

## ***Stéréotype, préjugé, discrimination*** **Il est temps que ça cesse!**

Pour comprendre ce qu'est un préjugé, il est important de pouvoir définir les mots comme stéréotype et discrimination. Loin d'être inoffensifs, les préjugés ont des effets négatifs sur la santé physique et mentale, peuvent affecter les individus dans plusieurs sphères de leur vie et avoir de graves conséquences.

### **Les stéréotypes sont des généralisations**

Il s'agit de stéréotype quand on suppose que les gens qui partagent les mêmes caractéristiques physiques, religieuses, culturelles ou autres ont certains traits de comportement.

*Exemple : Les homosexuels sont tous efféminés.*

### **Un préjugé est une croyance**

Souvent, les préjugés sont fondés sur les stéréotypes. Ils divisent les gens en deux groupes, inférieur ou supérieur, selon ce qu'une personne pense d'une autre ou d'un autre groupe.

*Exemple : Les riches sont supérieurs aux pauvres.*

### **La discrimination est un geste**

Lorsque les gens agissent en se basant sur leurs préjugés, ils introduisent une discrimination contre les autres.

*Exemple : Une femme qui est refusée pour une promotion en faveur d'un homme.*

La *Charte des droits et libertés de la personne* cible des motifs de discrimination interdits. Une conduite pourrait être vexatoire ou discriminante si on pose des gestes ou avons des paroles pour des motifs tels que : la race, la couleur, le sexe, la grossesse, l'état civil, l'âge, la religion, les convictions politiques, la langue, l'origine ethnique ou nationale, la condition sociale, le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap.

L'un des effets les plus néfastes des préjugés est qu'avec le temps, une personne peut croire ce qu'elle entend à son sujet et peut commencer à se faire à l'idée qu'elle est supérieure ou inférieure. Cela peut entraîner : une souffrance émotive, un manque d'estime de soi, un sentiment d'inutilité ou un manque de contrôle, une culpabilisation des victimes, une perte d'espoir pour l'avenir, une peur des autres ou une méfiance à leur égard, un non-respect des autorités.

Moins on utilise les stéréotypes et les préjugés, plus ils perdent de leur pouvoir.

Isabelle Larouche  
Personne-ressource en Entraide



## La socialisation

Les stéréotypes et les préjugés font partie de notre héritage culturel, ils sont transmis dans notre culture au même titre que les normes, les habitudes et façon de faire que l'on partage avec les autres.

Tout au long de sa vie, chaque individu fait l'apprentissage de normes et de valeurs qui caractérisent et sous-tendent le groupe auquel il appartient.

En retour, celles-ci influencent ses attitudes et comportements. Parmi les différentes sources de socialisation, nous pouvons retrouver principalement :

- Les parents qui selon leurs croyances, attitudes et comportements viennent influencer directement les enfants.
- Les médias dont les émissions, publicités et film, sont saturés de stéréotypes raciaux et sexuels entre autres donnent des idées préconçues et parfois radicales.
- Les pairs peuvent nous faire changer d'opinions selon le groupe auquel nous sommes rattachés et le degré de sentiment d'appartenance.



*Le partage équitable des ressources dans la société est ce qui constitue, sans aucun doute, la mesure la plus efficace pour atténuer les préjugés, la discrimination et les conflits entre les différents groupes sociaux.*

*Théorie de l'équité, Austin, 1986*

## Ressources

### Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

418-643-1872  
[www.cdpdj.qc.ca](http://www.cdpdj.qc.ca)

### Tel-Aide Québec

418-686-2433  
[www.telaide.qc.ca](http://www.telaide.qc.ca)



## Cerveau et traitement de l'information

Le cerveau est une formidable machine à traiter les informations qui nous entourent. Ces informations sont extrêmement nombreuses et de nature diverses (odeurs, images, sons, etc.)

De manière à ne pas se trouver submergé par cette somme importante d'informations, le cerveau utilise des stratégies, des procédures qui, si elles permettent une simplification des informations entrantes, ont également pour conséquences de créer des stéréotypes. Nos perceptions nous positionnent ainsi selon ce que nous aurons « jugé » positif ou négatif.

Nous pourrions conclure que les stéréotypes proviennent de notre capacité à catégoriser, à classer les éléments dans notre environnement.

Pour rejoindre la personne-ressource en Entraide, Isabelle Larouche, vous pouvez le faire les lundis et mardis.  
Téléphone : 418 647-5885 Courriel : [isabelle.larouche@csn.qc.ca](mailto:isabelle.larouche@csn.qc.ca)

Le comité de soutien est formé de :

Sylvain Coulombe, Robert Grace, Marcelle Nadeau, Lynne Perreault ainsi que Julie Morissette, conseillère.

Document produit par le Réseau Entraide en milieu de travail du Conseil central Québec-Chaudière-Appalaches (CSN).