



# SOMMAIRE

## LES ORIGINES DU RACISME ET DE L'ANTISÉMITISME

- 10** Définitions
- 12** Une ou plusieurs races, que dit la recherche ?
- 13** D'où vient l'antisémitisme ?
- 18** L'histoire du racisme
- 22** Racisme et antisémitisme : comment fonctionne notre cerveau ?
- 26** D'autres formes d'exclusion

## QUELLES CONSÉQUENCES DANS LA SOCIÉTÉ AUJOURD'HUI ?

- 30** Les discriminations
- 33** Quand le racisme est structurel
- 34** Le racisme ordinaire
- 37** L'exclusion et les violences sociales
- 39** L'extrémisme : une atteinte aux valeurs républicaines

## COMMENT LUTTER CONTRE LE RACISME ET L'ANTISÉMITISME ?

- 42** Comment notre cerveau réagit face au danger : les 3F / 4F
- 44** Que faire en tant que victime ?
- 48** Que faire en tant que témoin ?
- 52** Où et comment trouver de l'aide ?
- 54** Que faire en tant qu'auteur d'agressions racistes ou antisémites ?
- 58** Grave ou pas grave ?
- 62** Adresses utiles
- 63** Lexique

## LES PRÉJUGÉS

**Les préjugés, ou « idées préconçues »**, concernent une personne en particulier, pour la seule raison qu'elle appartient à un groupe spécifique. Les préjugés sont en quelque sorte l'application concrète du stéréotype.

Par exemple, si j'ai souvent entendu dire que « les Juifs ne se fréquentent qu'entre eux », je ne vais pas chercher à connaître Nathan, un camarade juif qui rejoint mon équipe de basketball ni à l'intégrer, parce que je suppose qu'il ne voudra pas être ami avec nous.

**Les préjugés peuvent être positifs**, négatifs ou neutres, mais ils sont problématiques car ils nous poussent à juger les gens en fonction d'idées préconçues, plutôt que de les apprécier pour ce qu'ils sont réellement.



## LES BIAIS

**Les biais, ce sont comme des lunettes** qui déforment la réalité. Il en existe plusieurs types :

- les biais sensoriels, liés à la manière dont notre corps perçoit l'environnement. Par exemple, un texte paraît plus long quand on est fatigué ;
- les biais culturels, influencés par les idées et les pratiques transmises par notre entourage. Par exemple, un retard de 15 minutes peut être perçu différemment selon la culture ;
- les biais cognitifs sont les raccourcis que prend notre cerveau pour aller plus vite. Par exemple, une information peut être prise davantage au sérieux si elle provient d'un scientifique plutôt que de la présidente d'une association, cela s'appelle le biais d'autorité ou biais de légitimité.



**Si on applique les biais** à des situations d'exclusion ou de discrimination raciste, cela peut conduire à des comportements tels que :

- un camarade qui minimise une blague raciste, car il ne veut pas être exclu de sa bande d'amis (biais de conformité) ;
- un élève qui passe du temps uniquement avec des camarades de même origine ethnique et crée des problèmes avec les autres élèves (biais d'endogroupe) ;
- un ami qui est persuadé que les personnes juives sont riches, parce qu'il a connu un ou deux amis juifs qui venaient d'un milieu aisé (biais de généralisation).

**Les biais agissent à notre insu.** Nous sommes parfaitement inconscients de leur impact sur notre cerveau et sur nos décisions. C'est pourquoi il est extrêmement important de les connaître, de savoir que tout le monde en a et de prendre conscience des nôtres, surtout lorsque nous parlons avec quelqu'un ou quand nous prenons une décision qui le concerne.

## SAVIEZ-VOUS QUE...

Les États-Unis ont mis en place dans les années 1960 des lois permettant notamment aux personnes noires et hispaniques d'accéder plus facilement à l'université et à l'emploi. Cette « discrimination positive », *Affirmative Action* en anglais, a été stoppée par la Cour suprême en 2023, en réponse à une plainte notamment d'étudiants asiatiques qui estimaient que ce dispositif était... discriminatoire à leur égard !

# 2.

QUELLES  
CONSEQUENCES  
DANS LA SOCIÉTÉ  
AUJOURD'HUI ?



# Le racisme ordinaire

**Le racisme ordinaire** se manifeste souvent à travers des micro-agressions. Ce ne sont pas les agressions qui sont « micro » et donc moins graves que les autres. Mais ce sont des choses subtiles, anodines, souvent quotidiennes, que l'on peut parfois minimiser alors qu'elles reflètent des préjugés racistes ou antisémites tenaces et peuvent affecter la personne qui les reçoit.

Par exemple :

- toucher les cheveux d'une personne sans lui demander la permission ;
- dire « Ah bah tiens, encore un Juif ! » ;
- imiter l'accent chinois/indien/ italien/« africain » quand une personne avec ces origines s'exprime ;
- demander plusieurs fois à un ami « Tu viens d'où ? » ;
- dire « Vous les Juifs, vous êtes pleins aux as ! » ;
- dire « Aller chez le psy, c'est un truc de blanc » ;
- dire « Les Chinois/Mexicains/Asiatiques/etc. d'habitude sont sales, mais toi c'est pas pareil » ;
- dire « Il y a du couscous à la cantine aujourd'hui, tu vas être contente ! » ;
- dire « Tu es intelligent, toi... comme tous les Indiens ! » ;
- faire un compliment sur le niveau de français ou l'absence d'accent...

**Le sujet du racisme ordinaire** crée souvent beaucoup d'incompréhension, il est inconfortable parce que les choses sont justement floues, sous-entendues, plus difficiles à prouver et plus faciles à nier. Par ailleurs, elles ne correspondent pas à des situations pouvant faire l'objet d'une plainte.



Ainsi, bien souvent :

- l'auteur ne voit sincèrement pas le problème ! (et les personnes autour non plus) ;
- l'auteur n'a pas des convictions racistes ou antisémites, et il se sent attaqué quand on lui fait remarquer qu'il a eu un comportement raciste ou antisémite ;
- la phrase ou le geste ne sont pas très graves, mais c'est la répétition qui est insupportable : c'est fatigant et cela montre que le stéréotype est partagé par de nombreuses personnes ;
- l'auteur trouve que la personne qui se plaint exagère, qu'elle est trop sensible ou s'énerve facilement ;
- la victime, parce que ce sont de « petites choses » et à force de n'être pas prise au sérieux, se dit qu'elle exagère, qu'elle est trop sensible. Elle souffre en silence.

**Les micro-agressions** sont souvent mal comprises et créent un fossé entre d'un côté ceux qui les subissent fréquemment, qui souffrent et sont en colère, qui finissent par ne plus pouvoir les tolérer et de l'autre, ceux qui les commettent involontairement ou inconsciemment, se sentent mal à l'aise et évitent certains sujets ou certaines questions de peur d'être accusés de racisme ou d'antisémitisme.

## SAVIEZ-VOUS QUE...

Dans le cas d'un agissement qui porte atteinte à la dignité ou crée un environnement « intimidant, hostile, dégradant, humiliant ou offensant », on parle de harcèlement discriminatoire et la sanction va jusqu'à 45 000€ d'amende et 3 ans de prison, qu'il y ait intention ou non, qu'il y ait répétition ou non.

# Que faire en tant que témoin ?

## RÉAGIR À CHAUD EN CAS D'AGRESSION : LES 5D

**La méthode des 5D**, développée par les associations *Green Dot* et *Right to Be*, a pour but d'aider une victime de harcèlement de rue et d'intervenir en toute sécurité. Ces 5D aident à intervenir efficacement lorsque nous sommes témoins d'une agression raciste ou antisémite :

**Distraire** : détourner l'attention de la victime pour la sortir de son état de sidération en s'adressant directement à elle – idéalement en se plaçant entre elle et l'agresseur – pour lui parler de tout autre chose. Demander l'heure, faire du bruit, faire semblant de la connaître, demander où est le prochain arrêt de bus, faire tomber son sac, etc.

**Déléguer** : dans certaines situations, il peut être plus sage de demander une aide extérieure, afin de ne pas gérer seul une situation qui peut être délicate. Cette aide peut venir d'un camarade qui est témoin aussi, mais également de la conductrice de bus, un professeur, la directrice du magasin, une personne référente sur ce sujet dans un établissement scolaire.

**Documenter** : enregistrer ou écrire ce qui s'est passé, cela peut être très utile si la victime souhaite déposer une plainte. Attention, l'objectif n'est pas de partager une vidéo sur les réseaux sociaux, mais bien de garder une preuve au cas où. Ensuite, demander à la personne ce qu'elle veut faire de ce témoignage, ne jamais l'utiliser sans sa permission.



**Dialoguer** (avec la victime)/**Agir plus tard** : on n'intervient pas toujours sur le moment. Après les faits, on peut aller voir la victime pour lui demander comment elle va, si on peut l'aider, ou tout simplement pour l'écouter et l'assister. L'objectif est de ne pas faire comme si rien ne s'était passé.

**Diriger** (confronter) : seulement si cela ne représente pas de danger pour nous ni pour la victime, on peut choisir de confronter l'agresseur, notamment en mettant des mots sur ce qui se passe : « Arrêtez ! », « C'est une blague raciste, stop ! », « Elle t'a dit d'arrêter ! », etc. Il faut agir de manière très rapide, car l'objectif est de faire cesser l'agression, de secourir la victime, et non de débattre avec l'agresseur.

## 2 règles importantes pour réagir en tant que témoin

- ne rien faire qui nous mette en danger. L'idée n'est pas d'avoir une victime de plus !
- appeler la police seulement si la personne victime d'agression vous le demande clairement. Certaines personnes ne se sentent pas du tout à l'aise en présence de policiers !

## SAVIEZ-VOUS QUE...

Photographier ou filmer une personne dans un lieu privé ou transmettre son image, sans son accord, est sanctionné d'un an d'emprisonnement et de 45 000 € d'amende. (Article 226-8 du code pénal), publier la photo ou la vidéo sans l'accord de la personne est sanctionné d'un an d'emprisonnement et de 15 000 € d'amende.» (Article 226-1 du code pénal)