

# Le violentomètre

L'Inserm propose une version du violentomètre de la recherche accessible aux personnes mal voyantes. Le violentomètre de la recherche a été conçu par l'équipe G-Rire (Genre rapports intersectionnels, relation éducative) de l'université de Genève et la Fondation L'Oréal. Il offre aux femmes scientifiques confrontées à des situations de violences sexistes et sexuelles des repères pour identifier et signaler les situations inconfortables ou dangereuses dans le cadre du travail.

Les indications de couleur du document original ont été converties en chiffres pour mesurer le degré de gravité.

---

## Profite : ton environnement de travail est sain quand...

---

### Gravité 0 (vert)

- On te traite avec bienveillance.
- **On respecte tes idées et tes décisions.** Tes propositions sont toujours les bienvenues et tu bénéficies également d'une certaine autonomie dans la prise de décisions.
- **On t'offre une ambiance d'écoute et de partage respectueuse.** Lors des réunions d'équipe ou des discussions avec ta hiérarchie et/ou tes collègues, tu peux exprimer librement ton point de vue et partager tes doutes/préoccupations sans que tes compétences soient remises en question.
- **On croit dans ta capacité à faire carrière dans la recherche.** Ta hiérarchie te confie des projets importants pour ta carrière.
- **On te fait des retours sur ton travail qui te permettent de t'améliorer.** Ta hiérarchie montre une attitude encourageante vis-a-vis de ton travail.
- **On te permet de développer tes compétences et ta confiance en toi.** L'environnement dans lequel tu travailles te permet de t'épanouir en te donnant la possibilité d'améliorer tes compétences et d'en acquérir des nouvelles.
- **On te soutient dans tes perspectives de carrière.** Tu te sens soutenu.e par tes collègues et/ou ta hiérarchie dans l'avancement de ta carrière, ils te

tiennent au courant lorsque de nouvelles opportunités s'ouvrent dans ton champ de recherche et t'encouragent à les poursuivre.

- **On te permet d'avoir un bon équilibre entre vie professionnelle et vie privée.** L'environnement dans lequel tu travailles facilite la conciliation entre ta carrière scientifique et ta vie privée.

---

## C'est anormal, parles-en : il y a de la violence quand...

---

### Gravité 1 (jaune)

- **On affirme que le milieu de la recherche est exempt du sexisme.** Le monde scientifique considère que, comme les gens qui en font partie sont des universitaires éduqués, il se trouve à l'abri de tout comportement sexiste. Ce mythe empêche de voir la réalité et de prendre des mesures pour faire à ces comportements et changer la culture du champ d'études.
- **On suggère que ta vie privée t'empêcherait de faire carrière.** Le fait d'être femme/mère ne serait pas compatible avec une carrière scientifique, car s'occuper du foyer et des enfants t'enlèverait du temps et de la concentration vis-à-vis des tes recherches, te rendant moins compétitive sur le marché du travail.
- **On te cantonne à des tâches supposées féminines.** Dans le cadre du travail, tu as moins de responsabilités et tu es souvent reléguée à ton rôle de femme. Exemple : tu es amené.e à adopter une posture de "care" en t'occupant de tâches en lien avec le bien-être de l'équipe, ou à prendre en charge le nettoyage du labo.

### Gravité 2 (jaune-orangé)

- **On sous-estime tes compétences.** Lors des réunions d'équipe ou des discussions avec ta hiérarchie et/ou tes collègues, les compétences de tes collègues masculins sont souvent mises en avant alors que les tiennes sont plutôt remises en question, ce qui t'empêche de pouvoir partager librement ton point de vue.
- **On te traite de manière condescendante.** Lors des réunions d'équipe ou des discussions avec ta hiérarchie et/ou tes collègues, quand tu prends la parole des dernières-ères ont des attitudes dénigrantes et paternalistes.

Exemple : en essayant de t'expliquer des choses que tu sais déjà ou de te donner des conseils désintéressés.

- **On invisibilise tes idées.** Lors des réunions d'équipe ou des discussions avec ta hiérarchie et/ou tes collègues, tu n'arrives pas à exprimer tes idées jusqu'au bout, car tu es constamment interrompue et, les rares fois où tu y arrives, tes idées sont souvent ignorées.
- **On ne t'implique pas dans des projets stratégiques.** L'environnement dans lequel tu travailles ne te permet pas de t'épanouir : tes collègues et/ou ta hiérarchie ne t'offrent pas la possibilité de collaborer dans des projets importants qui permettraient l'avancement de ta carrière.
- **On rabaisse tes compétences en public.** Tes compétences sont souvent remises en question devant à tout le monde par ta hiérarchie et/ou par tes collègues, qui n'hésitent pas à questionner les raisons derrière ton recrutement.
- **On banalise les comportements harcelants.** L'environnement dans lequel tu travailles normalise et invisibilise les comportements harcelants (exemple : c'est que de l'humour), protégeant les auteurs et ignorant toute action de dénonciation.

### **Gravité 3 (orange)**

- **On te ramène souvent à ton physique.** Sur ton lieu de travail, se faire dévisager ou déshabiller du regard par les collègues ou la hiérarchie est une pratique répandue. Tu te sens souvent rabaisée, voire sexualisée par les jugements constants sur ton apparence, tes habits, ta posture, ton attitude, entre autres.
- **On te fait occasionnellement des remarques ouvertement sexistes.** L'environnement dans lequel tu travailles favorise l'existence de remarques sexistes entre collègues, sous-estimant l'ampleur et la nature de ces comportements.
- **On t'interpelle avec des termes peu adaptés aux relations professionnelles.** Les collègues ou ta hiérarchie s'adressent à toi avec des termes ou des surnoms souvent utilisés dans un contexte privé plutôt que dans un contexte professionnel.
- **On t'isole de tes collègues.** Ton travail a été organisé par ta hiérarchie d'une façon que les contacts avec d'autres collègues sont très limités, voire inexistantes.

- **On te pose des questions sur ta vie intime.** Dans le cadre de ton travail, tes collègues ou ta hiérarchie cherchent à en savoir plus sur ta vie sexuelle en démarrant une discussion sur le sexe avec toi, même si cela te met mal à l'aise.
- **On diffuse des rumeurs sexuelles à ton sujet.** Les collègues ou ta hiérarchie diffusent, en ligne ou de vive voix, des informations, réelles ou non, concernant ta vie intime qui te mettent mal à l'aise.

---

## Protège-toi, demande de l'aide : tu es en danger quand...

---

### Gravité 4 (rouge)

- **On raconte des plaisanteries sexistes à longueur de journée.**  
L'environnement dans lequel tu travailles permet l'existence de comportements sexistes répétés, tels que des blagues entre collègues, et protège les auteurs en ignorant toute action de dénonciation.
- **On te raconte des histoires à caractère sexuel qui te mettent mal à l'aise.**  
L'environnement dans lequel tu travailles permet à des personnes de se sentir libres de t'exposer à des histoires à caractère sexuel, négligeant le malaise que cela peut provoquer pour certaines personnes au sein de l'équipe.
- **On te fait des commentaires insultants ou blessants à connotation sexuelle en public.** L'environnement dans lequel tu travailles tolère des propos publics à caractère sexuel qui te visent personnellement.
- **On t'expose à du matériel à connotation sexuelle.** Tes collègues et/ou ta hiérarchie t'envoient par internet ou te montrent des images, des écrits, des vidéos à connotation sexuelle sans ton consentement.
- **On te menace de représailles si tu dénonces des comportements violents envers ta personne ou envers une collègue.** L'environnement dans lequel tu travailles ne tolère aucune forme de dévoilement ou dénonciation des comportements sexistes. Tes collègues et/ou ta hiérarchie te font comprendre que cela aura des conséquences sur ta carrière.
- **On te fait des avances intimes malgré ton refus.** Tes collègues et/ou ta hiérarchie tentent de t'inviter à sortir ou d'établir une relation intime avec toi malgré ton refus.

- **On te propose des avantages professionnels en échange de relations intimes.** Dans le cadre de ton travail, quelqu'un te fait miroiter des avancées professionnelles ou te met la pression pour obtenir un rapport intime.
- **On te fait subir des répercussions négatives pour avoir refusé des avances sexuelles.** Le fait d'avoir refusé de t'engager dans des activités sexuelles avec ta hiérarchie ou tes collègues a des conséquences négatives sur ta carrière.
- **On s'arrange pour avoir des contacts physiques répétés avec toi qui te mettent mal à l'aise.** Tes collègues et/ou ta hiérarchie ont tenté de te toucher (exemples : te caresser, t'embrasser, se frotter contre toi) sans ton consentement.