à la liberté d'expression et à la liberté de manifester sa religion ou ses convictions (article 18 de la DUDH).

L'exercice des droits à la liberté d'expression et à manifester ses convictions religieuses peut subir certaines restrictions, mais uniquement lorsque ces restrictions répondent à des conditions rigoureuses.

Par exemple, les lois sur l'obligation ou l'interdiction du port du foulard violent toute une série de droits, notamment les droits à l'égalité, à la vie privée et à la liberté d'expression et de croyance. Amnesty International se bat pour la liberté de choisir librement comment se vêtir. Les femmes et les filles doivent être libres de décider si elles veulent ou non porter des symboles et des tenues spécifiques sur la base de convictions religieuses personnelles, de coutumes culturelles ou pour toute autre raison. Toute personne doit pouvoir exercer ce droit libre de toute discrimination, de toute contrainte ou de toute menace⁴.



ZOOM SUR LES GRANDES MARCHES POUR LES DROITS DES FEMMES

// 8 mars - journée internationale des droits des femmes : officialisée par les Nations unies en 1977 et célébrée dans de nombreux pays à travers le monde le 8 mars, cette journée est l'occasion de faire un bilan sur la situation des droits des femmes.

// 25 novembre - journée contre les violences sexistes et sexuelles : depuis sa création par les Nations unies en 1999, cette journée a pour but de dénoncer les stéréotypes de genre et sensibiliser aux violences à l'égard des femmes.

// Réalités des violations des droits et des violences fondées sur le genre

Malgré de nombreuses avancées notoires, les droits acquis grâce aux luttes féministes, et la vague de dénonciation des violences sexistes et sexuelles via le mouvement #MeToo, les femmes et les filles continuent de subir des violations de leurs droits et/ou des violences fondées sur leur genre, et ce partout dans le monde.

Parmi ces victimes, les personnes qui subissent plus d'une discrimination (discriminations intersectionnelles) sont bien souvent celles qui sont les plus marginalisées et les plus touchées par ces violations. Elles font alors face à des violences supplémentaires.

Il est d'autant plus difficile pour les femmes de dénoncer ces violations et violences, car elles ne sont souvent pas crues⁵.



PROPAGATION DU MASCULINISME ET SES DANGERS

La masculinité est nuisible lorsqu'elle favorise les attitudes et pratiques qui perpétuent les inégalités de genre, lorsqu'elle galvanise le sexisme et les LGBTIphobies sous toutes leurs formes mais aussi des comportements dominants et discriminatoires, voire violents.

Le masculinisme est une idéologie anti-féministe qui exhorte les hommes à revendiquer leur domination et leur autorité, notamment sur les femmes, les

filles et les personnes LGBTI+. Avec un objectif assumé : restaurer une société patriarcale, protéger les « valeurs traditionnelles » et replacer la famille au centre de nos sociétés.

Dans un rapport publié en juin 2026, le Sénat alerte : les mouvements masculinistes ne sont pas qu'une simple tendance sur les réseaux sociaux. Ils sont « *un mouvement social et politique qui vise à anéantir les droits des femmes et démanteler notre socle démocratique.* »

⁴ Voir livret d'autoformation « Agir face aux propos islamophobes », Amnesty International France, 2026

⁵ Lire les deux dernières enquêtes d'Amnesty International France sur le sujet :

- 10 méthodes des mouvements anti-genre et masculinistes pour s'attaquer aux femmes et aux personnes LGBTI+, 2026
- « Rentrez chez vous, ça va passer – porter plainte pour violences sexuelles : l'épreuve des femmes migrantes, transgenres et travailleuses du sexe en France », 2024

Des attaques ciblées, coordonnées et croissantes, à retrouver dans notre analyse sur les 10 méthodes des mouvements anti-genre et masculinistes pour s'attaquer aux femmes et aux personnes LGBTI+.

DIFFUSION DU SEXISME ORDINAIRE ET DES STÉRÉOTYPES DE GENRE DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE

Les stéréotypes de genre sont alimentés et renforcés par leur diffusion large et répétée dans les productions artistiques (cinéma, musique, littérature etc.), la publicité ou les médias, mais aussi dans les outils éducatifs et les œuvres destinés aux enfants.

EXERCICE

Envie d'analyser la représentation des femmes, notamment dans les œuvres culturelles ?

Faites-leur passer le test de Bechdel !

Un film doit remplir 3 critères pour passer le test :

// le film doit comprendre deux personnages féminins avec un prénom ou un nom

// Ces deux personnages ont une conversation entre elles

// La conversation doit porter sur autre chose qu'un homme

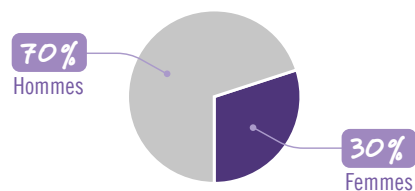
Le manque de représentations féminines, l'usage d'une langue valorisant le masculin, les rôles genrés dans les

supports jeunesse ou encore les jouets différenciés, contribuent à ancrer, dès l'enfance, des stéréotypes de genre⁶.

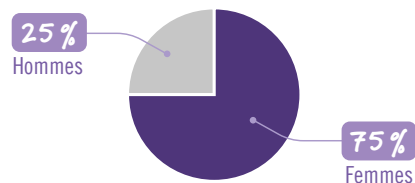
Ces stéréotypes influencent l'évaluation des capacités et les choix d'orientation. Après le baccalauréat, les filières restent très genrées : les hommes s'orientent majoritairement dans les sciences et le sport (environ 70 %), tandis que les femmes se dirigent principalement vers les secteurs de la santé, des lettres et des sciences humaines (environ 75 %)⁷. Pourtant, la représentation a un impact direct : une simple intervention de femmes scientifiques peut augmenter l'inscription des filles dans les filières scientifiques⁸.

Choix d'orientation après le baccalauréat

Filières sciences et sport



Filières santé, lettres, sciences humaines



BON À COMPRENDRE

Le sexisme intériorisé

Le sexisme intériorisé désigne l'adoption, souvent inconsciente, de stéréotypes de genre et d'agissements sexistes à son propre égard ou envers d'autres femmes lorsqu'on en est une. Le « **slut-shaming** », lorsqu'il est exercé par des femmes, en fait partie : ce néologisme composé des mots anglais *slut* (salope) et *shame* (honte) consiste à juger, dévaloriser ou intimider une femme pour son apparence ou son comportement – souvent sexuel – jugés trop « provocants ».

Se défaire de ces mécanismes hérités de siècles de sexisme est un défi nécessaire.

ACTES ET DISCOURS SEXISTES AU QUOTIDIEN

Les données du Baromètre sur le sexisme, produit chaque année par le Haut Conseil pour l'égalité entre les femmes et les hommes, montrent qu'en 2025, 84 % des femmes en France déclarent avoir déjà vécu au moins une situation sexiste, dont 54 % ont subi des blagues ou commentaires sexistes. Les femmes transgenres subissent d'autant plus ces actes qui mêlent misogynie et transphobie (appelée transmisogynie).

core de désinformation sur les droits (avortement par exemple) contribuent à restreindre leur liberté d'expression et leur droit à l'information. Face à ces attaques, de nombreuses femmes et personnes LGBTI+ s'autocensurent ou quittent les réseaux sociaux. Or chacun et chacune doit pouvoir s'exprimer librement, sans crainte ni intimidation.

HARCÈLEMENT SEXUEL

Il s'agit de propos ou comportements à connotation sexiste et/ou sexuelle répétés, qui soit portent atteinte à la dignité en raison de leur caractère dégradant ou humiliant, soit créent à l'encontre de la victime une situation intimidante, hostile ou offensante. En 2025 en France, 62 % des femmes déclarent avoir subi du harcèlement dans l'espace public, 45 % des sifflements ou interpellations à caractère sexuel.

LE CYBERSEXISME

En France, les discours de haine en ligne sont la première forme de cyber-violence, touchant majoritairement les femmes (84 % des victimes en 2025). Menaces, harcèlement, diffusion d'informations privées, de contenus misogynes de la « manosphère » ou en-

6 Allez voir les publications de @pépitesexiste sur les réseaux sociaux.

7 Anne Boring pour Science Po « Parcoursup 2024 – vœux de poursuite d'études et de réorientation dans l'enseignement supérieur et réponses des établissements ».

8 Ibid.

LES VIOLENCES SEXUELLES

En France, les violences sexuelles regroupent les agressions à caractère sexuel et les rapports non consentis, comme le viol. En 2023, plus de 114 000 victimes ont été recensées⁹ par les forces de l'ordre. Dans 75 % des cas, l'agresseur était connu de la victime.

Les femmes subissant plusieurs discriminations sont d'autant plus à risques :

// Les femmes en situation de handicap sont particulièrement exposées : une sur cinq a déjà subi un viol¹⁰.

// Les femmes demandeuses d'asile ont 18 fois plus de risques de subir un viol par rapport à d'autres femmes en France¹¹.

Les enfants sont également touchés : 160 000 subissent chaque année des violences sexuelles en France, soit une victime toutes les trois minutes¹².

Ces violences s'inscrivent dans une culture du viol encore présente. En 2025, une partie des hommes continuaient de remettre en cause le consentement, de considérer qu'une femme peut avoir un rapport sexuel par devoir ou de juger qu'une victime porte une part de responsabilité¹³. Ces idées contribuent à banaliser et à minimiser les violences sexuelles.



C'EST QUOI LA CULTURE DU VIOL ?

La culture du viol désigne l'ensemble des idées, stéréotypes et comportements qui banalisent ou minimisent les violences sexuelles. Elle se manifeste par des remarques comme : « elle l'a cherché », « elle n'a pas dit non » ou « elle avait accepté au début ». Ces discours culpabilisent les victimes, freinent leur prise de parole et contribuent à l'impunité des agresseurs. Nommer cette réalité est une étape essentielle pour la combattre et passer à la culture du consentement.

LES MEURTRES FONDÉS SUR LE GENRE (FÉMINICIDES)

Il s'agit de meurtres intentionnels avec une motivation fondée sur le genre. Autrement dit, cela désigne le fait de tuer une femme parce que c'est une femme. Selon le Haut-Commissariat des Nations unies aux droits de l'Homme (HCDH), environ 50 000 femmes et filles ont été tuées dans le monde en 2024, la plupart par des membres de leur famille : le foyer reste l'endroit le plus dangereux pour elles.

Il existe plusieurs types et prévalences du meurtre fondé sur le genre (féminicide) identifiés par l'Organisation Mondiale de la Santé :

// Féminicide par un proche

// Féminicide en dehors de la sphère privée

// Crimes « d'honneur »

// Féminicide lié à la dot

En 2025 en France, 171 femmes sont mortes en raison de leur genre selon l'Inter Orga Féminicides¹⁴. Chaque jour, **3 femmes sont victimes de féminicide ou de tentative de féminicide**¹⁵ ! En 2025, plus de 280 personnes trans ont été tuées dans le monde, dont plus de 90 % étaient des femmes.

LES MUTILATIONS GÉNITALES FÉMININES ET LA STÉRILISATION FORCÉE

Ce sont deux moyens de contrôles de la sexualité des femmes et des jeunes filles totalement contraires aux droits humains :

// Les Mutilations Génitales Féminines (MGF) désignent toutes les interventions qui impliquent l'ablation partielle ou totale de la partie externe de l'appareil génital féminin ou d'autres blessures infligées aux organes génitaux féminins pour des raisons non médicales. À l'heure actuelle selon l'Unicef, plus de 230 millions de filles et de femmes à travers le monde ont subi des MGF.

// De nombreuses femmes ont été et sont victimes de stérilisation forcée : des femmes inuit au Groenland il y a quelques décennies, des femmes en situation de migration aux États-Unis détenues dans un centre de détention en 2020, mais aussi des femmes en situation de handicap en Europe.

MARIAGES FORCÉS

Les mariages précoces et forcés volent la vie à des milliers de filles et de femmes, conduisent à la déscolarisation, à des grossesses non désirées, à des situations de profonde détresse.

9 Ministère de l'Intérieur, Enquête "Vécu et ressenti en matière de sécurité", 2024

10 Enquête IFOP et LADAPT, « Être une femme en situation de handicap : la double peine ? », 2022

11 Jérémy Khouani, 'Incidence of sexual violence among recently arrived asylum-seeking women in France: a retrospective cohort study', The Lancet

12 CIVISE, « Violences sexuelles faites aux enfants : on vous croit », 2023

13 Haut Conseil pour l'égalité entre les femmes et les hommes, « Rapport 2026 sur l'état des lieux du sexisme en France : la menace masculiniste », 2026

14 L'Inter Orga Féminicides est constituée de cinq organisations fondatrices : Acceptess-T, La Fédération Parapluie Rouge, les Dévalideuses, Act Up-Paris et #NousToutes.

15 Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes, « Rapport annuel 2024 sur l'état des lieux du sexisme en France », 2024.



ZOOM SUR LE CONTINUUM DES VIOLENCES

Les violences fondées sur le genre sont liées entre elles par un continuum, un lien qui fait que les plus petites violences autorisent les plus grandes violences. Le continuum des violences fondées sur le genre est un concept qui a été formulé pour la première fois en 1987 par la sociologue britannique Liz Kelly.

L'idée de continuum permet aussi de souligner la fréquence de ces violences tout au long d'une vie : **toute femme, fille ou personne LGBTI+ rencontre à un moment de sa vie une partie du continuum**. Ainsi, ce concept met en avant le lien entre toutes ces formes de violences, de la remarque sexiste qui peut sembler la plus anodine, à une violence physique pouvant entraîner la mort.

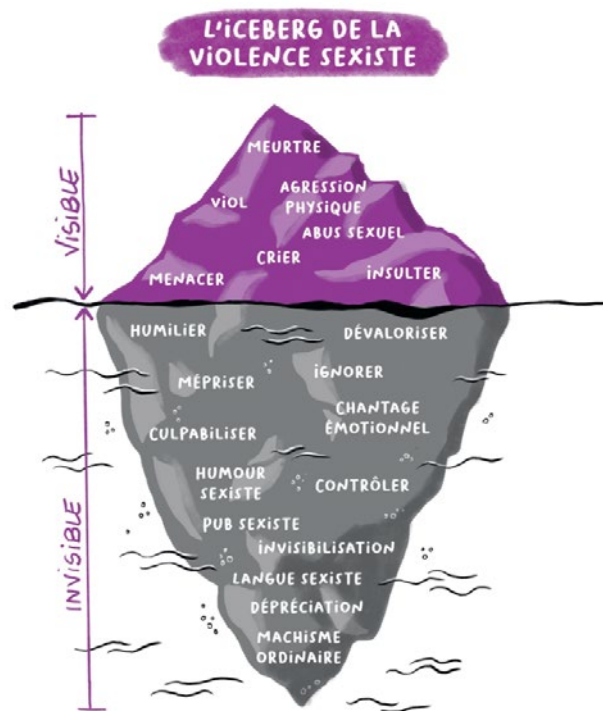


Image issue du guide sur les violences conjugales du département de l'Ille-et-Vilaine @Maiwenn Philouze



Marche contre les violences sexistes et sexuelles à Paris, novembre 2022. © Benjamin Girette & Hans Lucas

ACCÈS À LA JUSTICE

Aujourd'hui, les personnes victimes de violences sexuelles qui obtiennent justice y parviennent seulement après un long et pénible parcours de combats.

Les personnes victimes de violences sexuelles dénoncent un traitement judiciaire traumatisant, voire dénigrant, et ce dès le dépôt de plainte¹⁶ : questions inappropriées, manque d'information sur leurs droits, attitudes méprisantes, culpabilisation, préjugés liés aux stéréotypes de genre ou mythes sur le viol. C'est ce qu'on appelle la « victimisation secondaire ».

Certaines personnes particulièrement exposées aux violences, comme les femmes transgenres, les travailleuses du sexe ou les femmes migrantes, font face à des obstacles supplémentaires. Elles peuvent subir racisme, transphobie, remise en cause des faits dénoncés, refus illégal d'enregistrer leur plainte, et même obligation de quitter le territoire lorsqu'elles sont en situation irrégulière.

Ce traitement a un impact direct :

6 % des victimes de viol, tentatives de viol et/ou agressions sexuelles subies ont porté plainte en 2021.

0,6 % des viols ou tentatives de viols auraient donné lieu à une condamnation en 2020.

86 % des plaintes pour violences sexuelles sont classées sans suite entre 2012 et 2021¹⁷.

Du fait d'une législation et d'un système judiciaire inefficaces en matière de lutte contre les violences faites aux femmes et aux filles, les poursuites et condamnations restent rares.

Cette impunité prive les victimes de justice et peut contribuer à la répétition des violences.

¹⁶ Amnesty International France, « Rentrez chez vous, ça va passer – porter plainte pour violences sexuelles : l'épreuve des femmes migrantes, transgenres et travailleuses du sexe en France », 2024

¹⁷ Observatoire national des violences faites aux femmes, Enquête de victimation de l'INSEE, Institut des politiques publiques (2024)

ACCÈS À L'ÉDUCATION

Environ 130 millions de filles ne sont pas scolarisées dans le monde¹⁸ et, en Afghanistan, elles sont même privées d'école. La pauvreté, l'isolement, les discriminations, le handicap, les mariages précoces ou encore les violences fondées sur le genre restent autant d'obstacles qui empêchent de nombreuses filles et femmes d'accéder à l'éducation et de poursuivre leurs études.



L'INÉGALITÉ SALARIALE

En France, les femmes gagnent en moyenne 22 % de moins que les hommes dans le secteur privé. Ces écarts s'expliquent notamment par la concentration des femmes dans des emplois moins rémunérés, le temps partiel subi et les difficultés d'accès aux postes les plus valorisés¹⁹.

Les inégalités salariales s'expliquent aussi par la répartition genrée des métiers : les femmes sont plus souvent présentes dans des secteurs moins rémunérés et occupent davantage d'emplois peu qualifiés, sans forcément le choisir. Ces inégalités se construisent dès l'orientation scolaire et les parcours professionnels. Elles rencontrent également davantage d'obstacles à leur évolution de carrière : elles sont sous-représentées parmi les plus hauts revenus et surreprésentées dans les emplois à bas salaire.

À poste et temps de travail équivalents, un écart salarial de 4 % subsiste, que l'INSEE attribue notamment aux discriminations salariales.

DISCRIMINÉES DANS L'ACCÈS AU TRAVAIL

Dès l'école, les orientations professionnelles des filles et des garçons sont dirigées. En arrivant sur le marché du travail, femmes et hommes n'occupent pas les mêmes métiers.

Le genre et la grossesse constituent des critères de discrimination importants à l'embauche mais aussi au cours de la carrière, notamment au moment du congé de maternité, où les femmes peuvent se voir refuser une promotion ou une augmentation.



QUELQUES CHIFFRES SUR LA DIFFICILE ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE DES FEMMES EN FRANCE

L'espace d'évolution professionnel est plus restreint pour les femmes²⁰ :

// Plafond de verre : 22 % de femmes parmi les salarié-es les mieux rémunéré-es (ségrégation verticale)

// Parois de verre : 44 métiers à prédominance masculine pour 23 métiers à prédominance féminine (ségrégation horizontale qui enferme les femmes dans des secteurs d'activité spécifiques et moins rémunérateurs)

// Plancher collant : 55 % des emplois à bas salaire sont occupés par des femmes (alors qu'elles ne sont que 41,5 % des équivalents temps pleins du secteur privé)

ASSIGNATION DIRECTE OU INDIRECTE AU TRAVAIL DOMESTIQUE ET GESTION DU FOYER

AIDANCE

Parmi les personnes aidantes, une majorité sont des femmes. Être aidant-e signifie offrir un soutien non professionnel, régulier et fréquent à un-e proche âgé-e, malade, ou en situation de handicap. Les aidant-es assument cette responsabilité en parallèle de leur vie professionnelle et/ou personnelle, avec des conséquences parfois lourdes sur celle-ci : en France en 2024²¹, 54 % des aidant-es sont des femmes – parmi elles, 70 % déclarent être l'aidante principale et 26 % aider plusieurs personnes.

ASSIGNATION DIRECTE OU INDIRECTE AUX TÂCHES DOMESTIQUES

Le travail domestique (tâches du quotidien non rémunérées tels que le ménage, la cuisine, les courses, l'entretien, les soins, etc.) reste majoritairement assumé par les femmes²², ce qui réduit leur temps disponible pour le travail, les loisirs ou l'engagement citoyen. Lorsque ce travail est délégué et donc rémunéré, il l'est la plupart du temps à des femmes des classes populaires, des femmes non blanches et/ou des femmes étrangères : la discrimination

18 UNESCO, « Out-of-school rate », 2025

19 Observatoire des inégalités, *Les inégalités de salaires entre les femmes et les hommes : état des lieux*, 2026

20 Haut Conseil pour l'égalité entre les femmes et les hommes, *Rapport 2025 sur l'état du sexisme en France*, 2025.

21 Baromètre de l'aidance, 2024

22 Observatoire des inégalités, « Partage des tâches domestiques : les progrès sont lents », 2025

fondée sur le genre devient également une discrimination fondée sur la couleur de peau, la nationalité, l'origine et la classe sociale. Par exemple en France, 4 employé-es de maison sur 10 sont des femmes immigrées²³.

CHARGE MENTALE

La charge mentale, c'est l'organisation et l'anticipation du quotidien (repas, courses, rendez-vous, démarches, etc.). Souvent invisible, elle repose encore majoritairement sur les femmes. En France, 71 % des salariées déclarent ressentir une forte surcharge mentale et 41 % se sentent régulièrement dépassées²⁴. Cette pression, liée notamment aux attentes autour de la maternité et du rôle de « femme multitâche », peut nuire à leur bien-être et à leur santé.

LEURS CORPS, MAIS PAS LEURS CHOIX

L'HÉTÉROSEXUALITÉ COMME NORME

En se fondant sur la binarité femmes-hommes, les normes de genre instaurent également l'idée de leur complémentarité : les femmes doivent être attirées romantiquement et sexuellement par les hommes.

Parce qu'elles dérogent à cette norme de l'hétérosexualité, les femmes lesbiennes, bisexuelles, asexuelles et/ou aromantiques peuvent être stigmatisées ou soumises à des discriminations et des violences. Tout comme il ne détermine pas leur identité de genre, le sexe biologique ne détermine en rien l'orientation sexuelle des personnes.

ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE, CHOIX DE SE MARIER ET ACCÈS À LA CONTRACEPTION

Dans de nombreux pays, les enfants sont privés de toute éducation et information sur le corps, la sexualité et la procréation en raison de normes et stéréotypes de genre persistants. Ce manque d'information peut entraîner des conséquences graves : violences sexuelles, grossesses non désirées ou infections sexuellement transmissibles, parmi tant d'autres.

Une éducation complète à la sexualité permet aux jeunes de faire des choix éclairés, de mieux connaître leurs droits et de renforcer leur autonomie, et ainsi garantir les droits humains et atteindre l'égalité des genres. En France, le programme d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité (EVARS) fait face à des attaques croissantes : pressions sur les enseignant-es, cyberharcèlement et opposition aux interventions en milieu scolaire, souvent au nom d'un prétendu « endoctrinement LGBT ».

ACCÈS À DES SERVICES DE SANTÉ

Dans de nombreux États, les difficultés d'accès à l'information sur la planification familiale, à la contraception ainsi que l'interdiction absolue ou l'extrême restriction de l'interruption volontaire de grossesse ôtent la possibilité de choisir d'avoir ou non un enfant, et obligent les personnes à recourir à des avortements illégaux et risqués pour leur vie. L'accès à la santé sexuelle et reproductive reste parfois limité par des obstacles sociaux



ou familiaux, mais aussi par la désinformation dissuadant les femmes d'avorter.

Depuis 2025 en France, la baisse des subventions du Planning familial²⁵ menace l'accès à ces droits humains.

L'accès aux droits sexuels et reproductifs est d'autant plus difficile pour les femmes issues de minorités stigmatisées : ces femmes sont victimes de discrimination intersectionnelle (discrimination de genre et discrimination liée à leurs origines).

ACCÈS À L'INTERRUPTION VOLONTAIRE DE GROSSESSE

Mettre fin à une grossesse est une décision que prennent des millions de personnes. Il s'agit d'un soin de santé

de base. Pourtant, alors que la nécessité d'avorter est courante, l'accès à des services d'avortement sûrs et légaux est loin d'être garanti aux personnes qui pourraient en avoir besoin. 22 millions d'avortements dangereux sont pratiqués chaque année dans le monde, pour la grande majorité d'entre eux dans des pays du Sud global d'après d'après l'Organisation Mondiale de la Santé.

Ces trente dernières années, 60 pays ont modifié leur législation pour faciliter l'accès à un avortement sûr et légal. Pour autant, ce droit fondamental et les personnes qui le défendent ne cessent d'être questionnés, stigmatisés et criminalisés.

23 Observatoire des inégalités, "Les immigrés exercent plus souvent des métiers pénibles", 2021

24 Enquête IFOP et News RSE, « Enquête sur la charge mentale des actifs – vague 2 » 2025

25 Amnesty International France, « Baisse des subventions du Planning familial : une menace pour nos droits fondamentaux », 2025



02

ARGUMENTAIRE FACE AUX PROPOS SEXISTES

// Quelques conseils pour ne pas nourrir les stéréotypes



CHOIX DES IMAGES

✗ Éviter des représentations stéréotypées :

// Des images de filles et de femmes dénudées, sexualisées ou en tenue non appropriée pour l'activité réalisée.

// Des images où les femmes sont représentées à la disposition des hommes, dans des positions lascives, passives ou soumises, ou des hommes dans des situations hyper-viriles ou de domination.

// Les couleurs douces et roses pour les femmes d'un côté, et les couleurs sombres et bleues pour les hommes.

// Des images qui représentent les femmes à l'intérieur et dans un environnement domestique uniquement (par exemple uniquement en lien avec la maternité), et les hommes à l'extérieur dans des métiers complexes ou du sport.

✓ Préférer :

// Illustrer la diversité des profils : âges, métiers, religions, capacités physiques et mentales, lieux.

// Représenter des rôles non stéréotypés : femmes scientifiques, hommes dans le soin ou effectuant des tâches domestiques, etc.

// Une répartition équilibrée des rôles (qui agit ? qui dirige ? qui parle ?).



VOCABULAIRE

✗ À éviter :

// L'utilisation d'expressions sexistes :

- Utiliser le terme « Mademoiselle » qui fait appel au statut conjugal seulement pour les filles et les femmes par exemple.

- Souligner la conservation d'une féminité malgré des métiers ou rôles estimés comme masculins en décrivant leur style vestimentaire, leur « douceur innée », leur maîtrise des tâches domestiques...

// Les généralisations, les stéréotypes de genre.

✓ Préférer :

// L'utilisation de l'écriture inclusive et égalitaire :

- la féminisation (des noms de métiers, des fonctions, des grades et titres) ;

- le langage épïcène (mots qui ont la même forme au féminin qu'au masculin), par exemple préférer « la direction » plutôt que le directeur / la directrice ;

- à double désignation (« toutes et tous » par exemple) ;

- le point médian (·) ;

- les néologismes non genrés (par exemple iel, ceuxx, lecteurice).

// La présentation intégrale de l'identité des personnes par leur prénom et nom, leur qualité et leur profession.

// Une meilleure répartition du temps de parole orale ou retranscrite à l'écrit.

// Des formulations avec des sujets actifs (elles font, elles décident...).



ZOOM SUR L'ÉCRITURE INCLUSIVE

Le masculin ne l'a pas toujours emporté sur le féminin !

Au 17^e siècle, ce sont les grammairiens et lexicographes masculinistes qui ont commencé à condamner l'usage des noms féminins désignant des activités prestigieuses, et théorisé la règle du masculin qui l'emporte sur le féminin. Cette règle sera officialisée au 19^e siècle par l'État.

L'écriture inclusive vise à rendre la langue plus égalitaire entre les genres, en luttant contre l'invisibilisation de celles-ci.

Pour Amnesty International France, il est important d'aligner nos prises de parole sur nos positions et le respect du genre doit être au cœur de nos préoccupations linguistiques.

Retrouvez toutes nos préconisations à partir de la page 49 de notre [Charte éditoriale](#).

// Argumentaire

STÉRÉOTYPES DE GENRE

« Les femmes sont attentionnées et sensibles, et plus émotives que les hommes. Les hommes sont plus sûrs d'eux et plus durs. »

Enfermer les personnes dans des rôles limitants en fonction de leur genre... c'est plus dangereux que ce que vous pensez et ça n'a rien de naturel !

Cette construction sociale du genre peut encourager des comportements de domination chez certains hommes et freiner l'accès des femmes aux postes à responsabilité, car considérées comme trop émotives et trop faibles pour exercer une autorité.

En intimant les garçons à se comporter comme « un homme » viril, ils peuvent

considérer la colère et l'agressivité comme l'unique moyen d'exprimer des émotions. Par la suite, en grandissant, certains hommes se conforment à ce stéréotype en exerçant un contrôle dans leurs relations interpersonnelles et intimes, voire en usant de la violence physique pour démontrer leur domination physique sur leurs partenaires.

Ce type de phrase contribue également à dévaloriser les qualités associées au féminin et à exclure celles et ceux qui ne correspondent pas aux normes de genre.

« Les filles préfèrent jouer à la poupée pour faire comme leur maman, c'est dans leur nature. »

Les préférences des enfants ne sont pas uniquement « naturelles » : elles sont fortement influencées par leur environnement, les modèles qu'ils observent et les messages transmis par la société. Les jouets, les livres, les publicités ou encore l'école peuvent encourager les filles et les garçons à adopter des rôles stéréotypés. Proposer des activités variées à tous les enfants permet de développer leurs compétences, leur créativité et leur liberté de choix, sans les limiter à des attentes liées à leur genre.

Le traitement du genre par les adultes pour les enfants joue un rôle plus important que l'on ne croit ! À vous aussi de travailler sur vos propres biais cognitifs !



C'EST QUOI LE MANSREADING, LE MANSPLAINING ET LE MANTERRUPTING ?

En inventant des mots, le féminisme permet de désigner collectivement des situations trop fréquentes :

// Mansreading (néologisme anglais né de la contraction de *man* = homme et *spreading* = étaler) : désigne la tendance des hommes à sur-occuper l'espace, notamment l'espace public.

// Mansplaining (néologisme anglais né de la contraction de *man* = homme et *explaining* = expliquer) : désigne une situation dans laquelle un homme donne des explications, voire fait la leçon à une femme, sur un ton paternaliste ou condescendant, sur un sujet qui concerne pourtant directement cette dernière, voire qu'elle maîtrise mieux que lui.

// Manterrupting (néologisme anglais né de la contraction de *man* = homme et *interrupting* = interrompre) : désigne la tendance des hommes à couper la parole aux femmes dans les réunions ou les débats, ou à s'appropriier les idées qu'elles viennent d'exposer comme si elles étaient les leurs.

« Les filles sont moins douées pour les matières scientifiques, les statistiques le prouvent. »

En mathématiques, les résultats scolaires des filles et des garçons sont comparables de l'école primaire au lycée. Étonné-es ? C'est pourtant l'UNESCO qui le mesure !

Si les femmes sont aujourd'hui plus diplômées en moyenne que les hommes en France, elles restent largement sous-représentées dans les filières et les métiers scientifiques et techniques, notamment ceux liés aux mathématiques, à la physique ou à l'informatique.

Cette situation s'explique en grande partie par les stéréotypes de genre, présents dès l'enfance et tout au long de la scolarité et de la vie par extension. La caractérisation et la valorisation de compétences jugées « féminines » ou « masculines », les attentes des adultes, le manque de modèles féminins et le fait d'être minoritaire dans certaines disciplines influencent la confiance en soi et les choix d'orientation.

« Les femmes musulmanes sont opprimées et/ou soumises, surtout celles qui portent le foulard. Ça va à l'inverse des avancées féministes. »

Partir du principe que toutes les femmes musulmanes qui portent le voile sont obligées de le faire, c'est les imaginer comme un bloc monolithique et ainsi nier leurs individualités, leurs identités et leur capacité à faire des choix par et pour elles-mêmes. C'est une forme de racisme et de sexisme, qu'on nomme aussi « islamophobie genrée ». Les femmes musulmanes sont comme toutes les autres femmes. Et pourtant, on ne leur prête pas la capacité de penser par elles-mêmes, de se définir par elles-mêmes, d'agir selon leurs propres décisions, comme si elles étaient d'éternelles enfants.

Affirmer qu'il existe une spécificité musulmane en matière de sexisme, ou que les femmes musulmanes sont plus opprimées que les autres femmes, est

sans fondement. Les normes religieuses peuvent être une source d'oppression ou au contraire une source de libération. La situation de chaque femme est unique. Ce type de propos sur les femmes musulmanes, notamment celles portant le foulard, ont de réelles conséquences sur leur vie : 74 % des femmes ayant déjà porté un foulard considèrent avoir fait l'objet de comportements racistes ces cinq dernières années, contre 55 % n'en ayant jamais mis²⁶.

L'émancipation des femmes passe par le respect des droits et des choix de toutes, y compris des femmes musulmanes. Interdire le foulard au nom du féminisme revient à imposer une vision unique de la liberté et à exclure certaines femmes du combat féministe.

26 IFOP Grande Mosquée de Paris, « La musulmanophobie en France : la grande enquête », 2025

« *Les femmes transgenres resteront naturellement des hommes.* »

Réduire une personne à son genre assigné à la naissance, à son corps ou à son apparence revient à nier ce qu'elle est et à entretenir des stéréotypes sexistes très restrictifs sur ce que devrait être « une vraie femme ». **Il est donc hypocrite et discriminatoire d'utiliser la biologie pour rejeter les femmes trans hors du groupe des femmes, particulièrement au nom du féminisme.**

Il s'agit surtout de femmes qui veulent vivre dignement, en accord avec elles-mêmes, comme tout le monde.

Les femmes trans subissent le sexisme comme toutes les autres femmes. Avoir été perçues comme des hommes auparavant ne leur permet pas de conserver des privilèges masculins.

Elles sont également confrontées à la transmisogynie, une forme de dis-



crimination qui combine sexisme et transphobie. Dans une société patriarcale, les femmes trans sont souvent particulièrement ciblées et exposées à des violences, parfois mortelles, menant à un nombre élevé de féminicides et d'assassinats de femmes trans dans le monde.

EMPLOI ET TRAVAIL DOMESTIQUE

« *C'est normal que les femmes gagnent moins que les hommes, elles travaillent moins.* »

En France, les femmes gagnent en moyenne 22 % de moins que les hommes (salaire annuel moyen). Les femmes occupent plus souvent des postes moins qualifiés dans des secteurs moins rémunérateurs, sur des emplois à temps partiel (souvent subis).

Ces situations sont causées par les inégalités encore criantes entre les femmes et les hommes dans le domaine professionnel : discrimination salariale, discrimination de genre à l'embauche, charge men-

tales et domestiques subies qui affectent la carrière et la disponibilité professionnelle, manque de représentations des femmes aux postes à responsabilité, secteurs d'emplois encore non mixtes, qualités « naturelles » associées au féminin et au masculin, parcours scolaires sous influence des stéréotypes de genre...

Elles ne travaillent pas moins par souhait, elles y sont parfois obligées à cause des rôles qu'on leur assigne, et ce dès la naissance.

« *C'est le rôle des femmes de s'occuper des enfants et du foyer.* »

L'idée que certaines activités doivent être « naturellement » réalisées par les femmes relève de stéréotypes et de normes de genre, qui enferment les individus dans des rôles et comportements réducteurs, voire dangereux.

Considérer les femmes de manière stéréotypée comme ayant plus le sens de la famille que les hommes les désavantage sur le plan économique et les rend plus dépendantes de leur conjoint. Ce travail de soin, assuré de manière disproportionnée par les femmes, demeure

sous-évalué et non rémunéré, d'où un double fardeau pour les femmes, les freinant dans leur parcours professionnel et dans leur engagement politique ou associatif. Cette dépendance financière à leur conjoint accroît leur vulnérabilité et peut constituer une forme de violence économique.

Certaines choisissent ce rôle avec enthousiasme et librement : il est fondamental de rappeler que les femmes doivent avoir le choix de remplir les rôles qu'elles souhaitent.

« *À ce poste, il y a beaucoup de pression, il ne peut pas être tenu par une femme.* »

Ce stéréotype repose sur l'idée que les femmes seraient moins résistantes au stress ou moins aptes à diriger. Pourtant, la capacité à gérer la pression dépend des compétences, de l'expérience

et de la personnalité, pas du genre. En associant autorité et masculinité, ce préjugé contribue à limiter l'accès des femmes à certaines responsabilités professionnelles.



« Nous demandons à toutes les bonnes cuisinières de préparer l'apéritif. »

Pourquoi ne pas également faire appels aux bons cuisiniers ? Associer spontanément la cuisine aux femmes repose sur un stéréotype de genre. Les tâches liées à la préparation des repas, comme l'ensemble des tâches domestiques, ne dépendent pas du genre

mais des goûts, des compétences et des disponibilités de chacun-e. Répartir ces responsabilités de manière équitable permet d'éviter de renforcer les rôles traditionnellement attribués aux femmes et aux hommes.

« Le travail du sexe porte préjudice aux droits des femmes, être pour la dépénalisation c'est être contre le féminisme. »

Les inégalités entre les genres peuvent influencer la décision d'une femme de vendre des services sexuels. Mais la criminalisation du travail du sexe (le fait d'ériger cette activité en infraction) ne résout pas ce problème. Nos nombreuses recherches réalisées dans plusieurs pays tendent à prouver que la pénalisation réduit la sécurité quotidienne des travailleuses et travailleurs du sexe et augmente leur vulnérabilité : violences, arrestations arbitraires, harcèlement, exploitation, difficultés d'accès aux soins et au logement.

En dépénalisant l'activité et l'environnement de travail, les travailleur-euses du sexe ont davantage de possibilités de travailler de manière indépendante, de s'organiser, de défendre elles-mêmes leurs droits et d'accéder à des droits fondamentaux qui leur sont refusés du fait de leur activité.

Soyons clairs : une dépénalisation du travail du sexe n'impliquerait pas l'abrogation des sanctions pénales visant la traite des personnes.

Il faut faire la différence entre traite d'êtres humains et travail du sexe : ce dernier ne s'applique ni aux mineur-es, ni aux victimes de la traite. En l'absence de consentement, par exemple du fait de l'usage de la menace ou de la force, d'une tromperie, d'un abus de pouvoir ou de l'implication d'un-e mineur-e, ce type d'activité ne constitue en rien un travail du sexe mais une atteinte grave aux droits humains et doit être traité comme une infraction.



DROITS SEXUELS ET REPRODUCTIFS

« L'avortement est utilisé comme une contraception, elles n'ont qu'à prendre leurs précautions. »

La sexualité et la procréation relèvent de la vie personnelle de chacun-e. Chaque personne est libre de disposer de son corps, de choisir sa contraception et d'avoir ou non des enfants. L'idée que les femmes avortent par « confort » ou qu'elles ont recours à l'IVG comme

moyen de contraception à part entière culpabilise les femmes et vise à remettre en question ce droit, qui doit être garanti et protégé par l'État. Et ce peu importe les raisons qui les mènent à cette intervention.

AGRESSIONS SEXISTES ET VIOLENCES SEXUELLES

« Je ne peux même plus commenter la jupe de ma collègue, on ne peut plus rien dire sous risque de se prendre une sanction ou être accusé d'être sexiste ! »

Provoquer le malaise de votre collègue, c'est ce que vous souhaitez ?

En 2024, 80% des femmes estiment dérangeant qu'un homme commente la tenue vestimentaire d'une femme²⁷. La question n'est pas de ne plus pouvoir parler, mais de respecter les limites et le

confort de chacun-e. Un commentaire sur l'apparence peut sembler anodin pour celui ou celle qui le fait, mais être vécu comme intrusif ou déplacé par la personne qui le reçoit. Les femmes sont particulièrement exposées à ce type de remarques, souvent centrées sur leur physique plutôt que sur leurs compétences.

« Pourquoi tu t'énerves ? T'as tes règles, ou quoi ? »

Ce discours nie et discrédite les raisons pour lesquelles la personne est en colère. Il s'appuie sur le stéréotype de genre selon lequel les règles rendraient irrationnelles, voire « hystériques ». C'est une idée misogyne selon laquelle les humeurs et émotions d'une femme seraient liées à son utérus, depuis discréditée, mais toujours présente. Avec

cette phrase, on « hystérise » un comportement ou une émotion qui peuvent pourtant être tout à fait légitimes. C'est un peu arriéré comme vision, non ? Cette remarque sexiste minimise les sentiments de cette personne. Non, les femmes ne sont pas assignées à certaines émotions et interdites d'en exprimer d'autres.

27 Haut Conseil pour l'égalité entre les femmes et les hommes, Rapport 2025 sur l'état du sexisme en France, 2025.



Journée internationale des droits des femmes, 8 mars 2025 à Paris.
©Christophemeireis.com

**« Elle avait dit oui au début,
elle n'avait qu'à assumer son refus dès le départ ! »**

Le consentement est réversible. Donner son consentement une fois ne signifie pas donner son consentement pour toutes les fois suivantes. Même au milieu d'une relation sexuelle, une personne devrait être libre de s'interrompre ou de s'arrêter à tout moment et de retirer son consentement.

De tels propos ont des conséquences extrêmement dangereuses : les victimes de violences sexuelles ne sont pas crues, elles reportent souvent la faute sur elles-mêmes, finissent par ne

pas porter plainte pour viol et les responsables de ces crimes restent impunis et pourraient récidiver.

Enfin, il faut encore le répéter : comme pour toutes les atteintes à l'intégrité d'une personne, la victime n'est jamais responsable !

Pour bien comprendre le consentement, vous pouvez regarder cette vidéo très simple : « [Le consentement avec un thé](#) ».

« Les hommes ont plus de besoins sexuels que les femmes. »

Ce genre de discours est non seulement faux d'un point de vue scientifique, mais également dangereux !

Lorsque les hommes et les garçons sont perçus de manière stéréotypée comme dominants sur le plan sexuel, certains d'entre eux peuvent se sentir poussés à se livrer à des actes sexuels contraints/forcés (qui sont en réalité des agressions sexuelles) et attendre de leur partenaire qu'elle soit toujours disponible et obéissante dans le domaine sexuel.

Les femmes et les filles peuvent avoir l'impression qu'elles doivent être constamment disponibles sexuellement pour leur partenaire masculin, même quand elles ne le souhaitent pas. Cela peut mener à des violences sexuelles car l'auteur se sent légitime dans ses besoins et n'est pas amené à comprendre qu'il commet un crime.

**« En même temps, si elle n'avait pas bu,
ça ne serait peut-être pas arrivé. »**

Le violeur ou l'agresseur est le seul responsable de l'acte qu'il commet. La responsabilité ne revient jamais à la victime, elle ne peut en aucun cas être culpabilisée car rien ne justifie ces actes.

Imputer la cause de l'agression à l'apparence physique de la victime, à sa tenue vestimentaire, à son comportement ou à sa consommation d'alcool ou de stupéfiants font partie des nombreux mythes sur les agressions sexuelles et le viol qui contribuent

à culpabiliser les victimes, à déresponsabiliser les agresseurs et à nier, minimiser ou justifier les agressions. Ce type de propos légitime la culture du viol et les violences sexuelles et sexistes.

Surtout, soutenez la personne à qui ces propos étaient adressés.

« La plupart des femmes qui portent plainte pour agression sexuelle le font pour toucher de l'argent ou arranger leur situation. »

Connaissez-vous le montant qu'une victime de viol doit déboursier pour son parcours judiciaire ? **10 657 euros**²⁸
Par ailleurs, porter plainte et déboursier des sommes importantes pour demander justice ne sont pour autant en rien des garanties de l'obtenir : 0,6 % des viols ou tentatives de viols auraient donné lieu à une condamnation en

2020, 86 % des plaintes pour violences sexuelles sont classées sans suite entre 2012 et 2021.

En disant ceci, vous discréditez le vécu, le traumatisme et l'atteinte aux droits humains de la personne victime et cela peut décourager certaines personnes de demander justice.

« Si une femme est victime de violences conjugales, elle n'a qu'à quitter son partenaire. »

En disant cela, vous culpabilisez les victimes d'en être. Or les violences conjugales reposent souvent sur un mécanisme d'emprise qui isole la victime, fragilise sa confiance en elle et installe la peur. L'espoir d'un changement, la

crainte des représailles, notamment lors d'une séparation, ainsi que l'isolement social, la dépendance économique ou des difficultés administratives rendent souvent le départ ou le dépôt de plainte particulièrement difficiles.

« Non madame, vous ne vous êtes pas faite violer, c'est votre métier. »

Selon les associations de défense des travailleur-euses du sexe²⁹, les services de police et de gendarmerie refusent souvent les plaintes pour violences sexuelles de la part de travailleur-euses du sexe, en niant le caractère non consenti.

Comme pour toutes les atteintes à l'intégrité d'une personne, la victime n'est jamais responsable, et ce quel que soit son travail. Rien ne justifie ces atteintes.

Une agression sexuelle commise sur une personne se livrant au travail du sexe, y compris de manière occasionnelle, est une circonstance aggravante pénalement.

À cause de ce genre de discours et du cadre légal qui ne les protège pas, les travailleuses du sexe ne font pas suffisamment confiance aux forces de l'ordre pour aller porter plainte lorsqu'elles ont été victimes de violences.

LUTTES FÉMINISTES

« L'écriture inclusive ne sert à rien, c'est trop complexe. »

L'écriture inclusive vise à rendre la langue plus égalitaire entre les hommes et les femmes, en luttant contre l'invisibilisation de celles-ci. Elle permet également d'inclure les personnes non-binaires. La réduire au point médian est une erreur : il existe la double désignation, l'utilisation de termes et de refor-

mulations épécènes qui privilégie des termes neutres ou valables pour tous les genres.

L'atteinte de l'égalité peut passer par des combats qui semblent plus petits que d'autres, et pourtant ils comptent !

« Les féministes j'en ai marre, on a déjà pas mal de droits non ? »

L'égalité n'est pas encore atteinte, et les droits déjà acquis peuvent être retirés. C'est pourquoi les mouvements féministes continueront de lutter autant de temps qu'il le faudra.

L'année 2026 a été marquée par une augmentation alarmante des attaques et des discours toxiques contre les

droits des femmes. Les mouvements masculinistes et anti-genre s'organisent et agissent de manière coordonnée pour déployer leur haine des femmes et des personnes LGBTI+ : ces mouvements sont une réelle menace pour les droits humains, notamment ceux des personnes concernées.



²⁸ Observatoire de l'émancipation économique des femmes par la Fondation des Femmes, « Le coût de la justice pour les victimes de violences sexuelles », 2022

²⁹ Amnesty International France, « Rentrez chez vous, ça va passer – porter plainte pour violences sexuelles : l'épreuve des femmes migrantes, transgenres et travailleuses du sexe en France », 2024



03

AGIR AVEC AMNESTY INTERNATIONAL

La lutte contre le sexisme ne relève donc pas seulement d'un enjeu moral ou social, mais bien d'un impératif juridique fondé sur les droits humains.

// Demandes d'Amnesty International auprès des décideur·euses

Nous appelons les autorités françaises à agir sur plusieurs volets pour garantir les droits fondamentaux des femmes :



COMBATTRE LES PROPOS STIGMATISANTS

// En condamnant politiquement de manière ferme les propos, les menaces contre les droits des femmes et des personnes LGBTI+ et les droits reproductifs.

// En demandant aux plateformes numériques de mieux exercer leurs devoirs, à savoir : prévenir et traiter efficacement les contenus qui causent ou favorisent des atteintes aux droits humains, tout en préservant la liberté d'expression.



LUTTER CONTRE LES VIOLENCES SEXUELLES ET PROTÉGER LES VICTIMES

// En renforçant et en intensifiant les formations obligatoires des services de police et de gendarmerie sur les violences sexuelles, la lutte contre les discriminations, et l'accueil des femmes victimes, en particulier celles confrontées à des formes multiples de discriminations.

// En améliorant l'accès à la justice, notamment des femmes étrangères victimes de violences en France, afin qu'elles puissent résider légalement en France pendant l'examen de leur dossier, sans risquer l'expulsion.



S'ATTAQUER À LA DÉSINFORMATION SUR LE GENRE, LES DROITS REPRODUCTIFS ET SEXUELS

// En redoublant d'efforts et en prenant toutes les mesures appropriées pour renforcer l'égalité des genres et éliminer les stéréotypes de genre, les normes sociales négatives et les lois, politiques, pratiques et attitudes discriminatoires.

// En garantissant le droit à l'information par la publication de données des données et informations sur la santé sexuelle et reproductive et les droits connexes qui soient exactes, vérifiables



ASSURER UN ACCÈS À L'ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

// En déployant une éducation complète des jeunes à la sexualité dans et à l'extérieur des établissements scolaires. Cette éducation devrait être factuelle, adaptée en fonction de l'âge et du genre, fondée sur les droits humains, et portée notamment sur le consentement, l'autonomie corporelle et sexuelle et le droit à l'intégrité corporelle.



PROTÉGER LES TRAVAILLEUR·EUSES DU SEXE

// En dépénalisant complètement le travail du sexe afin de permettre à ces personnes de revendiquer leurs droits et de porter plainte sans crainte de représailles. La criminalisation du travail du sexe expose les travailleur·ses du sexe à des violences et des abus, tout en les empêchant de bénéficier d'une réelle protection.

La dépénalisation du travail du sexe ne signifie pas l'abrogation des lois érigeant en infraction l'exploitation, la traite des êtres humains ou la violence à l'égard des travailleuses et travailleurs du sexe.



PROTÉGER LES DÉFENSEUR·ES DES DROITS DES FEMMES ET DES PERSONNES LGBTI+

// En soutenant politiquement ces défenseur·es et en mettant en place une protection complète au sein de l'Union Européenne, dont un financement pérenne.

// En mettant en place des mesures de protection, notamment des espaces sûrs, des mécanismes de soutien d'urgence et des dispositifs de sécurité numérique.

// Amnesty International France enquête, alerte et agit également :

- Sur les violences sexuelles perpétrées comme armes de guerre dans les conflits armés et dans les contextes migratoires

- Sur les violations des droits sexuels et reproductifs à travers le monde

04

TÉMOIGNAGES

“ Lorsque les talibans ont repris le contrôle de l’Afghanistan en 2021, je terminais mon master. Il est rapidement devenu évident que nous ne pourrions pas rentrer. J’étais sous le choc. Je pensais sans cesse à mon pays, j’étais submergée par mes souvenirs d’enfance. Je n’arrêtais pas de me demander : « Comment cela peut-il se produire une nouvelle fois ? Pourquoi ? » Je n’avais pas de réponses. Il était trop dangereux de rentrer en Afghanistan, mais mes pensées étaient tournées vers ces filles soudainement privées d’école. J’ai pris contact avec quelques familles ayant des filles et leur ai proposé de bénéficier de cours en ligne et d’autres possibilités de formation. En 2023, nous avons créé un groupe WhatsApp avec cinq filles et avons mis en place une plateforme pour leur donner accès à des ressources d’apprentissage en ligne. Plus tard, nous l’avons baptisée Académie en ligne Behdukht. ”

(Lire le [témoignage complet](#))

Fatema Uzgan Nusrat, militante pour l’éducation des filles en Afghanistan

“ En Europe, les plateformes sont juridiquement responsables de la modération des contenus haineux qui leur ont été signalés. Or aujourd’hui, cette modération est trop faible, voire inexistante. Pire encore, les algorithmes ont tendance à amplifier la circulation de ces contenus. C’est aux États de faire appliquer les lois et à l’Union européenne de légiférer sur ces questions. Par exemple, la lutte contre les deepfakes doit passer par une régulation des intelligences artificielles génératives. Pourtant, les cyberviolences sexistes et sexuelle sont à peine mentionnées dans l’Artificial Intelligence Act européen. Les progrès à faire sont donc immenses... ”

Shanley Clemot McLaren, fondatrice de l’association #StopFisha en France



Ce livret ne constitue qu'une étape. Comprendre les racines, nommer les stéréotypes, identifier les discours dangereux et apprendre à y répondre : c'est un levier pour résister, mais aussi pour construire une société plus juste, où personne n'a à se cacher pour vivre pleinement son identité. C'est aussi une invitation à agir, ensemble, pour que les droits fondamentaux soient une réalité pour toutes et tous.

À propos

Ce livret a été réactualisé en 2026 suite à une première édition en 2017, toujours réalisé par le Service Éducation aux Droits humains & Formation militante avec la contribution précieuse du programme Justice de genre et non-discriminations, et plus particulièrement de Maïder Piola-Urtizberea, Lola Schulmann, Louise Trély, Allie Miot-Bruneau et Patrice Taraoré.

Nous tenons à remercier également Nathalie Raminoson pour la mise en page et la création graphique.

Contacts utiles

Service formation : formation@amnesty.fr

Programme Justice de genre et non-discriminations : jgnd@amnesty.fr

Service mobilisation : mobilisation@amnesty.fr

Amnesty International est une organisation indépendante qui enquête, alerte et mobilise partout où les droits humains sont attaqués. Face à la montée des pratiques autoritaires, nous sommes plus de 10 millions de personnes à travers le monde à défendre les libertés, à protéger les personnes prises pour cible et à faire reculer les injustices.

Parce que l'impunité se nourrit du silence, nous refusons de nous taire.

Parce que notre indépendance ne peut être dictée par des intérêts politiques ou économiques, elle repose avant tout sur le soutien financier de personnes comme vous.

Parce qu'ensemble, nous résistons à la loi du plus fort, nous perturbons les puissant-es, nous inversons les rapports de force,

REJOIGNEZ-NOUS.



ON SE BAT ENSEMBLE, ON GAGNE ENSEMBLE.

