

# **COMPRENDRE LA MÉCANIQUE DISCRIMINATOIRE :**

Comment un préjugé devient  
une discrimination ?



# 26 critères de discrimination :

*Sexe • Origine • Handicap  
Âge • Orientation sexuelle  
Identité de genre • Religion  
Apparence physique...*

👉 Une mécanique commune  
à toutes ces discriminations

Comment fonctionne-t-elle ?



# ÉTAPE 1 : LA FOCALISATION

- Sélection d'un critère arbitraire  
*Ex : taille, sexe, couleur de la peau...*
- Ce critère devient LA caractéristique pour définir toute une population
- 👉 La personne est réduite à ce trait unique
- 💡 Mécanisme cognitif de simplification : le cerveau cherche à simplifier le monde et se repère en créant des catégories
- ⚠️ Cette simplification devient problématique quand elle efface la singularité des personnes



## ÉTAPE 2 : LA DIFFÉRENCIATION

- Renforcement des traits et caractéristiques communs du groupe

*Ex : les femmes veulent toutes des enfants, privilégient leur vie de famille...*

- Accentuation des différences avec les autres groupes

*Ex : les femmes sont très différentes des hommes*



## ÉTAPE 3 : LA PÉJORATION

- **Ce qui est d'abord perçu comme une simple différence devient une marque d'infériorité**
  - De manière hostile ou plus insidieuse : des violences volontaires aux micro-agressions...
  - Visible dans toutes les discriminations : sexisme, racisme, homophobie, validisme, âgisme...
- ➔ Toujours par rapport à un groupe jugé comme étant "la norme"



## ÉTAPE 4 : LA LÉGITIMATION

- **S'appuie sur les 3 étapes précédentes pour justifier les inégalités de traitement du système dans sa globalité**
- **Construction sociale** tellement ancrée qu'elle paraît naturelle alors qu'elle est acquise

💡 Les discriminations deviennent "normales". Elles semblent "aller de soi" et structurent le fonctionnement social

⚠️ C'est à cette étape que la discrimination devient systémique.



# COMMENT BRISER CETTE MÉCANIQUE ?

La discrimination fonctionne comme un processus susceptible d'être interrompu à chaque étape.

💡 La première étape : en prendre conscience

🔍 Ensuite, se questionner :

❌ Focalisation : *Est-ce que je réduis des personnes à un seul critère ?*

❌ Différenciation : *Est-ce que je généralise des traits à tout un groupe ?*

❌ Péjoration : *Est-ce que je transforme la différence en infériorité ?*

❌ Légitimation : *Est-ce que je justifie ou normalise des inégalités de traitement ?*

