

Vul(e)s

Combattre le cybersexisme
dans le journalisme

Sommaire

Mise en contexte	1
Rôle de l'éducation	2
Modalités	3
Liste de matériel	4
Trigger warnings	4
Introduction générale	5
Objectifs Partie 1 : Comprendre	6
Comprendre : l'animation	7
Objectifs Partie 2 : Se protéger	12
Se protéger : l'animation	13
Objectifs Partie 3 : Se défendre	18
Se défendre : l'animation	19
Typologie des violences	24
Chiffres clés	26
Définition	27
Bibliographie	28

Mise en contexte

Le cybersexisme est devenu l'un des reflets les plus inquiétants des dérives de notre espace numérique. Pour celles et ceux qui informent, racontent et analysent le monde, comprendre ces mécanismes n'est plus une option : c'est une condition essentielle pour exercer une pratique journalistique éclairée et responsable.

Ce dossier propose une animation en trois temps : Comprendre le cybersexisme, apprendre à s'en protéger et apprendre à s'en défendre. Il est pensé comme un parcours à la fois critique et pratique. D'une durée totale de 120 minutes, séquençable, l'animation offre aux participant·es des outils pour saisir les logiques du cybersexisme, identifier les formes qu'il prend dans les espaces numériques, et réfléchir au rôle du journalisme dans la prévention et la réponse à ces violences.

Ce document réunit l'ensemble des ressources nécessaires à la préparation et à la conduite de cette animation : repères théoriques, outils pédagogiques et pistes d'échange. Il invite à penser le numérique comme un espace de citoyenneté, où l'information, l'éthique et la vigilance restent nos meilleurs leviers de résistance.

Rôle de l'éducation

L'éducation joue un rôle fondamental pour rendre visibles et intelligibles les violences systémiques, telles que le cybersexisme, qui traversent aujourd'hui nos espaces numériques et médiatiques. En offrant des espaces de réflexion critique, elle permet aux étudiant·es de déconstruire les rapports de pouvoir à l'œuvre dans les pratiques numériques, médiatiques et professionnelles.

Dans les formations au journalisme et à la communication, aborder ces questions revient à reconnaître que le numérique n'est pas neutre, et que les violences en ligne s'inscrivent dans des dynamiques sociales, culturelles et genrées. L'éducation ne se limite donc pas à la transmission de savoirs techniques : elle vise à former des citoyen·nes capables d'analyser leur environnement, de questionner les normes, et de prendre position face aux injustices.

Parler de cybersexisme en école de journalisme est essentiel pour préparer les futur·e·s journalistes aux violences en ligne qu'ils et elles peuvent subir, observer ou relayer. Ces attaques sexistes visent à décrédibiliser, intimider ou faire taire les femmes journalistes. Aborder ce sujet permet non seulement de développer une conscience critique des mécanismes de domination à l'œuvre, mais aussi de réfléchir à la responsabilité professionnelle face aux discriminations et à la représentation des genres dans les médias.

En intégrant ces thématiques dans la formation, c'est une manière de former des journalistes capables de se protéger, de réagir, et de défendre un journalisme plus inclusif, éthique et conscient de ses impacts. L'éducation devient ainsi un levier de transformation des pratiques et des représentations au sein des rédactions et, plus largement, de la société.

Modalités

L'animation est conçue pour un groupe d'environ 25 étudiant·es. Elle s'étend sur une durée totale de 120 minutes, séquençable en 3 parties de respectivement 40 minutes, 50 minutes et 30 minutes. Cette structure progressive alterne temps d'écoute, travaux en sous-groupes et mises en commun, favorisant ainsi une appropriation active des contenus et des échanges entre pairs.

L'atelier se déroule en présentiel, condition essentielle pour instaurer une véritable dynamique d'écoute et de confiance au sein du groupe.

L'atelier se déroule en mixité. Cette approche favorise une prise de conscience partagée et évite de restreindre le débat à un public exclusivement féminin, ce qui risquerait de renforcer les mécanismes d'invisibilisation au lieu de les déconstruire.

Liste de matériel

- Un projecteur
- Des hauts-parleurs
- De quoi noter pour chaque personne



Trigger warnings

L'atelier aborde des thématiques sensibles liées au cybersexisme et à la violence en ligne. Il contient des références explicites à des attaques numériques, à des menaces et à des insultes dirigées contre des femmes, ainsi que des propos haineux portant sur leur corps ou leur apparence.

Certains témoignages évoquent des expériences d'intimidation, de repli sur soi, ou encore des atteintes à la santé mentale. Les participant·es peuvent ainsi être exposé·es à des récits de cyberharcèlement, de violence sexiste et misogyne, et à des situations décrivant des états de détresse psychologique.

Nous conseillons donc de faire un avertissement de contenu à l'avance, afin de garantir un cadre d'apprentissage respectueux, inclusif et attentif au bien-être psychologique des participant·es.

Introduction générale

- Le cybersexisme est un **enjeu actuel**, à la croisée des questions de genre, de liberté d'expression et de sécurité en ligne.
- Objectifs principaux de l'animation :
 - **Sensibiliser au cyberharcèlement sexiste ciblant les femmes journalistes.** (phénomène préoccupant et toujours plus présent dans le monde numérique).
 - **Fournir des outils et des stratégies** concrètes pour mieux **se protéger et se défendre**.
 - Encourager une **réflexion collective** sur la création d'**espaces numériques plus sûrs, inclusifs et respectueux pour toutes et tous**.
- L'animation est structurée en **trois parties** complémentaires :
 - **Comprendre le cybersexisme** : identification des mécanismes, présentation des conséquences, rappel des droits des victimes.
 - **Se protéger du cybersexisme** : découverte de stratégies concrètes pour renforcer sa sécurité numérique.
 - **Se défendre contre le cybersexisme** : exploration des moyens d'action et de soutien face aux situations de harcèlement.
- Chaque partie inclut :
 - une **animation interactive**,
 - l'écoute d'un **témoignage** sous forme de **podcast** (disponibles [ici](#))
 - des **temps d'échange** et de **réflexion collective**.

Objectifs Partie 1 : Comprendre

Cette partie permettra aux étudiant·es de :

- Comprendre les mécanismes du cybersexisme**
- Donner une réalité concrète aux expériences de cyberviolence**
- Favoriser l'empathie et le dialogue**
- Analyser les dynamiques sociales et numériques**
- Renforcer l'esprit critique vis-à-vis des normes genrées en ligne**

Comprendre : l'animation - 40 min

1 Brise-glace - 5 min

Inviter les étudiant·es à répondre à 2 questions posées via [wooclap](#).

Poser la question suivante sous forme de nuage de mots :

« Qu'est ce que vous évoque le cyberharcèlement sexiste ? »

- Laisser le nuage de mots s'agrandir.
- Parcourir à voix haute les termes les plus récurrents ou significatifs afin de faire émerger les représentations spontanées du groupe.
- Conclure cette phase d'amorce en proposant une définition du cybersexisme : **Le cybersexisme désigne des violences sexistes qui s'exercent dans l'espace numérique, visant à renforcer les normes de genre et à rappeler chacun·e à la place qui lui est socialement assignée.** (Couchot-Schiex et al., 2016 pg. 57)

Poser ensuite cette question sous forme de QCM :

Quel % de femmes journalistes subit des violences en ligne dans le cadre de leur travail ?

- Amener la réponse suivante : 73% des femmes journalistes ont subi des **violences en ligne** dans le cadre de leur travail. ([UNESCO](#))

2 Introduction : Comprendre - 2 min

- Le podcast qui suit aborde le cyberharcèlement sexiste vécu par des étudiantes en journalisme.
- Ce phénomène, particulièrement présent dans le milieu médiatique, touche de manière disproportionnée les femmes.
- Le témoignage s'appuie sur une **situation réelle** :
 - des étudiantes ont été prises pour cible en ligne après la publication d'un contenu sur Instagram.
 - cet épisode s'inscrivait dans le cadre de leur mémoire "Face à Face", consacré à la justice restaurative.

3 Écoute du podcast : Comprendre – 7 min

- Constituer des **sous-groupes de 3 à 4 étudiant·es**, sans préciser la finalité à ce stade.
- Indiquer ensuite qu'ils resteront dans la **même composition pour les exercices suivants**.
- Informer les étudiant·es qu'un temps d'échange en groupe suivra l'écoute du podcast.
- Procéder à une écoute collective du podcast, dans un cadre calme et attentif.
- À l'issue de l'écoute, lancer la discussion avec la question :
 - « Est-ce un phénomène dont vous aviez déjà entendu parler ? »
- Encourager les réactions et le partage d'expériences ou de représentations.
- Si jugé nécessaire, introduire la notion de groupes masculinistes, définis comme :
« Des courants défendant les droits et les intérêts des hommes au détriment de ceux des femmes ; ils s'inscrivent dans une logique antiféministe. » (Le Robert)
- Expliquer le lien entre les mouvements masculinistes et l'extrême droite, mis en évidence dans le podcast :
 - Ces groupes partagent des idéologies fondées sur le rejet du féminisme, la hiérarchisation des genres et la défense de structures sociales traditionnelles.
 - « Le masculinisme possède des points communs identifiables avec l'extrême droite (...), les discours masculinistes les plus radicaux étant souvent tenus par des militants xénophobes et autoritaires. » (Allié, F. 2024).

Pour écouter le podcast, cliquez [ici](#).

4 Animation en groupe de 3 – 4 – 5 min

Projeter la slide 1 de [ce support](#) pour que chaque groupe puisse s'y référer au besoin.

- **Attribuer une de ces 4 questions à chaque groupe** (Il est possible d'assigner une même question à plusieurs groupes afin de confronter différents points de vue) :
 - En quoi le cybersexisme diffère-t-il d'autres formes de cyberharcèlement ?
 - D'après vous, de quelle manière peut se manifester le cybersexisme ? Donnez des exemples.
 - Quels types de discours contribuent à la banalisation du cybersexisme dans les médias ?
 - Quels sont les effets de ces violences sur la liberté d'expression et la pratique du journalisme ?
- Le groupe échange et élabore une réponse collective, intégrant les idées proposées par chacun·e.
- 5 minutes sont laissées à chaque groupe pour brainstormer.

5 Mise en commun avec la classe – 20 min

(e)

Déroulé des échanges collectifs :

- Poser chacune des questions de manière ouverte à l'ensemble du groupe.

Faire émerger la pluralité des points de vue et favoriser le débat entre étudiant·es.

Éléments de réponses à apporter :

■ Le **cybersexisme cible principalement les femmes et les minorités de genre**, en s'appuyant sur des **stéréotypes sexistes**, contrairement à d'autres formes de cyberharcèlement plus générales. (Hainaut, F. 2023)

■ Manifestations courantes du cybersexisme :

- Insultes ou propos sexistes (Gatewood et al., 2020) ;
- Menaces de viol ou de violences sexuelles (Bousquet et al., 2017) ;
- Commentaires dégradants portant sur le physique (Bousquet et al., 2017 ; Hainaut, F. 2023) ;
- Diffusion non consentie de contenus intimes (Bousquet et al., 2017) ;
- Campagnes de harcèlement coordonnées (Bousquet et al., 2017) ;
- Remise en question des compétences professionnelles (Posetti et al., 2021).

■ Discours de banalisation fréquemment observés : (Hainaut, F. 2023 ; Posetti et al., 2021)

- « *C'est normal sur Internet* »,
- « *Les femmes sont trop sensibles* »,
- « *Elles doivent apprendre à encaisser* ».

Ces discours minimisateurs participent à la **légitimation des violences** et renforcent l'idée que les femmes seraient **moins compétentes** ou **moins légitimes** dans certains domaines, notamment la politique, le sport ou l'économie.

■ Conséquences majeures du cybersexisme : (Posetti et al., 2021)

- **Autocensure** et retrait de l'espace public de certaines femmes journalistes ;
- Atteinte à leur **santé mentale** des personnes visées ;
- Réduction de la **diversité des voix** dans les médias ;
- Affaiblissement de la **liberté d'expression** et de la **pluralité de l'information**.

6 Conclusion : Comprendre – 3 min

À l'issue de cette première séquence, les étudiant·es auront pu :

- Identifier et définir les principales caractéristiques du cybersexisme.
- Comprendre pourquoi les journalistes, et en particulier les femmes, constituent des cibles privilégiées de ces violences en ligne.
- Reconnaître les formes et manifestations concrètes du cybersexisme dans les espaces numériques.
- Appréhender ses conséquences sur la vie quotidienne et le parcours professionnel des étudiantes concernées.

Objectifs partie 2 : Se protéger

Cette animation permettra aux étudiant·es de :

- Comprendre l'impact du cybersexisme sur la carrière des journalistes**
- Analyser les stratégies de protection des journalistes face au cybersexisme**
- Évaluer les raisons du silence face au cyberharcèlement sexiste**
- Réfléchir à la possibilité de protéger totalement sa vie privée et son identité numérique**
- Stimuler la prise de conscience collective et la solidarité professionnelle**

Se protéger : l'animation - 50 min

7 Introduction : Se protéger - 3 min

- Le second podcast aborde le **cyberharcèlement sexiste** dans le **milieu professionnel du journalisme**.
- Il met en avant le témoignage de **Florence Hainaut**, journaliste et co-autrice du documentaire #SalePute, qui revient sur son expérience personnelle du cyberharcèlement.
- Ce récit servira de point de départ pour analyser les **stratégies** et moyens de **protection** face à ces violences en ligne.

8 Écoute du podcast : Se protéger - 9 min

Pour écouter le podcast de Florence Hainaut, [cliquez ici](#)

- Procéder à une écoute collective.
- Inviter les étudiant·es à prendre des notes sur les éléments suivants :
 - Faits ou passages marquants ;
 - Émotions exprimées ou suscitées ;
 - Mécanismes de violence décrits ;
 - Réactions ou stratégies de protection évoquées.

Étude de cas : Se protéger - 10 min

Projetez les slides 2 et 3 de [ce support](#).

Présentation du cas :

Léna, journaliste, publie un dossier sur les violences sexistes dans la police, illustré par des témoignages anonymes.

L'article est rapidement relayé, mais attire l'attention de groupes masculinistes et de comptes d'extrême droite, déclenchant une campagne de cyberharcèlement. En moins de 24h Léna reçoit :

- Plus de 500 messages haineux reçus sur X et par mail professionnel
- Des demandes de licenciement adressées à la rédaction
- Diffusion de fake news prétendant qu'elle aurait inventé les témoignages
- Circulation de mèmes sexistes utilisant sa photo de profil personnelle
- Menaces explicites de représailles physiques :
 - "On sait où tu habites."
 - "La prochaine fois je te défonce."

Réactions de la rédaction :

- Soutien public de la hiérarchie mais demande à Léna de "calmer le jeu" sur ses réseaux.
- Tentative d'intervention de la cellule communication sans concertation avec la journaliste.
- Conseils informels de collègues l'invitant à faire profil bas pour le moment.

Les étudiant·es restent dans leur groupe initial.

Chaque groupe se voit attribuer l'une des quatre questions suivantes :

- Comment Léna aurait-elle pu mieux protéger ses données personnelles ?
- Comment la rédaction pourrait-elle soutenir efficacement la journaliste ?
- Quel rôle les témoins pourraient-ils jouer dans ce type de situation ?
- Quel rôle devraient jouer les plateformes numériques dans la protection des utilisateur·ices ?

- Une même question peut être attribuée à plusieurs groupes afin d'encourager la diversité des approches.
- Les groupes sont invités à brainstormer et à formuler des propositions concrètes pour renforcer la protection des femmes journalistes face au cyberharcèlement.

10 **Mise en commun des stratégies : Se protéger** – 25 min

Pour la mise en commun, projetez les réponses sur les slides 4 à 7 de [ce support](#).

Pour chaque question :

- Inviter les groupes concernés à présenter leurs réflexions.
- Après les interventions, synthétiser les points essentiels avancés par les étudiant·es
- Faire émerger la pluralité des points de vue et favoriser le débat entre étudiant·es.
- Amener la théorie (écrite ci-dessous) pour apporter une réponse à la question posée.

Comment Léna aurait-elle pu mieux protéger ses données personnelles ?

(Hainaut, F. 2023)

- **Limiter la diffusion d'informations sensibles** : éviter de rendre accessibles l'adresse, les numéros privés, les lieux fréquentés ou tout élément pouvant faciliter le harcèlement.
- **Paramétrier la confidentialité** : ajuster les paramètres de confidentialité sur les réseaux sociaux pour contrôler la visibilité des publications, photos et informations personnelles.
- **Distinguer espaces personnel et professionnel** : utiliser un alias professionnel ou maintenir des comptes séparés.
- **Renforcer la sécurité des comptes** : activer la double authentification sur tous les comptes.

Comment la rédaction pourrait-elle soutenir efficacement la journaliste ?

(Hainaut, F. 2023)

- **Sensibiliser et informer** : Publier des contenus explicatifs sur le cybersexisme, ses conséquences et les moyens de le combattre.
- **Modérer les commentaires** : Mettre en place une modération stricte pour éviter la propagation de propos sexistes et harcelants sous les publications.
- **Former les journalistes et rédacteurs** : Leur apprendre à reconnaître les formes de cybersexisme et à traiter les sujets avec justesse.
- **Protéger les sources et les victimes** : Veiller à ne pas exposer davantage les personnes victimes ou témoins, en respectant leur anonymat si nécessaire.
- **Établir une politique interne claire** : charte de protection des journalistes visé·es par le cyberharcèlement et protocoles de réponse.
- **Prévoir un suivi post-publication** : organiser un débriefing et proposer un soutien psychologique si nécessaire.

Quel rôle les témoins pourraient-ils jouer dans ce type de situation ?

(Hainaut, F. 2023)

- **Adopter une posture active** : signaler les contenus problématiques, soutenir la personne ciblée publiquement ou non.
- **Éviter d'amplifier les discours sexistes** : ne pas relayer, commenter ou liker les contenus participant au cybersexisme.
- **Informier et sensibiliser** : informer son entourage et ses collègues sur les mécanismes et enjeux du cybersexisme.
- **Apporter un soutien à la victime** : écouter, encourager la conservation de preuves, accompagner dans les démarches de signalement ou de plainte. Rediriger la personne vers des personnes de contact compétentes.

Quel rôle devraient jouer les plateformes numériques dans la protection des utilisateur·ices ?

(Hainaut, F. 2023 ; Gatewood et al., C. 2020)

- **Mettre en place des outils de modération** automatique et humaine: Détection des contenus sexistes, harcèlements, discours haineux et suppression rapide.
- **Faciliter les signalements** : Offrir des interfaces simples et accessibles pour que les utilisateurices puissent signaler facilement les abus.
- **Informier les utilisateurices** : Communiquer de manière transparente sur les règles de conduite et les sanctions en cas d'infraction.
- **Protéger les utilisateurices** : Proposer des options comme le blocage, le masquage des commentaires, ou l'aide directe via un support.

11 Conclusion : Se protéger – 3 min

- Cette deuxième partie a mis en évidence l'impact concret et significatif des violences en ligne sur le travail et la santé mentale des femmes journalistes.
- Elle a permis d'examiner plusieurs stratégies de protection et de gestion du cyberharcèlement.
- L'échange a également souligné le rôle essentiel de la solidarité professionnelle et la responsabilité des rédactions dans la prise en charge de ces situations.
- Le cybersexisme apparaît comme un enjeu collectif : chacun·e peut contribuer à rendre les environnements numériques plus sûrs.

Invitez les étudiant·es à rester vigilant·es et à soutenir activement les personnes ciblées par le cyberharcèlement.

Objectifs partie 3 : Se défendre

Cette animation permettra aux étudiant·es de :

- Connaître les droits et les recours en cas de cybersexisme**
- Outiller concrètement les étudiant·es pour se protéger en ligne**
- Déconstruire les idées reçues sur la "légitimité" des violences numériques**
- Renforcer la posture professionnelle des futur·es journalistes face au cybersexisme**
- Soutenir une culture de la solidarité et de la vigilance**

Se défendre : l'animation - 30 min

12 Introduction : Se défendre - 2 min

Cette troisième et dernière partie commence par un quiz abordant la thématique "Se défendre". Il sera suivi de l'écoute du podcast d'Audrey Adam, avocate spécialisée dans le domaine du cyberharcèlement.

13 Quiz : Se défendre - 15 min

Proposer 5 affirmations auxquelles les étudiant·es répondront par "vrai" ou "faux".

Plusieurs formats sont possibles :

- Un Kahoot vrai/faux ludique
- Un débat mouvant pour encourager la prise de position et l'argumentation. (Format que nous conseillons pour faciliter le débat)

Faire émerger la pluralité des points de vue et favoriser le débat entre étudiant·es.

1. Le cyberharcèlement sexiste est puni par la loi.

■ Vrai

En Belgique comme en France, le harcèlement en ligne à caractère sexiste ou sexuel est un délit. Il peut entraîner des amendes, voire des peines de prison.

2. Si un message est supprimé, il n'existe plus légalement.

■ Faux

Un message supprimé peut exister encore dans les archives des plateformes ou dans des captures d'écran. Il peut donc être utilisé comme preuve. (Lomba, N. et al. 2021)

3. Certains contenus sexistes sont difficiles à signaler, car ils ne violent pas toujours explicitement les règles techniques des plateformes.

■ Vrai

De nombreux propos sexistes ou "sous-entendus" passent entre les mailles des règles algorithmiques. C'est pourquoi le signalement humain reste essentiel. (Gatewood et al. 2020)

4. Exposer publiquement un harceleur peut être légalement risqué.

■ Vrai

En diffusant des informations personnelles sur un harceleur ("doxxing"), vous risquez vous-même des poursuites, même si votre intention était légitime. (Bousquet et al. 2017)

5. Une blague sexiste en ligne n'est pas considérée comme du harcèlement.

■ Faux

Une blague sexiste est une forme de violence symbolique. (Hainaut, F. 2023)

Les réponses non sourcées se retrouvent dans le podcast ci-après.

14 Écoute du podcast : Se défendre – 7 min

Pour écouter le podcast d'Audrey Adam, cliquez [ici](#).

Audrey Adam, ancienne journaliste reconvertie en avocate spécialisée en droit des médias. Elle est l'avocate de Florence Hainaut ainsi que du groupe d'étudiantes du projet "Face à Face".

L'écoute du podcast permet de répondre aux questions posées précédemment, en apportant des informations supplémentaires.

Après l'écoute du podcast, procéder à un échange des ressentis.

15 Conclusion : Se défendre – 3 min

- Le **cyberharcèlement sexiste** n'est pas une fatalité : il constitue une infraction pénale.
- En Belgique, le **harcèlement**, les **menaces**, les **injures sexistes** et la **diffusion non consentie de contenus** sont **sanctionnés par le Code pénal**.
- Les journalistes disposent de droits, et les employeurs ont une obligation légale de protection vis-à-vis de leurs travailleur·euses.
- Il est **essentiel de signaler les faits et de conserver les preuves** (captures d'écran, messages, etc.).
- Ne pas rester isolé·e : des mécanismes de recours existent, et plusieurs associations spécialisées peuvent accompagner les victimes. Nous recommandons l'association #StopFisha, qui nous soutient sur ce projet et qui propose un dépôt de plainte sur son site (<https://stopfisha.org/>).
- Il n'existe **pas de réaction unique ou idéale** face au cybersexisme, mais un ensemble de ressources et de stratégies qui permettent de se défendre et d'être accompagné·e. **Ne pas porter plainte est un choix légitime** : chaque personne adopte la réponse qui lui convient le mieux.

16 Conclusion générale de l'animation - 3 min

Pour conclure l'animation, rappelez les éléments suivants :

- Le cybersexisme cherche à réduire au silence les femmes journalistes, en ciblant leur crédibilité et leur légitimité professionnelle.
- Il constitue une menace directe pour la liberté d'expression et, plus largement, pour le fonctionnement démocratique.
- Comprendre ces mécanismes est une condition essentielle pour mieux s'en protéger et y répondre.
- Les réponses collectives permettent de refuser la banalisation de ces violences et de soutenir les personnes ciblées.
- Il faut rester solidaires, attentif·ves aux situations de cyberviolence, et affirmer votre place dans l'espace public numérique.
- En tant que futur·es journalistes, les étudiant·es ont un rôle central à jouer pour défendre un journalisme plus juste, plus inclusif et plus sûr.

17 Pour suivre notre projet

Projeter la slide 8 de [ce support](#), qui renvoit vers le site web de Vu(e)s et le compte Instagram.

Sur le site, les étudiant·es pourront retrouver :

- Une rubrique rassemblant l'ensemble des ressources pour s'informer, se protéger et se défendre face au cybersexisme.
- Les podcasts écoutés durant l'animation.
- Le lien vers notre compte Instagram.

Invitez-les à consulter ces outils et à les partager au sein de leur réseau, tant personnel que professionnel.

**Toutes les infos sont
disponibles sur notre site web**



Annexes : ressources sur le sujet

Typologie des violences

1

Violences langagières (écrites, orales et symboliques)

- Insultes sexistes (ex : "sale pute", "hystérique", "ferme ta gueule", "t'es bonne pour faire des gosses")
- Mépris ou infantilisation (ex : « ma petite », « tu n'y connais rien »)
- Commentaires misogynes (remarques sur l'incompétence supposée des femmes, moqueries sexistes)
- Mégenrage ou refus de reconnaissance identitaire (notamment envers les personnes transgenres ou non-binaires)
- Rappels à l'ordre genrés (ex : "ce n'est pas un sujet pour une femme", "reste à ta place")

2

Violences sexuelles numériques

- Cyberflashing (envoi non sollicité d'images sexuelles, souvent via AirDrop, Bluetooth, DM)
- Menaces de viol, remarques sexuelles dégradantes
- Partage non consenti d'images intimes (revenge porn)
- Deepnudes et deepfakes pornographiques (manipulation d'images par IA)
- Injonctions sexuelles, harcèlement érotique
- Harcèlement sur les applis de rencontre (messages sexistes, pressions, insultes après refus)

3

Violences psychologiques

- Acharnement répété : par 1, quelques ou de nombreuses personnes
- Spam, inonder de messages ou commentaires haineux
- Surveillance numérique constante (stalking, traque en ligne)
- Gaslighting numérique (inverser les rôles coupable-victime ex: « t'es trop sensible », « c'était pour rire »)
- Humiliation publique intentionnelle
- Harcèlement indirect (viser les proches pour atteindre la victime)

4

Violences réputationnelles et identitaires

- Diffamation, rumeurs sexistes
- Détournements de photos ou de propos
- Usurpation d'identité (création de faux profils)
- Attaques sur la crédibilité professionnelle ou morale
- Montages humiliants ou sexualisés
- Campagnes de dénigrement coordonnées

5

Violences d'exclusion ou d'invisibilisation

- Silencing (pression collective pour se taire ou se retirer)
- Signalements abusifs pour faire supprimer un compte ou des publications
- Absence ou passivité des modérations face aux violences
- Isolement progressif par autocensure ou désengagement

6

Violences économiques et professionnelles

- Appels au boycott, campagnes de discrédit
- Pressions économiques (perte de collaborations, annulation de contrats)
- Sabotage de réputation numérique empêchant l'accès à certains milieux (journalisme, art, politique)
- Censure anticipée par peur de nuire à son image professionnelle

7

Violences physiques par extension numérique

- Menaces de viol, d'agression ou de mort
- Doxxing (diffusion d'adresses, infos privées)
- Swatting (envoi de la police chez une victime par dénonciation mensongère)
- Filature ou contact physique facilité par les données publiées

8

Violences algorithmiques et structurelles

- Surexposition des contenus polémiques ou sexualisés (effet d'amplification algorithmique)
- Invisibilisation des contenus féministes ou dénonciateurs (shadow banning, déréférencement)
- Non-prise en charge des signalements ou absence de réponse adaptée
- Tendance des algorithmes à renforcer les rapports de domination existants

9

Violences institutionnalisées

- Absence de soutien des institutions (rédactions, universités, entreprises...)
- Minimisation ou disqualification des plaintes (« c'est pas si grave », « ignore-les »)
- Harcèlement toléré ou couvert dans certaines communautés professionnelles (journalisme, tech...)
- Absence de cadre légal protecteur ou d'accompagnement spécifique

10

Violences intérieurisées / auto-censure

- Retrait ou abandon des réseaux sociaux
- Réduction de la prise de parole publique
- Peur constante de publier ou de s'exposer
- Intégration de la honte ou de la responsabilité

Chiffres clés

(Posetti et al., 2021).

73%

des femmes journalistes ont subi des **violences en ligne** dans le cadre de leur travail. ([UNESCO](#))

dont **25%** ayant reçu des menaces de **violences physiques**. ([UNESCO](#))

et **18%** ayant reçu des **menaces sexuelles**. ([UNESCO](#))

Définition

La définition qui est attribuée au sexism, revient pour un individu à adopter une attitude discriminatoire, aussi bien par des actes que des comportements, envers une autre personne de sexe féminin.

Par association du préfixe « cyber », relatif à tout ce qui a trait aux multimédias, et plus particulièrement internet, le cybersexisme fait référence à des propos et des comportements sexistes via des outils numériques.

(Le Mag Juridique, 2022)

LE CYBERSEXISME PREND PLUSIEURS FORMES

Il commence par des **commentaires sexistes ou misogynes**, avec des remarques dévalorisantes sur le genre, l'apparence physique, les capacités intellectuelles ou la place des femmes dans certains domaines.

Ensuite, il peut s'agir de **harcèlement sexuel en ligne**, avec des messages insistants ou non sollicités à caractère sexuel, des demandes de photos intimes, l'envoi de contenus explicites (images, vidéos) ou des menaces à connotation sexuelle.

Il y a aussi la **diffusion d'images intimes sans consentement**, c'est-à-dire le partage ou la menace de partager des photos ou vidéos privées (revenge porn), souvent accompagné de slut-shaming (stigmatisation sexuelle des femmes).

De plus, des **raids**, du **doxxing** et des **campagnes de harcèlement genre** peuvent survenir sur les réseaux sociaux, parfois avec la diffusion d'informations personnelles ou des propos haineux envers les femmes ou les minorités de genre.

Pour finir, la **disqualification** ou la **silenciation de la parole** prend la forme de moqueries, d'interruptions ou de remises en cause systématiques de la parole des femmes dans les espaces numériques.

Bibliographie

- Allié, F. (2024, 10 décembre). Masculinisme et radicalisation d'extrême droite. *Positions revue*.
- Couchot-Schiex, S., Moignard, B., & Richard, G. (2016). Cybersexisme et cyberviolences, une étude sociologique dans des établissements franciliens [Rapport de recherche]. UPEC ; Centre Hubertine Auclert.
- Bousquet, D., Durand, E., & Ronai, E. (2017). En finir avec l'impunité des violences faites aux femmes en ligne : une urgence pour les victimes (Rapport n°2017-11-16-VIO-030). Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes.
- Gatewood, C., Guerin, C., Birdwell, J., Boyer, I., & Fourel, Z. (2020). Cartographie de la Haine en Ligne : Tour d'horizon du discours haineux en France. Institute for Strategic Dialogue (ISD).
- Hainaut, F. (2023). *Cyberharcélee : 10 étapes pour comprendre et lutter*. De Boeck Supérieur.
- Lomba, N., Navarra, C. et Fernandes, M. (2021). Combating gender-based violence: Cyber-violence (Document PE 662.621). Parlement européen, Service de recherche du Parlement européen (EPRI).
- Posetti, J., Aboulez, N., Bontcheva, K., Harrison, J., & Waisbord, S. (2021). Violence en ligne à l'égard des femmes journalistes : un aperçu mondial des incidences et impacts. UNESCO
- Posetti, J., & Shabbir, N. (n.d.). The Chilling: A global study of online violence against women journalists (Rapport ICFJ/UNESCO).
- Le Mag Juridique. (2022, 13 avril). Cybersexisme : caractérisation et sanctions.