

AUTO-DÉFENSE VERBALE FÉMINISTE

des réflexions - des techniques - des exemples



Le mec qui te siffle dans la rue. L'autre qui commente comment t'es habillé-e, comment t'es trop bonne ou trop gros-se. Celui qui prend toute la place dans le bus, en concert ou dans les débats. L'autre qui t'insulte, te bouscule, te regarde d'un air supérieur du genre « femme, pousse-toi, tais-toi, ou souris-moi car le monde m'appartient et tu es là à ma disposition ». Les mains au cul, aux nichons. Être pris-e par la main, par l'épaule, par la taille alors que t'as pas envie de ça. Des propos qui mêlent sexisme et racisme. Tes parents qui te demandent quand est-ce que tu vas te marier et avoir des enfants. Les « bonjour, Messieurs Dames, euh pardon Mesdames ». Le médecin qui veut absolument que tu prennes des hormones parce que t'as trop de poils pour une fille. Etc, etc.

Il y a plein de situations où on a envie de réagir (et on le fait et on a bien raison !), parfois physiquement et parfois la parole suffit.

Mais, merde ! Des fois, on trouve pas les mots, ou on en trouve, mais on repart avec l'impression d'avoir dit un truc tout pourri, qui n'a servi à rien voire qui n'a fait qu'empirer les choses.

En discutant avec des copines et après différents ateliers d'autodéfense féministe, on s'est plusieurs fois dit que c'était super de s'échanger nos techniques d'autodéfense verbale, mais que c'était dommage de ne pas les avoir écrites quelque part pour pouvoir les réutiliser, se les approprier ou les transformer à sa manière.

Je me suis dit que je ferais bien une brochure qui rassemble toutes les techniques verbales, phrases simples ou percutantes, silences efficaces, etc. qu'on a l'un-e ou l'autre expérimentés.

Donc j'ai lancé un appel pour recueillir des phrases et autres réactions verbales qui ont marché (c'est à dire qui ont permis d'arrêter ou prévenir une agression, qui ont remis les pendules à l'heure, ou qui au moins ont donné la satisfaction d'avoir réagi, de pas s'être écrasé-e-s) en pensant à tout type de situation de violence misogyne, machiste, sexiste, lesbophobe, transphobe que ce soit dans la famille, dans les milieux militants, au boulot, dans la rue, chez le/a gynéco, à la caf, dans les relations affectives et/ou sexuelles, etc.

Ici, par violence, j'entends le fait d'être agressé-e, rabaisé-e, humilié-e, jugé-e, ignoré-e en tant que meuf-femme-gouine-lesbienne-trans, et bien sûr des situations où il est possible de réagir verbalement, mais également avec des proches (ami-e-s et amant-e-s notamment)

pas forcément en tant que réaction à une agression, mais pour poser ses limites d'espace, de temps, d'énergie, savoir dire non à ses proches.

L'idée n'est pas de donner une leçon de « comment vous devez réagir à telle ou telle agression ou situation », parce qu'il n'y a pas de solution qui marche pour tout le monde à chaque fois, mais de donner des exemples de plusieurs réactions possibles, que chacun-e prenne ce qui lui semble utile ou le transforme à sa sauce en fonction de sa personnalité, son humeur et sa forme du moment, sa position dans l'échelle sociale en général et en particulier dans une situation, etc.

Et une chose primordiale :

c'est MOI qui choisit ce qui est bon pour moi.

Bien sûr cette brochure n'est pas exhaustive et n'a pas l'intention de l'être (et puis c'est impossible !). Ce qui serait chouette, c'est que d'autres meufs/gouines/trans s'en emparent et décident d'en faire un 2ème numéro

ou une 2ème édition complétée de nouveaux exemples et de nouvelles réflexions ou un tout nouveau truc que ça leur aura inspiré. Alors j'imagine qu'on peut se dire à bientôt !)



Tu peux me contacter là :
sevexo@gmail.com
(notamment si tu veux faire
de l'autodéfense féministe et
que tu veux des contacts près
de chez toi). Séverine 2014

Merci à Rami, iSa, coco, Kim et ses potes, Tchak, Solène, Marie, sapitoverde, Léo, Isa, Virginia Woof Warner, Myriam, Laurie, Nini, Kaly, Anto, Coline et ses potes, Lo', Hélène et les Touffues Tout Flamme pour leurs contributions ! <3

Avant de passer aux phrases/réactions proposées par les participant-e-s à cette brochure, je vous propose des éléments de réflexion et des outils d'autodéfense verbale.

À QUOI PEUT SERVIR CETTE BROCHURE

L'autodéfense féministe, ce n'est pas juste réagir à des agressions ponctuelles. Quand on évoque l'autodéfense pour femmes ou l'autodéfense féministe, on parle souvent des agressions commises par des hommes inconnus dans la rue, mais il faut pas oublier que, par exemple, en France, il n'y a que 17% (étude INSEE) des viols qui sont commis par des inconnus. Le plus souvent, l'auteur des violences (physiques, psychologiques) faites à une femme dans tous les pays du monde où ça a été recensé, est un ou des hommes proches de cette femme (petit-ami, mari, ex-mari ou petit-ami, père, amant, collègue, cousin, oncle, voisin, etc.).

(Je ne cite pas des études statistiques pour nous réduire à des chiffres, mais pour avoir une idée de l'ampleur des violences qui nous sont faites)

Dans l'étude Transphobic Hate Crimes in the European Union, 79% des répondant-e-s ont été victimes de harcèlement en public, 83% des incidents mentionnés par les femmes et lesbiennes trans interrogées n'ont pas été déclarés à la police. 41% d'entre elles qui ont notifié des incidents à la police ont estimé que les agents de police ne les avaient pas mises à l'aise. Dans 42% des cas, aucune mesure n'a été prise par la police. Ces chiffres (ainsi que d'autres études sur les violences faites aux femmes, lesbiennes et trans) montrent qu'il ne faut pas toujours compter sur la police pour nous aider en cas de violences. Réussir à porter plainte et mener l'agresseur au tribunal peut permettre de désigner les violences patriarcales, de se positionner publiquement contre et/ou de former des solidarités avec les personnes qui ont été agressées. Même si on ne va pas développer ici les idées de justice punitive, d'enfermement, etc., on peut aussi douter des bienfaits au final de la police et du système judiciaire qui sont des institutions de contrôle et de répression.

Cette brochure a plutôt pour but de contribuer à donner des outils pour faire de l'AUTO-défense, ne pas déléguer ça, être le plus possible acteurs-trices de nos vies, trouver des solidarités.



Il existe des techniques physiques et verbales simples pour se débarrasser d'un agresseur inconnu, mais dans les contextes où des relations plus ou moins durables sont en jeu avec des hommes agresseurs, on ne peut pas se défendre de la même manière, c'est souvent plus complexe et long.

C'est pourquoi cette brochure n'est pas appropriée pour des situations de violences par des personnes proches (viol, harcèlement ou menaces répétées, emprise et manipulations psychologiques, etc.) .

Évidemment, elle n'est pas non plus appropriée pour des agressions avec une arme, des coups, des étranglements, ou tout autre agression physique où notre vie ou intégrité physique est en danger immédiat parce que ce ne sont pas des situations où on a le temps de discuter, on doit juste sauver notre peau en ayant recours à d'autres moyens : la fuite, la défense physique, chercher de l'aide, etc.

Par contre, on va parler des atteintes plus ou moins quotidiennes à notre liberté, en tant que meuf/gouine/lesbienne/trans, qu'on laisse parfois passer parce qu'elles ne sont pas socialement condamnées. Se défendre des ses atteintes quotidiennes, ça peut aussi réduire le risque que des situations encore plus graves de violences s'instaurent.



arrêtez de dire aux femmes de sourire

DISPONIBLES ET DOCILES ?

Dans l'éducation et la socialisation des femmes, il est plutôt attendu d'elles qu'elles soient disponibles dans l'espace public ou privé aux commentaires (« compliments »), à la conversation, qu'elles soient accueillantes, gentilles et souriantes dans presque toutes les circonstances, qu'elles s'occupent des autres avant de s'occuper de soi-même et que la violence c'est pas beau quand c'est une femme qui la pratique. Vu que le patriarcat c'est bien foutu, il est évidemment prévu dans l'éducation et la socialisation des hommes qu'ils pensent à eux avant tout, qu'ils aient accès aux femmes et à leurs « services » (soins, écoute, travaux ménagers, sexe), qu'ils aient droit d'utiliser la force physique en diverses circonstances.

C'est pour ça que souvent des mecs cis-genre ne voient pas ce qui peut être dérangeant dans le fait d'interpeler une femme et insister pour qu'elle lui accorde du temps et de lui dire que c'est une salope si elle n'est pas disponible pour ça. D'autres (ou les mêmes) trouvent normal que leur copine soit sexuellement disponible sur demande et que, si la demande est refusée, il va falloir la forcer un peu.

Au boulot, ça arrive que des chefs considèrent que c'est acquis que les employé-e-s fassent parfois un peu plus de travail que ce qui est prévu au contrat, surtout si les employé-e-s ont un travail précaire, ce qui est plus souvent le cas des femmes, des lesbiennes et des trans.

En famille, parfois des parents font peser sur leurs enfants qu'ils-elles doivent s'occuper d'eux-elles surtout à l'approche de la vieillesse.

Ce sont des exemples où la disponibilité semble aller de soi, mais non, ça se passe dans des rapports de pouvoir et on peut l'accepter, ou pas. L'autodéfense féministe, c'est défendre ses choix de vie, sa volonté, son intégrité physique et psychologique au quotidien. C'est développer sa confiance en soi, être conscient-e de ce que JE veux ou pas, de quand et dans quelle mesure je suis disponible pour les autres ou pas et dire non quand je ne veux pas telle ou telle chose ou qu'on veut me l'imposer. Ça implique aussi qu'on va être amené-e à désobéir aux règles de ce qu'est une lesbienne, un-e trans, une femme acceptables. Renoncer à la discrétion, l'invisibilité et la docilité, ça vous dit ?

CONNAÎTRE SES PROPRES LIMITES

Ici, « connaître mes limites » ça veut dire savoir ce qui est acceptable ou pas pour moi, savoir jusqu'où une personne ou une situation peut aller avant que je me sente mal à l'aise, en colère ou en danger. Vous allez me dire, évidemment que je sais ce qui est inacceptable, ce que je veux ou ce que je veux pas ! Mais c'est pas toujours si évident que ça : il arrive qu'on se sente mal à l'aise, en colère ou en danger sans comprendre sur le moment ce qui se passe et que plus tard, si on prend le temps d'analyser nos ressentis, on se rend compte qu'une limite a été franchie et qu'on ne l'avait ni identifiée ni vue venir.

Des choses à prendre en compte pour identifier nos limites :

- Ces limites ne sont pas universelles. Par exemple, je suis avec une connaissance qui me parle à 10 cm du visage, je suis gênée, c'est trop près pour moi. Si elle se met à 40 cm ou au-delà ça va. Pour d'autres personnes cette limite sera plus proche ou plus éloignée. Elle peut être d'1m50, c'est ta limite, tu peux demander à la personne à qui tu parles de s'éloigner.

- Ces limites changent dans le temps et le contexte. Par exemple, un jour, le contact physique avec une autre personne sera inacceptable pour moi et le lendemain j'aurais hyper envie d'accolades avec mes



Les femmes ne sortent pas dans le but de vous divertir.

potes ou d'aller à un concert dans une salle bondée. Un autre exemple : avec mes potes gouines, on s'est réapproprié le mot « gouine », mais pour moi c'est inacceptable que mon collègue cis-genre hétéro me dise « Vous, les gouines, blablabla ».

- Même quand les personnes face à moi sont bienveillantes, elles ne peuvent pas vraiment connaître toutes mes limites s'il-elle-s ne les demandent pas ou si je ne les ai pas signifiées par une posture, un geste, des mots ou autre. Par exemple, quand je fais du sexe avec quelqu'un-e, le fait que j'ai envie d'être sodomisée ne présuppose pas que j'accepterai que l'autre mette quelque chose dans mon vagin. L'idéal c'est que l'autre me demande ce dont j'ai envie ou me propose de faire telle ou telle chose, mais quand l'autre justement a des a priori sur mes limites et peut se tromper ou s'en fiche, poser ses limites est essentiel pour se préserver.

Donc comment connaître ses propres limites ?

Quand ce que fait l'autre nous met mal à l'aise, nous fait mal, qu'on se sent agressé-e, humilié-e, c'est possible que l'autre ait franchi une de nos limites. Ça peut paraître évident, mais une chose que le patriarcat inculque bien, aux femmes notamment, c'est que si quelque chose ne se passe pas bien c'est que c'est sûrement au moins un peu leur faute ou que finalement elles l'ont mérité. Du coup, souvent on se demande ce qu'on aurait pu faire différemment pour que ça n'arrive pas (par ex : je devrais pas sortir la nuit seule, j'aurais dû lui parler plus gentiment, si seulement j'avais crié, etc.), alors que si l'autre a franchi ma limite, il-elle a franchi ma limite, point. Qu'il-elle ait eu de mauvaises intentions ou pas.

Ça peut être utile quand ça arrive, d'y réfléchir plus tard tranquillement, seul-e ou avec des potESsEs pour comprendre ce qui exactement m'a mis-e en difficulté, en danger, en panique, en colère, etc., où se situent précisément ces limites pour pouvoir plus tard, dans des situations similaires « prévoir » le franchissement de limite, le nommer, faire en sorte en amont que ça n'arrive pas ou le stopper.

On peut aussi mettre en scène avec des potes des situations qu'on a vécu. Par exemple, un-e pote joue la scène en tant que moi, un-e pote fait un relou qui me colle et insiste pour rester avec moi. Moi j'observe la scène comme ça je peux prendre de la distance par rapport à ce que j'ai vécu et mieux analyser ce qui s'est passé. Mes potes ou moi-même pouvons rejouer la scène en essayant d'anticiper et faire en sorte que le relou n'en arrive pas au point de me relouter ou, s'il y arrive, tester des réactions différentes pour voir celles qui marchent mieux pour moi.

DE L'AIR !

Ce serait efficace d'être toujours alertes, prêt-e à dégainer la phrase qui tue et repartir fièr-e les cheveux dans le vent. Pourquoi pas, mais être toujours sur ses gardes, c'est fatigant et stressant, voire ça peut parfois rendre parano. Souvent, quand quelqu'un-e franchit une de nos limites ou nous agresse, on est pris-e par surprise et on peut se retrouver bloqué-e, paniqué-e, stressé-e et on ne réagit pas. On peut avoir le sentiment de pas avoir de répartie et d'être ridicule ou vulnérable, mais personne n'est un-e superwo-man et on s'en fout.

L'effet de surprise, le choc, le stress, la colère, la panique peuvent nous couper le souffle ou l'accélérer (en même temps que le rythme cardiaque) et donc nous empêcher de réagir ou nous font réagir de manière incontrôlée.

L'exercice qui suit permet d'apprendre à réguler sa respiration. On va respirer avec le ventre. Bien sûr, c'est avec les poumons qu'on respire, mais faire comme si on respirait avec le ventre, ça permet de vraiment remplir les poumons d'air, « jusqu'au fond ». Respirer à poumons pleins, ça permet d'avoir assez d'oxygène dans le sang pour que le corps (cerveau inclus) fonctionne au mieux et de ne pas avoir le souffle court (ce qui accentue le stress et la panique), d'avoir plein de souffle pour dire ce qu'on veut dire, pour crier et pas que, vous allez voir, suspens ! Chez soi ou ailleurs où on se sent bien, on s'allonge sur le dos dans un endroit confortable et tranquille, on ferme les yeux pour se concentrer sur ce qu'on sent dans le corps et pas être distrait-e par les choses qu'on voit autour de soi. On respire calmement et prend un petit temps pour détendre tous les muscles un par un des orteils au visage (on oublie pas les bras, les mains), puis on pose les mains sur le bas du ventre pour le sentir se gonfler et se dégonfler. On inspire lentement de l'air par le nez jusqu'à « remplir le bas du ventre » (pour les premières fois, n'hésitez pas à vous forcer à gonfler le ventre pour bien laisser la place aux poumons de se remplir d'air) puis on expire lentement par la bouche TOUT l'air qu'on a inspiré. Faites-le 10 fois. Ou plus si vous kiffez ! Refaites une fois par jour 10 respirations du ventre. Vous pouvez aussi le faire debout les jambes au même niveau que les épaules, légèrement fléchies, le bassin un peu en avant (pas cambré quoi). Petit à petit, vous n'aurez plus à réfléchir à ce que vous faites et ce sera comme si le ventre se remplissait vraiment d'air tout seul. Magie !

Cette exercice permet d'avoir une respiration « apaisée » ou de la contrôler en cas de panique ou stress. Et aussi de ralentir le rythme cardiaque. Si quelqu'un-e nous frappe, une respiration « maîtrisée »

permet aussi « d'encaisser » en ayant moins mal et de réagir. Et dans la vie en général ça permet de se détendre.

POSER SES LIMITES

Encore une fois, il n'y pas de règles, mais la posture, l'attitude peut servir à poser une limite très simple : je ne veux pas qu'on envahisse mon espace, je veux qu'on me laisse tranquille. Se tenir les épaules en arrière, la tête droite, les jambes souples sur les genoux, le corps en équilibre, marcher en posant bien toute la plante du pied au sol en occupant l'espace, les bras qui prennent de la place autour du corps, le regard dans une direction précise, le visage détendu sans expression particulière, ça permet souvent de donner aux autres et à soi-même une image moins vulnérable que se tenir les épaules renfermées vers l'avant, la tête vers le sol, les jambes toutes serrées et raides, les bras croisées, pas savoir ou mettre ses mains, le regard fuyant, le visage inquiet ou le sourire « que puis-je faire pour vous ? ». C'est pas que dans la deuxième posture je suis faible ou je mérite qu'on m'agresse, c'est juste que des agresseurs ou des personnes qui veulent profiter de quelqu'un-e se disent souvent que c'est moins facile de faire chier une personne qui a l'air à l'aise ou sûre de soi. La première posture ça aide aussi à se sentir plus en confiance et prête à passer à l'action si nécessaire (faire un geste, fuir, dire un truc, donner un coup). Mais que ce soit clair : la première posture n'empêche pas qu'il y a quand même des gens prêts à dépasser nos limites et peu importe la posture qu'on a ou qu'on choisit d'avoir dans telle ou telle circonstance, on peut réagir ! On n'a pas toujours besoin de faire la guerrière pour poser ses limites. Parfois des gestes, des phrases très simples et une attitude détendue suffisent.

Quand on connaît ses limites et on sait dans quelles situations elles risquent de ne pas être respectées, on arrive souvent à anticiper et à faire en sorte de ne pas se trouver dans cette situation ou à poser nos limites avant qu'il se passe quoi que ce soit.

Par exemple, une super copine à moi a un pote que je ne supporte vraiment pas parce qu'il cherche souvent à provoquer les gens en posant des questions stupides, envahissantes et donne souvent dans le sexisme et l'homophobie, et il est parfois collant. Du coup si ma copine m'invite à prendre l'apéro et qu'il sera là, soit je n'y vais pas (en disant pourquoi à ma copine), soit j'y vais et, sachant à quoi m'attendre, je fais en sorte de ne jamais être à côté de lui ou s'il me parle j'abrège la conversation en faisant « hmm hmm, c'est ça » et je tourne la tête.

Si je me ballade la nuit en ville dans les rues où ya plein de mecs qui se sont saoulés dans les bars, je peux me dire qu'il est pas impossible que l'un d'entre eux m'aborde. Je peux choisir de passer par une autre rue ou de prendre ces rues et marcher d'un pas assuré sans m'arrêter, si je suis avec une copine de parler avec elle tout le temps, etc. Si un mec m'aborde quand même, il n'est jamais trop tard pour dire « tu es allé-trop loin », « je ne veux pas », « va-t-en », etc.

Et si quelqu'un-e s'en fout de respecter la limite que j'ai posé ?

On n'est pas obligé-e d'être performant-e, des fois ça marche, des fois ça marche pas, on ne peut pas toujours prévoir ce qui pourrait se passer ou contrôler ce que les autres font. Ya rien à gagner, pas de médaille de superféministe qui l'emporte toujours à la fin. Si ce qu'on a dit ne suffit pas, selon la situation, on peut choisir différentes solutions : faire une respiration profonde, répéter ce qu'on a dit, s'en foutre (quand ya pas de danger), hurler et partir (quand ya un danger, mais qu'on a la possibilité de fuir, hurler ça peut servir pour déstabiliser l'autre qui ne s'attend peut-être pas à ça et avoir cette demi-seconde d'effet de surprise pour s'enfuir), appeler d'autres personnes à l'aide, dire haut et fort à d'autres personnes présentes ce que l'agresseur est en train de faire, et plein d'autres choses encore.

Si vous n'en avez pas encore eu l'occasion, ça pourrait être super chouette de participer à des ateliers d'autodéfense féministe où on peut apprendre et s'échanger plein de trucs pour être plus sûr-e de soi dans plein de circonstances différentes, des techniques de défense physique et, of course, de défense verbale !

ON DELIE LES LANGUES !

La voix

Dans l'autodéfense, on peut utiliser plusieurs façons de s'exprimer : on peut crier, hurler, parler calmement, chanter ou autre. L'important c'est de dire ce qu'on a à dire et dans tous les cas empêcher ou stopper une situation où on ne veut pas se trouver. Dans la stratégie "j'vais faire des trucs qu'ont pas de sens pour passer pour une folle dingue", on peut même chuchoter ou parler dans une langue inventée !

Les clichés de genre font qu'une voix aiguë est perçue comme féminine et donc plus mignonne, bête, gentille, parfois hystérique et une voix grave comme masculine et donc forte, réfléchie, respectable. Je ne pense pas qu'on doive forcément modifier notre voix. Si la personne en face veut penser que ma voix fait de moi une hystérique, personnellement je m'en fous. Mais parfois ça peut s'avérer efficace d'utiliser ces



Les femmes ne vous doivent ni leur temps ni leur conversation

clichés, surtout si on n'a pas trouvé d'autres moyens de régler la situation. Par exemple parler avec une grosse voix bien grave quand on se fait draguer et qu'on est « vraiment une fille mignonne et élégante » ou une voix aiguë pour dire « je vous jure monsieur le vigile, j'allais payer cette perceuse, je l'ai mise dans mon sac parce que c'est plus pratique à porter dans le magasin ».

Pour utiliser sa voix, la respiration est hyper importante : en utilisant la respiration « du ventre » expliquée avant, on peut avoir une voix plus grave, une voix qui porte, un débit qui décoiffe.

Ce n'est pas toujours en criant qu'on se fait le mieux entendre, ce n'est pas toujours en étant polie qu'on obtient le respect, ce n'est pas toujours en faisant de l'humour que notre indocilité passera le mieux... Je crois qu'il y a trop de facteurs en jeu pour donner des conseils sur le ton, le volume, le champ lexical ou le style à employer. Il s'agit pas de faire n'importe quoi, mais de choisir moi-même ce qui me semble approprié pour moi dans une situation donnée.

Discours concis, clair et net

Quand on veut réagir à ce que nous a fait une personne proche (ami-e, amant-e, famille, etc.) qui n'a pas voulu être mal-veillante, on veut peut-être prendre le temps de discuter et d'expliquer pourquoi c'était pas cool pour nous, parce qu'on tient à garder cette relation et que ça se passe bien. Par contre, un-e inconnu-e ou quelqu'un-e avec qui on n'a pas du tout d'affinités ou qui a l'intention de vous faire du mal en n'aura probablement rien à fiche de savoir pourquoi on est vénère. Et on n'a pas forcément de temps et d'énergie pour faire de la pédagogie. Et en cas d'agression, un échange verbal peut vite se transformer en battle d'insultes qui peut virer en agression physique. Pourquoi pas, si on est super vénère et aujourd'hui on a envie de gueuler et on a la méga-patate et on est au top du contrôle de sa respiration et de ses émotions. Dans tous les cas, l'essentiel est de savoir jusqu'où on est capable d'aller et on souhaite aller.

Quelques façons de ne pas engager ou de mettre fin à un dialogue qu'on n'a pas envie d'avoir :

- Un discours bref et précis (« dégage ! », « stop », « arrête », « non », « je m'en fous », « au revoir », « tu me fais chier », « connard », etc.).

On signifie qu'on n'accepte pas ce qui s'est passé, se passe ou va se passer et/ou on dit comment on veut que cette situation change sans dépenser trop de temps et d'énergie à faire de longues phrases.

- Ne pas poser de question, par exemple « tu te prends pour qui ? », « ça va pas la tête ? », « tu m'as dit quoi là ? », « c'est quoi ton problème ? », « vous croyez que ça me plaît ce que vous me faites ? », « Pourquoi tu fais ça ? » parce que la personne en face va fatalement se sentir invitée à répondre. Réagir en posant des questions c'est un truc spontané qui sort tout seul, mais on peut déjà commencer par les transformer pour dire la même chose sans question tout en abrégant « l'échange » : « ordure », « ce que tu fais est inacceptable », « ta gueule », « basta », « vous me dérangez », « arrête de faire ça ».

- Utiliser des phrases affirmatives, c'est à dire éviter « peut-être que tu exagères », « tu pourrais faire attention », « non, mais... », « je préfère que tu partes », « et si tu allais voir ailleurs si j'y suis ». Pour signifier ce qu'on veut sans proposer d'autres alternatives à la personne qui nous agresse, préférer « tu exagères », « fais attention », « non ! », « je veux que tu partes », « va voir ailleurs si j'y suis ».

- On ne s'excuse pas. Au lieu de « excusez-moi, mais vous prenez toute la place », « je suis désolée, mais ça ne m'intéresse pas », « pardon, tu viens de me bousculer » dire plutôt « vous prenez toute la place,

laissez-en pour les autres », « ça ne m'intéresse pas », « tu viens de me bousculer, fais attention ». On n'a pas à s'excuser d'exprimer nos besoins ou de signifier à quelqu'un-e qu'il-elle nous agresse.

- Ne pas répondre aux questions : « quoi, t'aimes pas les compliments ? », « alors les filles, vous vous promenez toutes seules ? », « tu es sûre que tu n'as pas envie ? ». On n'a pas à se justifier ou répondre à une sollicitation qu'on a pas acceptée et ça mettrait l'autre dans la position de contrôler « la discussion ».

- Ne pas vouloir à tout prix avoir raison : c'est pas un concours de rhétorique, pas obligé de contrecarrer chaque argument . Le but, c'est pas d'avoir le dernier mot (de toute façon l'autre veut l'avoir aussi), mais de mettre fin à un « échange » pas désiré ou pas agréable du tout.

Voilà d'autres techniques verbales très utiles. Elles sont tirées de « Non, c'est non. Petit manuel d'autodéfense à l'usage de toutes les femmes qui en ont marre de se faire emmerder sans rien dire » d'Irene Zeilinger que vous pouvez trouver facilement sur internet .

L'art de la fuite

Quand nous ne nous sentons pas capables de répondre, nous pouvons toujours dire « je vais réfléchir à ma réponse », « je te ferai savoir quand j'aurai une réponse », « j'ai besoin de temps pour réfléchir ». Cette stratégie de fuite nous permet de montrer que ce n'est pas parce que nous avons peur que nous partons, mais que c'est parce que nous prenons l'agression au sérieux et que nous comptons y résister. Nous nous positionnons en victime difficile, active. Et nous gardons la porte ouverte pour poser ultérieurement nos limites.

Dans certains cas, nous pouvons donc tout simplement marquer le fait que nous avons bien entendu, mais que nous n'avons pas envie de répondre. Il est tout à fait possible de le faire de manière non verbale : soupirer profondément, lever les yeux au ciel, hausser les épaules. Autre possibilité : répondre en deux syllabes, du style « oui oui », « ah bon », « tiens tiens », « c'est ça », etc. Ce type de réponse ne donne pas de prise à l'agresseur pour poursuivre la discussion. Alors qu'il s'attendait à une réplique à laquelle se raccrocher, il se retrouve tout d'un coup privé de matériel communicatif pour construire son attaque.

Lorsque quelque chose nous met mal à l'aise dans la discussion, nous pouvons l'éviter en changeant de sujet de façon plus ou moins subtile. C'est un procédé particulièrement indiqué pour des situations où nous savons déjà ce que l'autre va dire, où l'autre connaît aussi

notre opinion, et où personne ne changera d'avis. Certaines phrases d'introduction facilitent le changement de sujet, par exemple : « tiens, ça me fait penser à... » ou « d'ailleurs, tout à fait autre chose... ». Si l'autre insiste sur son sujet et vous reproche de changer de sujet, vous pouvez aussi parler de ce livre intéressant sur l'autodéfense où vous avez appris comment changer de sujet – et hop, vous parlez à nouveau d'autre chose.

La technique du disque rayé

Lui : Bonsoir, Mademoiselle, vous avez des beaux yeux, vous savez.

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Lui : Comment ça, je vous fais un compliment et vous me répondez comme ça ?

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Lui : Allez, ne soyez pas comme ça, souriez un peu.

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Lui : Quoi, vous voulez tirer la gueule ? Ça me fait mal au cœur.

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Lui : Ne soyez pas si froide avec moi. Vous devriez être contente que je m'intéresse à vous.

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Lui : Tu sais pas dire autre chose ? T'es un perroquet ?

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Lui : Ah, va te faire foutre, espèce de salope.

Vous : Ça ne m'intéresse pas.

Le dragueur n'a pas compris ce qui lui est arrivé. Il a dépensé une énergie énorme pour nourrir le dialogue tandis que vous n'avez pas levé le petit doigt pour le tirer d'affaire. Quelle frustration pour lui ! Même si votre manque d'intérêt n'a pas tout de suite porté ses fruits, à la longue, ça a marché : vous êtes restée calme et polie pendant tout l'échange, vous n'avez pas bougé d'un seul millimètre de votre position et vous l'avez tout simplement fatigué par votre persistance. C'est d'ailleurs ce qu'on appelle le disque rayé : tant que l'autre n'a pas capté notre message, nous répétons texto pareil ce que nous avons à dire. Jusqu'à ce que le message passe.

La citation dépourvue de sens

Comme il n'est pas facile de ne pas faire sens lorsqu'on veut parler, voici deux petites astuces. Vous pouvez d'abord répliquer par une citation qui n'a pas de sens dans le contexte. Pour cela, choisissez une

phrase connue, par exemple un proverbe (voire un mélange de deux proverbes), un poème, une chanson, une phrase de la Bible ou du Coran, ou encore un slogan publicitaire. Quand l'agresseur vous dit quelque chose qui vous déplaît, citez votre petite formule en accompagnant vos paroles d'un langage non verbal sérieux, comme si vous vouliez faire passer une idée très importante. L'agresseur va automatiquement chercher un sens à votre phrase, d'autant plus que la phrase ne lui est pas inconnue. Pendant qu'il se creuse la tête, il ne pense plus à vous agresser. Si l'agresseur demande une explication, vous pouvez continuer à le faire réfléchir par un simple « c'est quand même évident ». Et si jamais l'agresseur a tout de même réussi, au prix d'une contorsion mentale inouïe, à trouver un sens à cette citation, vous pouvez lui répondre : « Mais non, ce n'est pas du tout ça ce que je voulais dire. Tu vas chercher trop loin. » J'aime bien cette technique : c'est une manière facile et plaisante de se venger. Il y a des gens qui peuvent passer la nuit à chercher le sens de ces sentences énigmatiques – plus ils voulaient me blesser, plus ils chercheront, hé hé hé. Si vous partagez cet esprit vindicatif, ne cherchez surtout pas à mettre un sens caché dans votre phrase (en disant par exemple « Bénis sont les pauvres d'esprit car le ciel leur appartient »). La vraie vengeance est dans le non-sens. Voici quelques exemples de formules toutes faites :

Dans la nuit, tous les chats sont gris. Allons enfants de la patrie, le jour de gloire est arrivé. Soyez féconds et multipliez-vous. Parce que je le vaux bien. Alea jacta est.

La confirmation non ironique

Quand un agresseur nous lance une pique, il s'attend à une réaction négative, et souvent, nous mordons à l'appât : nous nions, nous argumentons, nous nous justifions, ce qui arrange l'agresseur. Mais nous pouvons aussi essayer de lui donner raison pour lui clouer le bec. C'est la confirmation non ironique. Confirmer ce qu'il a dit le désarçonne parce que, de nouveau, nous ne lui donnons pas de matériel communicatif pour continuer. Quand il nous reproche « ah, tu es donc si susceptible que ça ? ! », nous pouvons lui répondre : « oui ». Souvent, il n'y a pas de honte à assumer les reproches que les autres nous font, car c'est la plupart du temps surtout leur ton qui les rend inacceptables pour nous. Si vous n'avez pas vraiment envie de confirmer (tout) ce que l'agresseur vous dit, il vous reste d'autres possibilités :

- Vous pouvez réinterpréter ses propos. Par exemple, s'il a dit :

« Qu'est-ce que tu es susceptible ! », vous pouvez répondre : « C'est vrai, je suis sensible, merci. »

– Vous pouvez confirmer partiellement ce qu'il a dit. Par exemple, s'il a dit : « Et bien sûr c'est encore toi qui trouves quelque chose à critiquer dans mon travail », vous pouvez répondre : « Oui, j'ai l'œil pour les corrections. »

– Vous pouvez confirmer par une vérité générale. Par exemple, s'il a dit : « Tu as vraiment du culot de lécher le cul du chef comme ça », vous pouvez répondre : « Tu as raison, c'est important de bien s'entendre avec tous ses collègues. »

Poser une question antidote

Parfois, une remarque transgresse nos limites et nous blesse. C'est souvent le cas des critiques destructrices. Cela peut aussi être le cas d'une remarque qui touche un de nos points vulnérables sans être forcément malintentionnée. Dans les deux cas, vous pouvez répondre avec la question antidote. Le principe est simple : vous ne comprenez pas l'expression empoisonnée et vous demandez une explication, une définition. Si l'agresseur vous dit : « Franchement, ton projet est complètement à côté de la plaque », vous pouvez répondre : « Qu'est-ce que tu veux dire par "à côté de la plaque" ? » sur un ton honnêtement intéressé. Si l'agresseur s'est juste mal exprimé, il saura expliquer ce qu'il voulait dire, et vous aurez reçu une information importante. S'il a dit cela pour vous blesser, il trouvera peut-être une périphrase (« c'est que ce n'est pas en adéquation avec les besoins du terrain »), mais qui ne dira rien de plus concret que la première expression. Vous pouvez, bien entendu, continuer à poser vos questions antidotes tant que l'agresseur reste dans le flou. C'est une technique particulièrement efficace quand elle est utilisée en groupe, quand l'agresseur voulait vous « descendre » devant les autres, car l'agresseur se dévoile alors devant tout le monde comme quelqu'un qui, à vrai dire, ne sait pas de quoi il parle...

Mettre en question les motivations de l'agresseur

Nous pouvons aussi nous mettre en dehors de la situation et agir plutôt en observatrices de la manière de communiquer. Cela nous évite d'avoir à discuter inutilement pendant des heures sur le fond (le sujet de la discussion) alors que le problème se situe dans la forme (comment l'autre a transgressé notre limite). Quand vous voulez clarifier une fois pour toutes qu'il y a non seulement un comportement dérangeant et répétitif, mais qu'il y a des motivations pas tout à fait bienveillantes derrière,

vous pouvez mettre en question les motivations de l'agresseur. Cela met l'agresseur devant ses responsabilités et peut même l'aider à se rendre compte que quelque chose ne va pas au mieux chez lui. Exemples : « Qu'est-ce que cela t'apporte de me critiquer devant tout le monde au lieu de venir d'abord en parler avec moi ? »

« Pourquoi est-ce tellement important pour toi que je sois la seule responsable d'un problème qui nous concerne tous les deux ? »

Clarifier les règles du jeu

Dans des situations plus graves où l'agresseur a du pouvoir sur vous, il n'est pas toujours possible de poser des limites sans prendre de risques, par exemple si l'agresseur est un professeur lors d'un examen, un/e juge qui décide de la garde des enfants, etc. Dans ces cas-là, vous pouvez vous montrer diplomate et clarifier les règles selon lesquelles vous êtes prête à jouer le jeu. Il est difficile pour l'agresseur de se prononcer ouvertement contre ces règles de politesse ou de sens commun. Exemples : « Je préfère ne pas mélanger le privé et le professionnel. » « Je voudrais que l'on continue la discussion sur un ton plus calme. » « Je propose que chacun explique sa position à son tour sans être interrompu. »

La technique des trois phrases

Et après ces quelques astuces pour des situations spécifiques, voici venu le temps de sortir l'artillerie lourde, ma technique passe-partout ! Je l'appelle la technique des trois phrases, parce qu'elle consiste, ô surprise, en trois phrases. Selon mon expérience personnelle, cette technique fonctionne très bien dans toutes les situations dérangeantes : avec des proches aussi bien qu'avec des inconnu/e/s, dans la rue aussi bien qu'à la maison, au téléphone aussi bien que face à face.

Ce procédé nous permet de poser efficacement nos limites dans des situations embarrassantes (par exemple à connotation sexuelle) sans pour autant avoir à couper tous les ponts avec l'agresseur, de sorte que notre éventuelle relation avec lui puisse tout de même continuer (par exemple s'il s'agit de ne pas perdre un travail). Comme la technique des trois phrases peut au besoin prendre des formes très « soft », vous pouvez aussi très bien l'utiliser face à des personnes qui ont du pouvoir sur vous, sans vous mettre ces personnes à dos (le chef, la fonctionnaire de l'immigration, l'assistant social qui décide de votre dossier...).

Voici comment ça marche, en trois étapes :

– 1re phrase : décrire le comportement dérangeant

Oui, vous avez bien lu, je vous demande de constater l'évidence. La

première phrase est en effet une description simple et objective de « ce que l'on peut voir ». Les analyses, les termes plus globaux (par exemple « agression », « harcèlement ») et les procès d'intention sont à éviter. Vous vous concentrez sur ce qui se passe et vous le dites. Dire le réel vous donne une position forte, une position que l'agresseur pourra difficilement remettre en question. Si vous parliez de ses intentions supposées, la porte serait au contraire grande ouverte pour qu'il nie, discute, etc. Le fait de prendre la position de l'observatrice vous permet aussi de prendre du recul mental, de mieux gérer vos émotions. Cette première phrase confronte l'agresseur à son comportement, elle le met devant ses responsabilités. Cela lui laisse une porte de sortie, car il peut éventuellement dire : « Ah oui, c'est vrai, excuse-moi. » S'il ne se rétracte pas, cette phrase lui collera une étiquette impossible à enlever. Dans certains cas, le simple constat explicite de la situation peut déstabiliser un agresseur au point qu'il arrête tout de suite, surtout quand il y a des témoins. Imaginez-vous dans un bus bondé. Tout d'un coup, vous sentez une main vous tripoter les fesses. Si vous dites : « Salaud, laisse-moi tranquille ! », personne ne sait de quoi vous parlez et on va vous prendre pour une hystérique. Mais si vous dites : « Monsieur, vous avez votre main sur ma fesse », ce qui se passe est clair, les gens vont regarder, pourront éventuellement prendre votre parti et vous venir en aide, et surtout, c'est l'agresseur qui se tape la honte. N'hésitez donc jamais à prendre l'initiative en jouant cartes sur table et en donnant vous-même un nom à ce qui se passe. Il s'agit d'un pouvoir de définition qui donne une réalité à ce qui se passe dans le non-dit et qui ne peut souvent continuer que grâce à ce silence. Exemples : « Vous avez votre main sur ma fesse. » « Tu ne me laisses pas finir ma phrase. » « Vous me regardez entre les jambes. » « Tu m'appelles "grosse vache". » « Tu n'as pas rangé tes chaussettes. » « Vous me faites un compliment sur mes beaux yeux. »

– 2e phrase : décrire le sentiment que ce comportement provoque chez nous

Bien sûr, dans certaines situations, la première phrase suffit à elle seule pour que l'agresseur ne sache plus où se mettre. Mais nous ne nous arrêtons pas là pour autant. Il nous reste encore des choses importantes à dire. Ce n'est pas parce que nous avons dit ce qu'il fait qu'il va faire ce que nous voulons. Il faut aussi nous assurer que tout le monde a bien compris que nous ne sommes pas d'accord. Nous disons donc dans un

deuxième temps quel effet émotionnel la transgression de limites a sur nous et sur notre bien-être. Souvenez-vous : il ne s'agit pas d'expliquer ce que nous ressentons. Ce serait trop proche d'une justification, et nous n'avons pas à justifier nos émotions. Nous le confrontons donc aux conséquences de son comportement sur nous. L'intérêt de nous limiter à notre ressenti est qu'il s'agit d'un constat que l'agresseur aura du mal à réfuter. Vous êtes la seule personne au monde à savoir comment vous vous sentez ! Votre émotion devient donc la raison indiscutable pour laquelle l'agresseur doit respecter vos limites. Et, bien sûr, parler de nos émotions nous aide déjà à mieux les maîtriser. Attention à ne pas confondre : des phrases comme « c'est inadmissible », « c'est impoli », « ça ne se fait pas » ne sont pas des descriptions de notre ressenti, mais des jugements de valeur, qui n'ont pas leur place ici. Voici par contre quelques exemples de constats subjectifs que vous pouvez utiliser comme « seconde phrase » : « Je n'aime pas ça. » « Ça m'énerve. » « Ça me met mal à l'aise. » « Je ne trouve pas ça drôle. » « Je ne suis pas d'accord. » « Ça me dégoûte. »

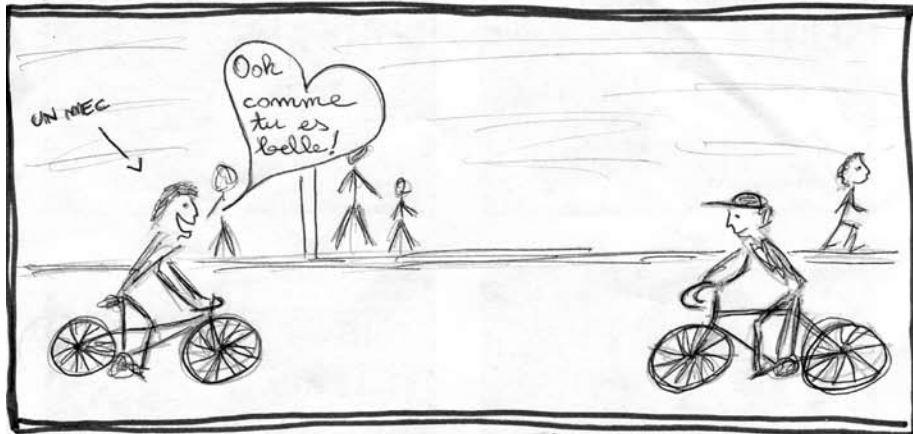
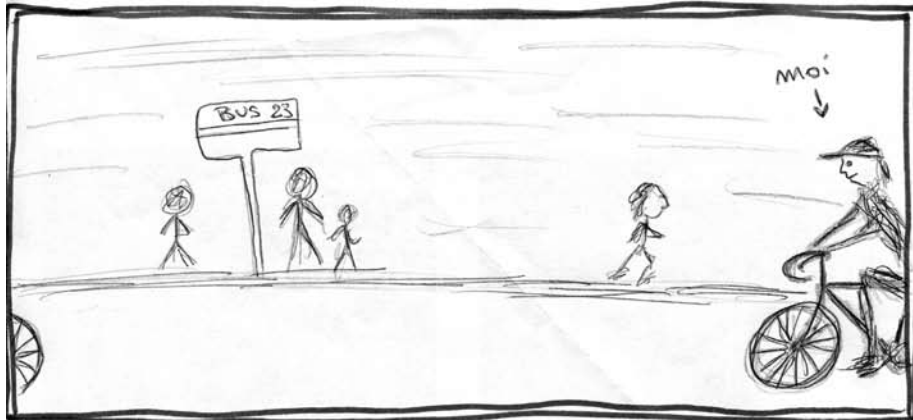
– 3e phrase : faire une demande concrète

À présent, notre « pauvre » agresseur ne sait plus quoi faire. Alors nous le lui disons. Dans la majorité des cas, il suffira de lui demander clairement d'arrêter son comportement dérangeant, mais il est encore plus efficace de lui donner une alternative, formulée de manière positive. La troisième phrase limite encore les choix de l'agresseur et nous donne davantage de pouvoir. Si nous nous contentions en effet du constat de la transgression, l'agresseur pourrait adopter une attitude de « et alors ? » ou tester un autre comportement, tout aussi dérangeant que le premier. En prenant l'initiative, nous restreignons sa marge de manœuvre, et cela accroît la probabilité pour nos besoins d'être respectés. Encore une fois, si nous ne disons pas ce dont nous avons besoin, personne ne le fera à notre place. Formuler une exigence concrète ne nous donne certes aucune garantie d'obtenir ce que nous voulons, mais c'est la condition sine qua non pour y arriver. Exemples :

« Arrête. » « Enlevez votre main de là tout de suite. » « Ne le fais plus jamais. » « Je veux que tu fasses plus attention à l'avenir. » « On en reparlera quand tu te seras calmé. » « Je préfère qu'on en reste là. »



La suite de la brochure recueille l'ensemble des exemples d'auto-défense verbale racontés par les participant-e-s. Il y a surtout des situations avec des inconnus dans les lieux publics. Ça ne veut pas forcément dire que ce sont les agressions les plus fréquentes, mais je crois que ce sont les agressions les plus faciles à identifier et celles pour lesquelles on a plus le réflexe de réagir.



Dans la rue : « Bonjour Mlle(s) »
« Au revoir Monsieur/Connard »

Je suis dans une rue commerçante, debout à côté de mon vélo, j'écris un texto. Un gars passe et dit tout haut, plein d'enthousiasme : « C'est bien, ça ! Sportive ! ». Surprise, je me retourne en rétorquant sans réfléchir :

« Qu'est-ce qu'il a ce bouffon ? »

Il revient et précise « hey ! J'ai rien dit de mal, c'était pas méchant ! ».

« C'est juste que j'en ai marre d'entendre ce genre de réflexion », tout en continuant à écrire mon texto. Il se penche vers moi, et m'explique : « ah bah faut aller vivre sur une île déserte, alors ! » et commence à partir, je me retourne vivement et complète, agacée :

« OU AVOIR DES COUILLES ET UNE MOUSTACHE POUR PAS ENTENDRE CE GENRE DE CONNERIES ! »

« hey oh, je t'ai pas dragué, je drague pas les murs, moi ! »

« Pfff »

En repartant, je me marrais tout seule sur mon vélo, assez surprise et plutôt ravie de ne pas m'être fait traiter de salope, pour une fois. Trouver un relou qui n'a pas besoin d'insulte quand on lui répond l'inverse de ce qu'il attend, c'est rare !

Regards insistants.

« Si tu veux ma photo, c'est 350 euros. »

Je marche dans la rue avec une copine. Derrière nous il y a un groupe de personnes. L'une d'elles vient vers nous et demande : « T'es une fille ou un garçon, parce que mes potes arrêtent pas de se battre à ce sujet. ». Je réponds :

« Bé, continuez à vous battre. »

Dans la rue : « Bonjour Mlle(s) »

« Ta gueule » (crié bien fort en continuant de s'éloigner)

Je marche dans la rue main dans la main avec ma copine. On croise deux personnes : « Regarde, c'est 2 filles ! ».

« Regarde, deux hétéros ! »

« T'es un gars ou une fille? »

« Bah chais pas. » (dit avec une honnêteté qui a séché la personne en face)

C'est la nuit avec une meuf on s'embrasse dans une rue ou il y a des bars. Assez vite un mec vient nous tourner autour et dit « mais vous êtes gouines »... On s'arrête de s'embrasser et vu qu'on se connaissait bien avec l'autre meuf et qu'on avait la force cette nuit-là on s'est mises à enchaîner les paroles nous deux complices en ne lui laissant pas la place de parler.

« Mais toi t'es un hétéro ??? Mais ça va quand même ? Comment tu fais avec ta famille ? ils s'en foutent ou c'est la merde ? Mais dans la rue tu te fais souvent emmerder pour tes désirs, non ? Ça doit pas être facile ? Mais tu l'as refoulé longtemps le fait de pouvoir aimer ou draguer qui tu voulais ? Allez salut, bon courage. J'espère que t'arriveras à réagir avec ceux et celles qui t'emmerdent..... »

Et lui n'a pas dit un mot et est resté comme un couillon sctoché pendant quelques secondes... et on s'est cassées bras dessus bras dessous.

T'es un homme ou une femme ?

« Non. »

T'es un homme ou une femme ?

« C'est comme tu veux, chérie. »

Ce soir-là, dans un quartier popu de Bruxelles, M. Gros Sabots a décidé qu'il avait envie de me baiser, et qu'il allait tout faire pour ça. Jusqu'où ? Sans doute jusqu'à ce que j'arrive à me mettre sous la protection d'un autre homme, celui qui est derrière le comptoir de l'épicerie de nuit ou celui qui attendra le même tram que moi. Il est fort probable que la tentative de M. Gros Sabots pour me mettre dans son lit ne dépasse pas le harcèlement verbal, et qu'il ne m'empêche pas physiquement de rejoindre l'endroit où je vais. Il ne s'agit que de mots. Moi qui dis **« Non »**, je n'ai pas envie de parler avec n'importe qui, encore moins de manifester une disponibilité sexuelle, et non, c'est non. Lui qui n'entend pas et qui suit sa pathétique stratégie en parlant de la vie du quartier qui serait tellement plus sympa si on se causait. Je lui réponds que **« Je ne vis pas dans le quartier, que je rentre de chez un copain. »** Et je dis **« Mon copain »**, parce que si j'arrive à me débarrasser comme ça du relou, pourquoi ne pas se refuser cette facilité ? Aaargh... ce « mon copain » m'est resté depuis en travers de la gorge.

A ce mot-là, M. Gros Sabots pâlit. « Désolé, je savais pas. Tu lui diras que je ne savais pas. » Et il part à grands pas. La seule mention d'un homme a suffi à déclencher la réaction espérée : qu'il me laisse tranquille. Mais comment ne pas se sentir humiliée après ça ? Il ne me laisse tranquille que parce que j'appartiens à un autre, et qu'il ne faut pas toucher à la propriété des autres, sinon on risque de se faire casser la gueule. Que j'exprime moi-même mon désir de rester seule ne suffit pas, c'est comme quand des gosses disent non, on écoute d'une oreille distraite, ils ne savent pas ce qui est bon pour eux. Je suis véritablement sous tutelle, je n'existe qu'en vertu de cette relation avec un homme, même imaginaire. Moi qui croyais que le mec relou n'écoutait pas mon « non », pourtant correctement articulé, parce que sa bite lui bouchait les oreilles, je tombe des nues en comprenant que son écoute était sélective. Toute mention de ma volonté à moi, être anthropoïde n'ayant que peu de ressemblance au fond avec le masculin universel, est nulle et non avenue. Faites comme si je n'existais pas.



De retour d'une rencontre d'auto-défense féministe, je marche dans la rue plutôt fatiguée, je me prends une main au cul d'un mec que je n'ai pas senti arriver par derrière. Quand il me dépasse et voit mon visage vénère : « Désolé, je pensais que tu étais une amie » avec l'air vraiment gêné.

« Premièrement, on ne fait pas ça à une amie.

Deuxièmement, là, je pourrais te casser la gueule. »

Je n'ai pas l'habitude de dire ça parce que je me dis que ça peut être pris comme une invitation à la bagarre ce dont je ne suis pas trop friande. Mais j'étais tellement chargée d'énergie de cette rencontre d'auto-défense que, même fatiguée, je n'allais laisser personne me faire chier. Cette conviction a dû se lire sur mon visage et le ton de ma voix car le mec a eu l'air de flipper et est parti en s'excusant 10 fois et en regardant derrière lui des fois que je le poursuivrais.

Un ou des mecs me siffle dans la rue : souvent je m'approche très près de lui et je suis énervée, du coup je lui dis juste : **« T'as un truc que tu voulais me dire ? »** Juste ça ou en plus : **« parce que tu commences vraiment mal, ça me donne envie de t'insulter ou te frapper. »**

Plus ironique pareil en s'approchant près de lui :

« Tu sais qu'on vient de créer un collectif avec des copines et des chiens parce que c'est le même combat : ne plus être siffler dans la rue... On reviendra te rendre visite. »

Pour les mains aux culs ou autres parties du corps... moi je pars direct en mode insulte ou physique... j'arrive pas autrement... ou sinon menace **« Tu me retouches encore sur n'importe quelle partie du corps moi ou une autre meuf sans être certain qu'elle en a envie je t'assure que t'auras au mois un doigt cassé même si je dois me prendre plein de coups je t'assure que sur un doigt t'auras tous les petits os pétés... et ca sera pas évident de te masturber en pensant a toutes les meufs que t'as touchées sans leur consentement ou que t'as violées... mais tu peux aller te branler maintenant devant le poteau là-bas si vraiment t'as envie de froter quelque chose. »**

Moi, la seule formule qu'on trouvait cool avec une copine, c'est **« Mes oreilles sont pas une poubelle »** adressée à des mecs qui nous trouvaient bien jolies pour se promener toute seules (c'est drôle comme 2 femmes ça fait quand même "toute seule" dans la tête de certain(e)s) et qui se faisaient un devoir de nous parler toute notre route. Lui répondre ça, ça l'a stoppé, et il nous a lâché... Puis cette phrase sert bien quand on se sent un peu submergée par la parole des autres, des proches...

A un concert, je me retrouve près de 2 types visiblement hétéros et amis. Ils font chier tout le monde en se postant à l'avant alors que c'était les plus grands du public, à pogoter sans faire attention à pas faire mal aux autres. Tout à coup, il y a une panne d'électricité, on se retrouve dans l'obscurité. L'un des compères est accroupi, peut-être pour refaire le lacet de sa chaussure.

L'autre, debout devant lui, lui prend le visage « Oh oui, vas-y, suce-moi. » Genre, la blague : on fait semblant d'être des pédés et de se faire des pipes. J'en pouvais plus de ces 2 types qui prenaient toute la place, j'ai craqué : (moqueuse en les pointant du doigt)

« Ah, ah, ah, c'est trop drôle les blagues homophobes. »

En général, quand je fais ce genre d'intervention, les gens sont assez surpris et il se passe rien de plus. Cette fois, non. Le compère qui voulait se faire sucer pour de faux (hum !)

vient vers moi, il veut faire un débat là-dessus. « Tu dis n'importe quoi. Imagine si j'étais homo » (ah ah, je re-rigole intérieurement). « Je fais ce que je veux, t'as rien compris ». Et bla bla bla et bla bla bla. Moi, je veux pas débattre. Je lui dis **« Dégage, je ne veux pas te parler. »**

Mais il continue et en plus me met la main sur l'épaule à plusieurs reprises. Je retire sa main et lui crie **« Ne me touche pas, dégage, je ne veux pas te parler. »**

Il continue en agrémentant le tout de plusieurs « Débile » et « Connasse ». Et, cerise sur le gâteau, un mec arrive « Attends, je le connais, il est pas homophobe. » A ce moment, je voulais juste que le concert reprenne et que lui ne soit plus là devant moi à m'insulter et me toucher.

Comme il y avait près de moi des amies qui auraient pu m'aider au cas où il devienne dangereux, je lui ai dit : **« Donc, tu veux pas me laisser. Je vais être obligée de te casser la gueule. »**

Lui me dit : « Je ne crois pas que tu vas faire ça. » **« Si, je vais te casser la gueule. »** Il est enfin parti.

L'électricité est revenue, le concert a repris. Il continuait à m'insulter de loin avec le soutien de ses potes, mais au moins ils n'étaient plus là et lui et ses potes étaient trop occupé-e-s à parler ensemble du fait que j'étais vraiment qu'une connasse qu'il elles ne faisaient plus chier tout le monde avec leur pogo et j'ai pu danser tranquillou avec mes copines.

J'attends le tram avec une copine.

Un homme nous aborde en nous parlant des horaires, mais on n'y comprend pas grand chose. Le tram arrive, il nous dit d'entrer

« les femmes d'abord ».

Avec la copine, on le calcule plus, trop relou. Mais lui continue de nous parler :

« De nos jours, la galanterie ça se perd, les hommes ne tiennent plus la porte aux dames. »

Je lui dis :

« On sait tenir la porte toute seule. »

« C'est ça le problème, vous voulez ressembler aux hommes, vous voulez l'égalité, c'est pour ça que tout fout le camp. »

Ma copine : **« Ce que vous dites, c'est violent. »**

Moi : **« Si vous nous avez abordées pour finir par nous traiter de connasses, on arrête tout de suite cette discussion »** (fort pour que les femmes autour entendent)

Puis on l'a ignoré et on s'est mises à parler à une femme à côté qui par ses expressions du visage montrait une forte désapprobation par rapport aux propos de cet homme :

« C'est fou de nos jours, y a encore des personnes qui veulent nous dire comment on doit vivre nos vies. »

La femme inconnue du tram était bien d'accord avec nous :)



Ma toute première expérience d'autodéfense verbale féministe (mais pas que verbale...)

J'étais gamine, je sais plus trop, genre 10 ans....

J'étais avec ma mère, on sortait de je sais plus trop où non plus ; un resto ou un bar, il faisait nuit ça j'en suis sûre !

Bref on marchait tranquille, m'a mère me tenait le bras parce qu'elle portait des méga talons aiguilles et qu'on était dans un rue pavée (pas pratique). Et là ya un mec qui s'approche de nous et qui dit un truc à ma mère (j'ai pas entendu), ma mère me sert vachement plus fort et fait un geste de la main (genre dégage) et lui dit : « **De l'air, de l'air.** » Le mec rigole et lui répond « de l'air mais quel air tu veux ? » Et là, elle sort de son sac une bombe lacrimo, et lui répond : « **Celui-là d'air !** » et le vaporise !!!

Tout ça s'est bien sûr passé hyper vite....elle m'a agrippé le bras et on est parti en courant et en rigolant, no problème avec les méga talons aiguilles !!

Trop forte ma mère...

Un groupe de mecs : « vous êtes seules ? »

Nous, un groupe de meufs :
« **Non, on est 5 !** »

J'attends devant la gare de Lyon l'arrivée de mon prochain train.

Un gars vient faire la causette.

Lui : Salut tu vas bien ?

Moi : « **Ça va** »

Lui : Tu lis quoi ?

Moi : « **Scum** »

Lui : c'est bien ?

Moi : « **Ouais** »

Lui : Tu vas où là ?

Moi : « **À l'enterrement de ma grand-mère** »

Il a arrêté de poser des questions sans montrer aucun intérêt, et il a commencé une "vraie" discussion, en parlant aussi de choses personnelles avec un peu de sensibilité. Et puis il est parti.

Dans la rue, quelqu'un-e te scrute de manière insistante et n'a pas l'air d'approuver ta présence ou ton existence.

Technique proposée :

**S'embrasser fougusement
et rire bruyamment**

Une après-midi avant d'aller à une réu au local féministe, je vais prendre des frites au quick d'à côté, j'avais très faim et il n'y avait rien d'autre ouvert dans les parages et j'étais en retard à ma réu. Le quick était vide, il y avait peut-être une ou deux personnes qui mangaient à l'intérieur, je demande une frite à un mec aux caisses, et là je sens une présence physique oppressante, très près de moi. Je tourne la tête sur le côté et là je vois un mec planté juste à côté de moi, son corps touchait presque le mien, il était super grand, hyper baraqué et son regard était terrifiant. Bref, je ne me laisse pas impressionner par cette présence si près de moi et je retourne la tête droit devant moi. Et là j'entends la voix du mec qui me dit « vous êtes une femme ou un homme ? », sur ce je retourne la tête sur le côté et en le regardant dans les yeux je lui dis d'une voix douce et suave « **Mais je suis un homme enfin voyons.** » Là je tiens à préciser que je tremble à l'intérieur de moi car j'ai l'impression que le type va me frapper. Il me répond « vous vous êtes vexée c'est ça, je vous posais juste cette question car vous êtes poilue », là mon regard se baisse sur mes jambes, je portais un legging qui s'arrêtait à mi-mollet et qui laissait voir les poils de mes jambes, je relève le regard vers ses yeux et je lui dis « **Mes couilles sont également très poilues.** » Là il me redit « Vous vous êtes vexée », sur ce je prends mes frites et je pars d'un pas pressant car je n'étais pas très rassuré par ce type et aussi par le silence qui régnait à l'intérieur de ce quick...

À une fête, une copine a moi est penchée en avant pour faire je ne sais plus quoi. Un mec se met derrière elle et fait semblant de la fesser. Je m'approche et me mets à rigoler pendant des plombes :
« Ah ah ah, t'es trop drôle ! »

Dans un bus bondé, un mec me passe la main au cul.
 (fort, en s'adressant à tout le monde)
« Attention, ce type vient de me mettre une main au cul ! »

J'ai une conversation avec une copine dans un bar. Il n'y a pas beaucoup de place, donc on partage notre table avec des mecs qu'on connaît pas. Ma copine me parle de sa ville. Le mec essaie de s'incruster dans notre conversation « Ah, c'est comment le climat à *nom de la ville de ma copine* ? ». Ma copine dit **« Je sais pas »** sans le regarder et a continué notre conversation. Le mec n'a pas insisté.

A un relou qui s'incrute dans une discussion :
« En fait on est en train de parler entre nous là » (sur un ton qui ferme la discussion).
 Le gars s'est cassé en s'excusant.

Je grille un feu rouge à vélo. Une voiture de flic arrive à ma hauteur et me fait signe d'arrêter, puis un flic commence à signaler mon infraction. Malgré l'envie de m'agacer et d'exprimer ce que je pense de la police, je me dis que je devrais juste trouver une stratégie pour ne pas prendre une amende.

Je suis récidiviste, ils m'ont chopée 3 fois au même feu. Alors j'ai varié les plaisirs à chaque fois :

1 « Oh, vous avez raison, j'aurais pas dû faire ça. » (avec une tête de pauvre, un peu niaise, un peu égarée)

2 « Je l'ai même pas vu. Je suis malade. » (je venais de me réveiller, ma tête était hyper crédible) Et je baragouine des phrases pas trop compréhensibles.

3 « Oh la la. J'ai été trop vite, c'est que je vais au travail et j'ai trop peur de me faire engueuler si j'arrive en retard. »

Les flics, à chaque fois : « Bon, il faut faire attention. Vous savez que l'amende c'est 90 euro. »

Oh oui je le sais, sinon j'aurais pas déployer ces talents d'actrice.
 Gnark gnark.

Je t'offre un verre ?

« **Non.** »

Allez, juste un verre.

« **Non, c'est non.** »

C'est un mec qui demande à une fille son numéro. elle lui dit non. il insiste. elle lui dit :

« **C'est quoi que tu ne comprends pas dans non?** »

C'est la meilleure des défenses dans ce genre de situation que j'ai rencontrée.

« Hé, vous êtes vraiment charmante ».

(froide) « **Merci, bonne soirée à vous, maintenant j'ai envie d'être toute seule, laissez-moi.** »

On est 2 copines dans la rue. Un mec nous dit :

« Hé, vous êtes vraiment charmantes ».

« **Nous sommes vraiment très intéressées par votre remarque, cela nous apporte beaucoup, bonsoir.** »

Je t'offre un verre ?

« **C'est peut-être mieux si on se marie tout de suite.** »

« **On va pas perdre notre temps avec un verre.** »

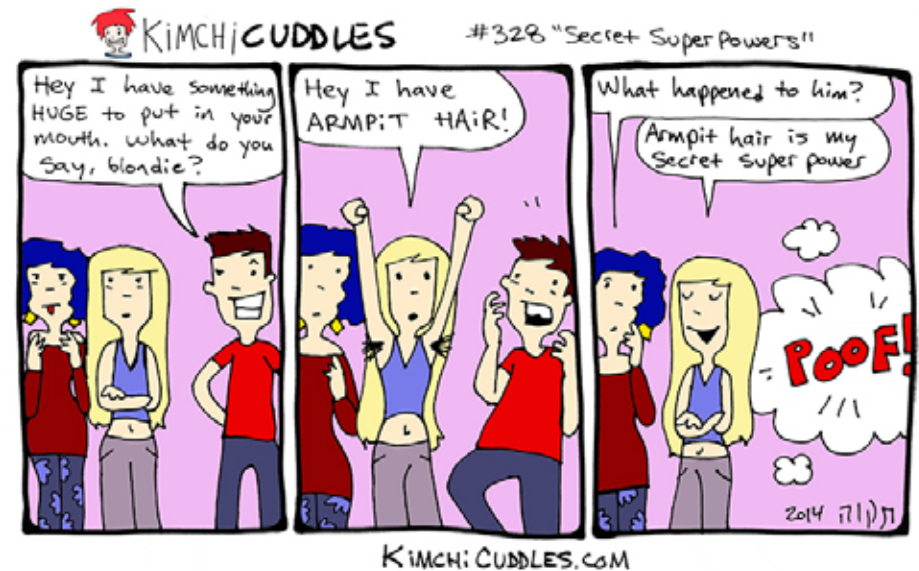
À l'époque où j'étais une meuf cis (je suis passé en transition), la réponse qui marchait bien, dans les situations plus de drague dans la rue, on va dire, de « vous êtes jolie mademoiselle » « vous êtes belle », je répondais (avec un grand sourire) « **ben ouais mais tu sais je suis intelligente aussi** » ou bien « **j'ai un beau cul mais j'ai un cerveau aussi** », et ça les remettait à leur place en les faisant marrer, je me suis fais quelques "potes" de rue comme ça, qui ont capté mon sens de la répartie mais pas en agressant l'autre, et qui du coup m'ont à la bonne maintenant.

Un inconnu m'aborde et essaie de lancer une conversation.

« **Je n'ai pas envie de te parler.** »

« T'es pas sympa. ».

« **Non, au revoir.** »



Hé, j'ai un GROS truc à mettre dans ta bouche, qu'est-ce que t'en dis, la blonde ? / Hé, j'ai des poils aux aisselles ! / Qu'est-ce qu'il lui est arrivé ? Les poils des aisselles, c'est mon super pouvoir secret.

Je suis dans un pays et une ville que je ne connais pas bien, accompagnée par un mec en qui j'ai a priori confiance. On va à une soirée dans un lieu que je ne connais pas. Le mec commence à être bourré. Moi je veux partir, et tout de suite, avant que le mec ne soit trop bourré parce que je ne sais pas du tout comment rentrer. Lui refuse de partir tout de suite. Alors je dis aux autres gens de la fête que **« Je suis malade »** et comme ça ces gens ont insisté auprès du mec pour qu'il me raccompagne tout de suite.

Je suis en stop.

Le conducteur : « Mais... vous avez pas peur ? »

Moi : **« Ben peur de quoi? »**

Le conducteur : « Ben.. vous savez bien... vous êtes une femme.. »

Moi : **« Ha vous voulez dire peur du viol? »**

...

Moi : **« Vous savez, les violences faites aux femmes sont à plus de 80% commises par des personnes de l'entourage, et se passent souvent au domicile... J'ai plus de risques en restant chez moi ! »**

Technique lorsqu'on ne veut pas parler pendant tout le long de notre covoiturage.

Le.la covoitureuseuse: « Blablablabla »

« Vous savez, je reviens d'un enterrement, je n'ai pas envie de parler »

Une journée de pluie. Je suis prise en auto-stop par un mec qui me dit :
« Vous avez pas peur de faire du stop toute seule sous la pluie ? »
« C'est vrai, il pleut. »

Je parle du fait que je fais souvent du stop avec un mec que je ne connais pas. Il me dit :

« Vous avez pas peur en stop en tant que fille ? »

Je lui réponds (en mode naïve) :

« Pourquoi je devrais avoir peur ? »

Il commence à évoquer les faits divers, s'emmêle dans ses arguments. Je lui dis :

« C'est quand on me pose cette question que je commence à avoir peur. Vous êtes un gros pervers. »

On est 2 meufs et on fait de l'autostop. 3 mecs sont dans la voiture et ont désespérément envie de parler.

Pas nous.

Eux : « Alors les filles vous allez sur la côte d'azur ? »

Nous : **« Non »**

Eux : « Mais vous allez faire la fête? »

Nous : **« Non »**

Eux : « Mais vous avez des copains? »

Nous : **« Non »**

Eux : « Mais vous allez faire quoi? »

Nous : **« On va dormir chez mémé et jouer au scrabble. »**

Ils ont arrêté de parler tout le reste du trajet

En co-voiturage, tout le monde parle de leurs relations hétéros sauf moi qui ne dit rien. Puis, on me demande si j'ai un copain et je réponds **« Non, je suis lesbienne. »** Tout à coup, un grand silence s'installe. Je dis : **« Vous inquiétez pas, ça arrive souvent que les hétéros pensent que tout le monde est hétéro. »**

Chez la/le gynéco.

La/le gynéco : Vous prenez un moyen de contraception?

Moi : « **Non** »

La/le gynéco : Mais vous devriez, vous avez une petite moustache !

Moi : « **Ah bon ? J'aime bien ma moustache et mes poils, je ne veux pas de moyen de contraception.** »

Chez la/le gynéco:

« Quelle pilule prenez-vous? »

« **Aucune** »

« Vous avez un moyen de contraception? »

« **Non** »

« Vous n'avez pas de vie sexuelle? »

« **Si** »

« Vous voulez un enfant alors? »

« **Non** »

« Ha mais il ne faut pas rigoler avec ces choses-là ! »

« **Non, mais je n'en ai pas besoin !** »

« Ha mais vous êtes stérile alors ? »

« **Non. Mais... Je suis lesbienne** »

« Ah oui pardon, évidemment... »

J'ai un stérilet depuis 1 mois et ça me fait mal. Alors, j'appelle ma gynéco pour avoir un rendez-vous. Elle me réponds : « Ce n'est pas nécessaire. Il faut pas faire sa chochote. »

« **On va arrêter de dire des conneries comme ça. Je veux un rendez-vous.** »

Lors du rendez-vous, elle a vu que j'avais une infection...

Je vais voir mon médecin pour lui parler de douleurs que j'ai au bas ventre. Il me dit que déjà ce serait bien que je prenne la pilule.

« **Je ne veux pas prendre la pilule, je veux juste régler ce problème de douleur.** »

Il insiste pour que je prenne la pilule, avec tout un tas d'arguments et je lui dis à nouveau :

« **Je ne veux pas prendre la pilule, je veux juste régler ce problème de douleur.** »

Il continue à insister.

« **Si vous me parlez encore de pilule au lieu de vous occuper de la raison pour laquelle je suis venue, je m'en vais.** »

Je vais voir une gynéco pour qu'elle me fasse un frottis. Elle me demande si j'ai eu des enfants, je dis non. Elle me demande si je prends la pilule, je dis non. Elle me demande si j'ai un stérilet, je dis non. Elle me dit : « Vous n'utilisez pas de contraception. Vous n'avez donc pas de rapports sexuels. »

« **Si, mais pas avec des hommes.** »

Ce qui est faux car je baise parfois avec des hommes cis-genre, en utilisant des capotes ou en faisant autre chose que bite-dans-la-chatte. J'ai juste eu un flash d'une possible suite de conversation où j'aurais aussi dû expliquer ce que voulait dire cis-genre, que je suis gouine, qu'il existe une diversité de pratiques sexuelles qui ne mènent pas à une grossesse. Et ça me semblait un peu chiant de devoir faire ça, moi j'étais juste venu pour qu'on me fasse un frottis. Alors je me suis dit que pour cette fois j'allais juste vite fait la recadrer sur sa lesbophobie.

Dans un lieu collectif, on est un groupe de personnes à cuisiner ensemble. Un mec fait une blague sexiste. **« Fais gaffe à ce que tu dis, sinon je vais devoir te péter les genoux. »**
Une pote ajoute : **« Ouais, fais gaffe, elle fait de l'autodéfense. »**

Je suis avec un groupe d'amis mecs avec qui je me sens bien. Lors d'une discussion, l'un d'eux me dit : « Ouais, mais t'es une fille. » **« Si j'étais arabe, tu ferais une différence ? »**

On est 2 meufs, on sort des bûches du coffre de la voiture. Le colloc passe et dit : « c'est un chantier non-mixte ? »
Nous : **« C'est pas parce qu'on est 2 meufs en train de bosser que c'est non-mixte. Tiens je te passe 2 bûches! »**

Je ramène en voiture le pote d'un pote chez lui. Il fait des remarques sur ma conduite qui ont des arrières goûts de « femme au volant, mort au tournant ».
Ce que j'ai dit : **« T'as raison, les femmes c'est vraiment des dangers ambulants, faudrait leur interdire de conduire, voire les condamner à mort si elles essaient. »**
Si ça m'arrive à nouveau, ce que j'aimerais dire : **« Si tu crains pour ta vie, tu peux descendre ici. Je préfère me crasher toute seule qu'en mauvaise compagnie. »**

« Tu n'es pas avec ta moitié aujourd'hui ? »
« Je te rassure, je suis bien entière. »

On est une dizaine de plus ou moins potes (filles et garçons). Tout le monde a envie de manger. Un des garçons : « Hé les filles, vous allez nous chercher des pizzas. »
Moi : **« Vas-y toi. »**

Un pote ramène un pote à la maison. Ce dernier fait une blague sexiste.
« On va s'calmer là. On se connaît pas, mais j'ai pas envie de pousser plus loin, ça me donne pas envie de te connaître. »

les potes et les potes des potes

Tonton à un repas de famille :
« C'est bien, toi et ta copine, vous êtes pas comme certains homos qui s'exhibent. »
« Mais Tonton, tu n'es pas toujours avec nous, si tu voyais ça... »

Chez ma mère, la voisine passe : « Le mariage et les enfants, c'est pour quand ? ».
« C'est pas essentiel dans ma vie. Ça me préoccupe pas du tout. »
« Votre génération, vous avez pas la tête à ça. »
« Non, on préfère profiter de nos vie. »

Je vais voir mes parents et ça fait longtemps que je ne les avais pas vu-e-s. Ma mère me dit : « Ta nouvelle coiffure, ça me plaît pas ». **« Super, ça fait plaisir de se retrouver. »**

Ma mère me dit :
« Ta jupe est bien courte. »
« Si tu veux la même, je t'amènerai dans le magasin où je l'ai trouvée. »

Ma mère me dit :
« Ta jupe est bien courte. »
« Ta langue est bien pendue. »

T'as dit quoi ?

Je décharge mon camion pour le marché.

Un gars me dit « eh ma belle, tu peux bouger ton camion ? »

Moi : « **Tu m'appelles pas ma belle !** »

Lui : « Ok, bon. Mais tu bouges ton camion quand même ? »

Une meuf qui n'a pas d'enfants et n'en veut pas est à une réunion de boulot. Une immense majorité des femmes présentes vient d'accoucher et parle uniquement de leur nouveau né. Celles qui en ont déjà eu racontent leur longue expérience avec les enfants, elles se plaignent du temps et de l'énergie que ça prend, des conséquences physiques, de "si j'avais su"...

à un moment, un peu de silence et la meuf dit « **Je m'occupe d'une petite fille de temps en temps, c'est vraiment sympa, mais je voudrais pas devoir faire ça tous les jours...** »

Elle ont changé de sujet.

Avec un collègue qui est au service marketing, on parle un peu de nos vie et il me dit sérieusement : « Si à 30 ans, t'es pas mariée et t'as pas d'enfants, t'as loupé ta vie. »

« **La tienne peut-être, mais la mienne elle va très bien.** »

Un collègue : « Vous, les lesbiennes, vous êtes comme ci et vous faites comme ça, c'est pas vrai ? »

« **Écoute, j'ai l'impression que tu es un expert des lesbiennes, je ne sais pas.** »

Et je me tourne vers une collègue pour parler complètement d'autre chose.

On me demande dans quel domaine je travaille. Je réponds :

« **Dans le bâtiment.** »

« Vous êtes secrétaire ? »

« **C'est sexiste ce que vous venez de dire et je bosse dans le placoplatre.** »

Il y a un collègue à qui je disais bonjour quand on se voyait, sans plus, on est pas ami-e-s, on travaille juste au même endroit. Le jour où il a exposé des théories racistes et homophobes à moi et d'autres collègues et qu'il ne se remettait nullement en cause face à nos critiques, j'ai décidé que je ne voulais plus lui parler. Quand on s'est recroisé-e-s après et qu'il venait vers moi pour me dire bonjour, j'ai juste tourné la tête dans une autre direction et suis partie. Peut-être qu'il n'a pas compris pourquoi, mais je m'en fous, l'important pour moi c'est que je n'ai plus envie d'avoir à faire à lui et ce qu'il pense ou ses sentiments ne m'intéressent pas. J'aurais aussi pu dire : « **Dorénavant, je ne t'adresserai plus la parole car tu es raciste et homophobe et que tu répands des idées réactionnaires** » ou en faisant non de la tête ou en hurlant « **Dégage sale raciste homophobe de merde** », etc. Il n'est pas trop tard et j'ai déjà commencé à dire à plusieurs collègues quel genre de discours il tient.

Quand on fait des petites remarques sur mes poils (de jambes, d'aisselles,...), je réponds que
« Ça va, j'assume (assez/très) bien ma puberté », avec différentes petites variantes, en disant qu'au début ça a pas forcément été facile de voir son corps changer tout ça mais que ça va aujourd'hui j'ai eu le temps de m'y habituer ^^
Mon but étant d'amener la discussion sur le terrain sérieux de :

poil=puberté pour femmes comme pour hommes point.

On peut vouloir en garder tout ou partie les peigner les teindre, les raser partiellement ou pas, mais jambe/sexo/aisselle glabre = enfant pas femme, et
« je ne ressens pas le besoin de paraître jeune à ce point » ;)

Dans le tram, des personnes regardent les poils de mes jambes et chuchotent, rigolent.

(avec un rire énormément exagéré) **« Ah ah ah ! Vraiment c'est super drôle ! Oh oh oh, j'arrive plus à respirer tellement je me marre ! »**

« T'as plein de poils, t'es un garçon ou une fille ? »
« J'suis un dragon. »



Quand quelq'un fait une blague discriminante (sexiste/homophobe/âgiste/raciste/...) que ce soit une véritable "blague" ou plutôt une "petite remarque" ou autre réplique à la con censée faire rire, je demande systématiquement qu'on m'explique le pourquoi c'est drôle.

En fait plus exactement : si c'est une personne proche, ou censée partager des valeurs politiques anti-oppression, je lui pose directement (calmement) la question « **Pourquoi c'est drôle?** » pour qu'elle explique/creuse ce qui le-la fait rire dans cette situation, si par contre c'est un-e inconnue visiblement peu concernée par ce genre de problématiques, je tente la même approche mais parfois moins frontalement en faisant tout simplement **semblant de ne pas comprendre**, ce qui force aussi du coup à s'expliquer, patauger, se rendre compte qu'on vient de dire un truc vraiment caca...

C'est pas du 100% réussite, ça m'a donné des supers discussions donc je suis ressortie avec la méga banane comme des bien reloues, mais vraiment très souvent ça me permet juste de passer à autre chose sans avoir laissé filer/cautionné et en me sentant moins vénère et plus constructive que quand je pars au quart de tour en mode gros rentre-dedans ^^

Je suis passagère dans un covoiturage avec des inconnu-e-s. Une des personnes parle des aventures sexuelles de François Hollande et commence à comparer ça avec « l'affaire Strauss-Kahn ».

« Il ne faut pas confondre : pour Hollande c'était de l'infidélité, pour Strauss-Kahn c'était un viol. »

Une personne : « Euh ouai mais bon en plus c'était avec une noire, vous imaginez!! »

« Alors là madame je vous arrête tout de suite, vous tenez des propos très déplacés qui sont racistes et sexistes que je ne supporte pas et qui m'indisposent. »

J'essaie un petit moment de discuter avec un type qui sort toute une série de propos essentialistes. Il n'écoute rien. Je suis très vite saoulée/énervée par son discours et son attitude "je sais tout". Je veux partir, mais sans se vèner, car c'est pas le moment. Lui : "différents propos essentialistes"

Je sors une suite d'exagérations des stéréotypes féminins qui les rend absurdes : **« C'est vrai que les femmes, c'est toutes des pipelettes, et qu'est-ce qu'on est coquettes, tiens, moi par exemple ! Et c'est une évidence que les femmes n'ont qu'un projet, élever une famille, j'en ai jamais rencontré qui avaient des passions, qui voulaient se donner à fond dans leur vie professionnelle... »**

Lui: « oui, enfin, c'est pas toujours le cas, j'ai un peu trop schématisé »

En co-voiturage, la personne qui conduit et la passagère parlent de l'affaire du skin anti-fasciste qui s'est fait tabasser à mort par une bande de facho, ils ont entendu dire qu'il y avait une fille dans le groupe de nazi, ce sur quoi ils se font la réflexion : « En tout cas pour la fille, c'est un peu bizarre parce qu'elle a pas dû frapper beaucoup!! »

Je leur réponds :

« Euh!! Excusez-moi d'intervenir mais je vois pas le rapport, pour ma part je connais des copines qui sont capable de défoncer un gars en une seconde. » (j'ai été appuyé par mon voisin des sièges arrières)
J'aurai aussi pu dire que c'est moi qui pourrais défoncer un gars en une seconde.

Je jouais dans une groupe dans lequel j'étais la seule fille. On arrive au lieu où on allait faire un concert. L'organisateur nous accueille et, plus tard, me demande : « Tu es la petite amie de quel membre du groupe ? »

« Je suis un membre du groupe. Si tu as d'autres questions, réfléchis bien avant de les poser. »

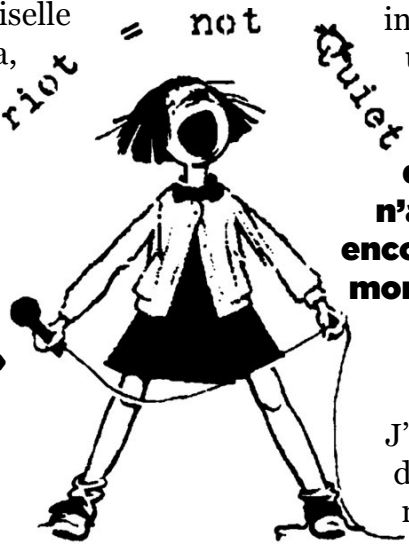
“ Enculé ! “ **« Enculée, é, e. »**

Quand on nous appelle tout le temps mademoiselle et qu'on déteste ça, mais qu'on veut pas obligatoirement dire « c'est madame ! »

Lui: « merci mademoiselle »

Elle: **« De rien jeune homme. »**

Ça marche assez bien surtout si le gars en face n'a rien d'un jeune homme.



Je suis enceinte et je fume une clope à un arrêt de bus. Quelqu'un-e dit que c'est inadmissible pour une femme enceinte de fumer.

« Il me semble que mon corps n'appartient pas encore à tout le monde. »

J'ai appelé un déménageur pour m'aider dans mon déménagement.

Je dis : « Je peux faire quelque chose? »

Lui : « Vous pouvez me gratter le dos »

Moi : **« Non, par contre je peux vous mettre un doigt dans le cul ! »**

Lui : « Euh oui pardon, je sais pas pourquoi j'ai dit ça »

situations diverses et variées de machisme ordinaire ou autres

mes oreilles sont pas une poubelle

je ne sais pas

Non !

connard

au revoir

ta gueule



utile partout



NO!

encierro
insultos
violencia
gritos
violencia
golpes
accos
violencia
gritos
insultos
golpes
encierro
maltrato

gritos
violencia
golpes
accos
silencio
humilla
gritos
violencia
gritos
insultos
golpes
encierro
maltrato