

# Mais alors, qu'est-ce qu'une microagression envers les Noirs?

## 50 exemples vécus par de jeunes Noirs



Les microagressions envers des Noirs sont des remarques, des outrages, des humiliations et des insultes quotidiennes, parfois involontaires, à l'encontre de Noirs. Elles sont difficiles à combattre, car elles sont subtiles et peuvent, à première vue, paraître inoffensives, voire flatteuses. Vivre ces microagressions a été décrit comme une « longue agonie par démembrement progressif » en raison de leurs effets graduels et néfastes sur la santé physique et mentale des jeunes Noirs.

Les microagressions envers des Noirs sont omniprésentes dans diverses facettes de la vie quotidienne des jeunes Noirs — au hasard des interactions sur le lieu de travail, dans les espaces publics, dans le milieu éducatif, dans les établissements de soins de santé, avec la police, et même dans les réunions entre amis et en famille.

### 50 exemples de microagressions envers les Noirs, vécues par de jeunes Noirs :

#### SUR LE LIEU DE TRAVAIL :

1. « Une fois, j'ai pleuré au travail parce que mes propres patrons m'ont dit que je n'étais là que parce que j'avais été recrutée au titre de la diversité. »
2. « Mon supérieur hiérarchique, un homme blanc cisgenre hétérosexuel, a tenté d'assimiler son expérience à la mienne, en me disant qu'il est un immigrant parce qu'il est né en Europe. Notre conversation portait sur le fait que je n'obtenais pas le même nombre d'heures de travail que mes collègues blancs. »
3. « Lorsque je travaillais au camp d'été, j'étais la seule, j'étais la seule femme gérante et noire. Bien que je n'aie pas fait l'objet d'une discrimination manifeste, on m'imposait des normes plus strictes et on me critiquait plus sévèrement si je commettais une erreur. Lorsque j'essayais de souligner des cas de sexisme ou de remarques passives-agressives liées à ma race, on me disait de ne pas tout ramener au genre et à la race. »
4. Les commentaires qui impliquent que les Noirs sont intellectuellement inférieurs. Par exemple, dire « Wow, tu t'exprimes avec tellement d'aisance et si bien ! » lorsqu'une personne noire communique clairement.





5. « Les collègues de travail parlent sans arrêt de mes cheveux, de ma couleur de peau et de savoir si je bronze ou non. »
6. L'idée que les coiffures noires (tresses rastas, torsades, tresses, mèches naturelles, etc.) n'ont pas une apparence « professionnelle ».
7. Supposer qu'une personne de couleur au travail est un membre du personnel de nettoyage, un livreur, etc.
8. Les femmes noires sont perçues comme « agressives » lorsqu'elles sont font preuve d'assurance ou s'affirment.
9. Ne pas essayer de prononcer le nom d'une personne noire lorsqu'il est inconnu ou raccourcir un nom qui est long sans demander l'autorisation de le faire.
10. Laisser entendre que le succès d'une personne noire est dû à l'action positive ou à d'autres initiatives en faveur de la diversité et non à son propre mérite. L'idée que les Noirs bénéficient d'avantages injustes en raison de leur race.
11. Un client ou une cliente qui ne croit pas qu'une Noire occupe un poste de direction ou de gestion peut demander : « Qui est réellement responsable ici ? Puis-je parler à la véritable directrice ? »
12. Des commentaires de collègues et de patrons qui entretiennent l'idée que les Noirs ne sont pas de « vrais Canadiens » et qu'ils sont perpétuellement des étrangers : « D'où venez-vous ? Non, d'où venez-vous vraiment ? »
13. « J'ai eu de nombreuses expériences dans mon précédent emploi où mes préoccupations concernant le racisme envers les Noirs n'étaient pas prises au sérieux. Mon superviseur direct me manipulait souvent n tentant de me faire croire toutes sortes de choses et a même déposé une plainte contre moi lorsque j'ai parlé de discrimination et d'intimidation. Cette situation, associée à de mauvaises expériences avec la police, à l'anti-noirisme ambiant et à des événements racistes récurrents dans l'actualité, est souvent accablante. »
14. « Une fois, alors que je travaillais comme serveuse dans un restaurant, nous avions une nouvelle responsable qui insistait pour que je ne m'occupe pas de l'argent ni de la caisse. On m'a demandé d'accueillir les clients, de prendre leurs commandes et de les servir, et lorsque venait le moment de donner l'addition, de laisser le petit change sur la table, il fallait laisser ma directrice s'en occuper. J'étais également la seule employée noire du restaurant, ce qui me marginalisait davantage. »
15. « J'ai eu de nombreuses expériences dans mon précédent emploi où mes préoccupations concernant le racisme envers les Noirs n'étaient pas prises au sérieux. Ma superviseuse directe tentait souvent de me faire croire toutes sortes de choses pour me manipuler et a même déposé une plainte contre moi lorsque j'ai parlé de discrimination et d'intimidation. »



## DANS LES LIEUX PUBLICS:

16. «Je suis noir. Un propriétaire de magasin m'a demandé si je voulais être un joueur de basket-ball, de football ou une vedette du rap. Il était choqué lorsque j'ai répondu : « Programmation. »
17. «J'ai constamment fait l'objet de profilage racial et j'ai été traitée différemment en raison de ma couleur de peau noire. Il m'est arrivé que des employés me suivent dans les magasins que je fréquentais, on m'a refusé l'entrée dans les toilettes d'un magasin — alors qu'une amie à la peau plus claire et qui semblait être blanche, avait pu y aller quelques minutes plus tôt — et des hommes m'ont fait comprendre qu'ils ne sortaient pas avec des femmes noires ou des femmes de mon teint ou plus foncées.»
18. « Une fois, j'avais besoin d'utiliser les toilettes et je suis entré dans un magasin de bricolage Michael's. J'ai demandé à une employée si je pouvais utiliser les toilettes, et elle a répondu que non. Quelques instants plus tard, la même employée a laissé un client de teint blanc entrer dans les toilettes. Je ne suis pas du genre à tirer des conclusions hâtives, mais cette situation m'a fait réaliser que le racisme est encore un problème important. »
19. Les expériences des Noirs en matière de racisme anti-Noirs sont invalidées : « Arrêtez de tout ramener à la race ! »
20. La communication non verbale qui exprime la peur d'être à proximité d'une personne noire. Par exemple, éviter de s'asseoir à côté d'un passager noir dans le métro.
21. Une personne blanche qui serre son sac à main ou qui passe de l'autre côté de la rue lorsqu'elle voit une jeune personne noire, en particulier si c'est un jeune homme noir.
22. Commenter que les Noirs qui présentent des caractéristiques positives, comme l'intelligence ou la gentillesse, font figure d'exceptions au sein de leur race : « Tu fais partie des bons ! » ou « Tu n'es pas comme la plupart des Noirs. »
23. Pathologiser les styles de communication qui sont différents de la culture blanche dominante. Par exemple, demander à une personne noire, « Pourquoi es-tu si bruyante ? » si elle s'exprime avec animation en public.
24. « En tant que personne noire, nous sommes susceptibles d'être considérés comme une menace, surtout par des personnes qui ne nous connaissent pas. Nous avons tendance à être négligés. »

## DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT:

25. « Mon professeur blanc a supposé que je rentrerais dans mon pays d'origine pour me marier à l'âge de 16 ans. »
26. Un enseignant qui sanctionne plus sévèrement les jeunes Noirs que leurs pairs qui ne sont pas Noirs pour des comportements similaires, ce qui se traduit par des taux plus élevés de retenues ou de suspensions.
27. Des jeunes Noirs qui sont la cible de blagues ou de commentaires racistes de la part de camarades de classe et qui ne sont pas pris en compte par les enseignants ou le personnel de l'école.
28. « J'ai eu des enseignants qui parlaient de l'histoire du racisme, en disant que c'était un mythe, la maltraitance des Noirs pendant l'esclavage, et comment, bien sûr, l'esclavage était une erreur, mais qu'ils n'étaient pas si mal traités que cela. »
29. « J'ai subi d'innombrables microagressions à l'école. J'ai souvent été la cible et la victime de stéréotypes comme quelqu'un qui n'était pas censé réussir. »
30. Des programmes scolaires eurocentriques; des cours de sciences et de mathématiques qui ne mentionnent pas les penseurs noirs; seuls des auteurs blancs et des écrits par des blancs sont enseignés dans les cours de littérature; les contributions des Noirs à l'histoire canadienne sont passées sous silence.
31. « Le programme scolaire est donc eurocentrique, ce qui m'a donné l'impression de ne pas exister. Je me souviens qu'à l'école, je n'existais pas du tout en termes, comme qui dirais, du fait qu'être noir n'existait pas. Et c'est seulement en biologie que j'ai commencé à me voir, parce qu'ils ne peuvent pas nier que j'ai un corps, que j'ai un système reproducteur. »
32. Les enseignants rejettent ou remettent en question les élèves Noirs qui disent vouloir poursuivre des études difficiles : « Es-tu sûr de vouloir postuler au programme du Baccalauréat International ? Tu sais que c'est vraiment difficile, non ? »
33. « L'une des jeunes avec lesquels je travaille s'est découvert un vif intérêt pour la cosmologie après avoir été initiée à Star Talk, l'émission animée par le scientifique et éducateur Neil deGrasse Tyson. Le simple fait de voir une représentation positive de son peuple est valorisant, surtout dans un système qui est conçu pour promouvoir en permanence des aspects négatifs. »

## DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT:

34. Il existe un stéréotype selon lequel les Noirs seraient « plus forts » que les autres et qu'ils seraient moins sensibles à la douleur. En raison de ces préjugés raciaux, les professionnels de la santé prescriront aux patients Noirs moins d'antidouleurs ou de traitement pour une condition médicale.
35. « Je souffrais d'une infection grave et à l'hôpital, l'infirmière n'arrêtait pas de me dire que je dramatisais et que j'exagérais mes symptômes. Il s'est avéré que j'étais gravement malade et qu'il a fallu m'admettre immédiatement. J'ai eu l'impression qu'elle me disait ces choses parce que je suis Noir, et qu'elle pensait que je cherchais à me procurer des médicaments ou une ordonnance pour des médicaments. »
36. Les jeunes Noirs sont souvent la cible de suppositions qu'ils consomment des substances, qu'ils commettent des crimes ou d'autres stéréotypes en fonction de la race, de la part des professionnels de la santé.
37. « Je suis une femme de couleur, ce qui me rend victime de discriminations en permanence de la part des professionnels de la santé. J'ai de l'endométriose, et je suis allée à l'hôpital, car j'avais très mal. Le médecin n'a pas pris mes inquiétudes au sérieux, et l'un de mes kystes a fini par éclater. »
38. Les membres des communautés noires sont confrontés à la stigmatisation des problèmes de santé mentale au sein de leurs communautés respectives, ce qui les rend réticents à demander de l'aide.
39. « Je suis allée une fois à un rendez-vous chez l'opticien, et mon médecin, qui me suivait depuis six ans, m'a réprimandée d'être assise à la réception. Il m'a prise pour une autre patiente noire qu'il venait de voir quelques minutes auparavant et il se demandait pourquoi j'étais toujours là. Je ne suis pas revenue à son cabinet. »
40. Les gens qui appellent la police lorsqu'une personne noire traverse une crise de santé mentale.
41. « Lorsqu'il s'agit de discrimination, ce n'est pas une surprise, je suis noir et il est (malheureusement) naturel que nous soyons la cible de commentaires racistes ou de discrimination, un policier m'a interrogé dans l'entrée de mon propre immeuble pour savoir où je vivais, et j'ai été victime d'insultes racistes par des inconnus. C'est injuste et ça craint. »
42. « Je me suis fait interpellé par la police en me promenant dans mon propre quartier à la suite d'un profilage racial. »
43. « Un policier qui n'a pas pris ma plainte au sérieux m'a accusée de lui faire perdre son temps jusqu'à ce que mon colocataire blanc descende pour appuyer ce que je disais. »

44. « Je suis Noir et j'étais à la plage de Woodbine avec mes amis (également Noirs), on se tenait près des rochers. Deux policiers à vélo se sont approchés de nous pour nous interroger sur une agression à l'arme blanche qui s'était produite la nuit précédente et ont exigé de relever notre identité. »
45. « Les policiers nous arrêtent souvent, mes amis et moi, parce que nous sommes Noirs et que nous avons l'air "suspects" à leurs yeux ou qu'ils sont juste à la recherche de gens qui nous ressemblent. »

## DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT:

46. Les jeunes Noirs se voient attribuer des rôles symboliques par des amis qui ne sont pas Noirs pour perpétuer le mythe que l'on ne voit pas la couleur de la peau. On peut par exemple entendre : « Mon meilleur ami est Noir, comment pourrais-je être raciste ? »
47. Les jeunes Noirs s'entendent dire qu'ils ne sont pas « assez noirs » pour avoir des centres d'intérêt ou des traits de personnalité qui sont uniques ou atypiques.
48. Les pairs s'attendent à ce qu'ils excellent dans des domaines où les Noirs sont souvent catalogués comme ayant plus de talents, notamment le chant, la danse, les sports, etc.
49. Les jeunes Noirs sont fétichisés ou se voient attribuer des clichés exotiques à cause de leur race par leurs pairs qui ne sont pas Noirs.
50. Le colorisme en fonction de la couleur de la peau et les canons de beauté eurocentriques : « Tu es jolie pour une fille Noire ! » ou « Tu es vraiment jolie pour une fille à la peau foncée. »

## NOTES DE BAS DE PAGE

1. Yoon, H. (2020, March 3). [How to respond to microaggressions](#). *New York Times*.
2. Sauf mention contraire, les exemples sont des résumés d'après des commentaires de jeunes Noirs participants à deux projets de recherche communautaire de YouthREX : *Ontario Youth Sector Compass* (Boussole du secteur de la jeunesse en Ontario) et *Centering Black Youth Wellbeing: Beyond Anti-Black Racism Training to Transformational Action*. (Centrer le bien-être des jeunes Noirs : au-delà du racisme envers les Noirs, une formation à l'action transformatrice)
3. Raza, A. (2022, April 13). [Being Black in School: Peel students open up about the racism they face in the classroom](#). (Être Noir à l'école : des élèves de Peel parlent du racisme qu'ils rencontrent en classe.) *CBC News*.