



# **Le manuel du pouvoir**

# Le pouvoir, c'est bien!

Affirmons-le d'abord- le pouvoir n'est pas quelque chose de mauvais ou dont on doit avoir honte.

Si, bien sûr, l'on n'en abuse pas. Le pouvoir est quelque chose de plutôt positif, quelque chose d'important et qui sert à tous ceux qui veulent combattre les injustices et changer la société.

Il faut utiliser le pouvoir avec prudence et avec une grande compréhension humaine et surtout avec raison. Nous avons toutes remarqué ce qui arrivait lorsque les hommes avaient le pouvoir. Les hommes seuls n'y arrivent pas! Ils ont besoin de plusieurs bons exemples féminins parmi les dirigeants. C'est la seule façon d'enrayer l'abus de pouvoir. C'est pourquoi les femmes doivent pouvoir obtenir la moitié du pouvoir décisionnel de toutes les assemblées. Une décision prise uniquement par des hommes n'est pas une décision valable. De telles décisions devraient être déclarées nulles par la loi.

Le pouvoir permet d'influencer et de changer la société ce qui implique que chacun assume sa responsabilité, ainsi que les conséquences des décisions qui sont prises.

Si vous êtes une femme prête à acquérir plus de pouvoir et endosser davantage de responsabilités, vous devez lire ce manuel.

Réfléchissez bien à ce qu'implique d'avoir plus de pouvoir. Commencez à vous y habituer et à clairement montrer que vous êtes prête à occuper un poste à responsabilité. Ne vous soumettez pas au pouvoir! Prenez de la place!

***Faites comme ceci:***

» Imaginez-vous comme membre du comité d'une association, d'un jury local ou quoi que ce soit.

» Imaginez-vous même comme étant la présidente de cette assemblée.

## Apprenez les règles du jeu

Vous risquez de perdre beaucoup de pouvoir si vous ignorez comment les décisions sont réellement prises. Il est essentiel d'être bien préparé pour comprendre les enjeux d'un vote et la manière dont on peut élaborer une contre-proposition. Une bonne manière de faire face à de tels pièges consiste à organiser les réunions à l'avance avant toutes les réunions importantes. Faites appel à une femme organisée et active

depuis longtemps, connaissant bien les difficultés de la prise de décisions. Elle pourrait vous donner des conseils sur les rouages de la prise de décision et ce que les femmes ont le droit de proposer elles-mêmes.

Des décisions importantes pourraient être prises contre vous si vous ne faites pas suffisamment preuve de prudence en exigeant que la décision soit prise autrement. Les techniques et les procédures sont des choses que les femmes ne peuvent ignorer.

Il faut s'exercer à être présidente d'abord d'un petit groupe où l'on se sent bien en sécurité, et ensuite dans un groupe plus élargi. Il faut avoir une liste prédéfinie de femmes prêtes à être élues présidentes aux réunions.

Les techniques de réunion ne sont pas aussi difficiles qu'elles n'en paraissent. Le patron d'une robe est bien plus complexe.

Il est important de connaître comment sont prises les décisions. Dans le cas contraire toutes préparations, mêmes bonnes, seraient inutiles.

***Faites comme ceci:***

» Organisez les réunions à l'avance pour bien anticiper toutes situations possibles.

- » Établissez de bons contacts avec des femmes expérimentées politiquement qui vous donneront des conseils utiles.
- » Formez un cercle d'études pour analyser les techniques de réunions avancées.
- » Ne perdez pas une occasion de vous entraîner.

## Une femme pour un homme, partout!

Analysez soigneusement la structure du pouvoir de votre commune ou de votre organisation. Où sont prises les décisions les plus importantes? Manque-t-il des femmes dans cette assemblée? La réponse à cette dernière question est souvent positive. Proposez le nom de femmes pour le niveau de décision approprié. Établissez une stratégie claire pour déterminer les postes décisionnels qui devront être détenus par des femmes et comment les femmes devront être présentées pour avoir plus de chance de réussir. Quelle femme sera la plus apte pour le poste? Faites une liste de qualifications et d'expérience de ces femmes.

Souvenez-vous qu'aucun homme n'est né membre d'un comité communal. Aucune femme

non plus. Cependant les deux ont exactement les mêmes chances de le devenir.

***Faites comme ceci:***

- » Identifiez les niveaux les plus importants.
- » Manque-t-il des femmes?
- » Établissez une stratégie pour augmenter le nombre de femmes dans l'assemblée actuelle.

## Proposez spontanément votre candidature à la commission électorale

Un des objectifs les plus importants est de faire partie d'une commission électorale. C'est la commission électorale qui propose les personnes qui occuperont les différents postes clés. C'est pourquoi davantage de femmes doivent faire partie des commissions électorales. Les femmes des commissions électorales doivent envisager une stratégie commune pour proposer des noms de femmes aptes à occuper ces postes. Il est très important de préparer tout cela avec soin. Contactez en avance les différentes candidates et préparez-les correctement. Faites une liste

de l'ensemble de leurs expériences et de leurs qualifications. Introduisez-les à la commission électorale. Veillez à ce que toutes les femmes de la commission électorale prennent la parole et soutiennent les propositions avec lesquelles vous êtes d'accord. Dans tous les cas il faut que les femmes se soutiennent les unes les autres.

***Faites comme ceci:***

- » Faites connaître votre volonté de faire partie de la commission électorale.
- » Veillez à ce que le nombre de femmes de la commission électorale augmente.
- » Préparez une stratégie commune avec les autres femmes concernant celles dont vous voulez proposer le nom et les postes concernés.

## **Proposez des candidates femmes**

Choisissez avec soin et après mûre réflexion une ou plusieurs candidates. Il faut que le choix soit réaliste. Il faut également que la probabilité de remporter l'élection soit suffisamment grande. Proposez la candidature féminine bien avant la réunion lors de laquelle la décision concernant les nouveaux membres ou le président sera prise.

Faites une liste de toutes les expériences et de toutes les qualifications de la candidate. Faites appel à des femmes pour faire la promotion de la candidate auprès des femmes qui ont l'intention de venir à la réunion. Veillez à ce qu'il ait une majorité de femmes à la réunion. Si possible, cherchez des alliés parmi les hommes.

Parlez à l'avance de votre candidate dans la presse locale pour rendre plus difficile la (ré)élection du candidat masculin. Veillez à ce que la candidate ait, juste avant l'élection, de la bonne publicité en sa faveur dans la presse. Soutenez vos candidates. Rendez-les visibles. Écrivez des lettres de lecteur et parlez bien d'elles.

Préparez des programmes pédagogiques pour les futurs membres de bureau. C'est important que chaque membre sache précisément en quoi consiste son rôle. Ces derniers temps on a remarqué que de nombreuses personnes qui faisaient partie de différents comités, n'avaient pas tout à fait compris le sérieux et les responsabilités attachées à leur mission. Il faut beaucoup de temps et de travail pour devenir un parfait membre. Nous, les femmes, nous devons assumer notre responsabilité.

### ***Faites comme ceci:***

- » Établissez une liste de toutes les candidates potentielles et de leurs qualifications.
- » Nouez des contacts avec des journalistes féminines expérimentées.
- » Prenez de belles photos de vos candidates/votre candidate pour la présentation dans les médias.
- » Organisez des conférences de presse où vos candidates/votre candidate seront présentées

## **Placez les femmes en tête de liste**

Les listes mixtes sont positives, mais pour cela il faut que les noms des femmes soient aussi souvent en tête que ceux des hommes. Une liste avec un homme à sa tête forme souvent une troïka composée de deux hommes et d'une femme.

Cette troïka forme souvent une présidence où les questions sont préparées, où l'ordre du jour est fixé et où beaucoup de décisions sont prises sans passer par le bureau ou comité.

Une autre raison importante pour placer des femmes en tête de liste est qu'en réalité seule la personne en tête sera élue. Si toutes les listes ont des hommes à leur tête nous n'obtiendrons jamais

une répartition équilibrée des mandats même si nous faisons des listes alternant hommes et femmes. Il est donc nécessaire d'avoir une femme en tête d'une liste sur deux au moins.

***Faites comme ceci:***

» Proposez l'instauration d'une règle impliquant que l'on établisse, si nécessaire, deux listes: une avec une femme en tête et l'autre avec un homme.

» Exigez du parti ou de l'organisation centrale de veiller à l'équité des listes en s'assurant que la tête de liste soit détenue alternativement par un homme et par une femme.

» Présentez à l'avance vos candidates dans la presse locale, avec de bonnes photos et des noms des candidates ce qui surprendra tout le monde.

» Présentez et faites connaître vos candidates. Veillez à ce que ces femmes soient connues bien avant l'élection, notamment grâce à des articles publiés dans les journaux, des lettres de lecteur, des déclarations politiques dans les médias. Cela n'est pas difficile.

## Assumez la présidence

La mission d'un président consiste par exemple à prendre la direction d'une réunion, à fixer les questions à débattre, à déterminer l'ordre du jour et également à prendre seul certaines décisions. Le président a un pouvoir important. 50 pour cent de ce pouvoir appartient aux femmes. Veillez à ce que l'élection du président soit bien préparée à l'avance.

Dressez une liste de femmes capables de devenir des présidentes compétentes. Réunissez toutes les femmes de la liste à une réunion dans laquelle vous expliquerez votre stratégie. Veillez à ce que toutes les femmes candidates à la présidence soient informées des responsabilités que la présidence implique et de la façon dont les candidates seront proposées. Certaines candidates s'inquiètent souvent des responsabilités inhérentes à la présidence et des difficultés de celles-ci et du temps que celle-ci leur prendrait.

Choisissez une femme qui pourrait être un exemple d'une présidente expérimentée. Son rôle sera d'enseigner, de soutenir et d'encourager la nouvelle présidente. Elle sera fière d'accomplir cette mission!

Contactez une bonne journaliste pour vous aider à lancer la nouvelle candidate à la présidence. Les journalistes savent très bien comment mener ce travail d'une manière efficace. Il faut que les femmes s'habituent à leur rôle officiel et qu'elles s'expriment avec force et détermination. Il faut également que chaque candidate déclare ce qu'elle entend faire une fois arrivée au pouvoir.

Nous avons toutes besoin de suivre des cours de rhétorique, de nous préparer à bien utiliser les médias et à écrire de bons articles dans la presse. Organisez immédiatement de tels cours. Des femmes et pas uniquement la future présidente viendront sûrement s'inscrire à ces cours si vous les invitez personnellement.

***Faites comme ceci:***

- » Faites une liste de toutes les candidates aptes à la présidence ainsi que de leurs qualifications.
- » Organisez un cours de rhétorique, d'écriture d'articles journalistiques et de stratégie de communication.
- » Choisissez une personne politiquement établie pour soutenir les candidates.
- » Faites connaître la candidate à la présidence de toutes les manières possibles.

## Prenez le pouvoir au sein des partis politiques

La plupart des partis politiques se rendent compte qu'il faut alterner hommes et femmes. Cependant cela ne suffit pas pour conserver la crédibilité du parti. Un parti qui présente des listes alternatives mais qui continue à être représenté uniquement par des hommes et utilisant un langage typiquement masculin sans référence au monde féminin et qui néglige d'aborder les questions les plus importantes pour les femmes n'obtiendra pas leur confiance.

Les partis doivent être cohérents en ce qui concerne la répartition du pouvoir de toute structure politique, soit-il le pouvoir formel ou le pouvoir informel. Il n'est pas suffisant de créer des groupes de travail stratégiques ou des groupes de mobilisation politique uniquement dirigés par des hommes, assistés seulement par quelques femmes participant au travail ou aux discussions. Il n'est pas non plus suffisant d'avoir une répartition inégale entre les hommes et les femmes parmi les médiateurs et les secrétaires politiques, c'est-à-dire des personnes qui ont effectivement beaucoup de pouvoir informel.

Les responsables de la publicité, des campagnes politiques et de l'information des partis sont aujourd'hui en majorité des hommes. Cela signifie que ce sont les hommes qui forment l'image du politique, des partis politiques et ce sont eux qui décident l'essentiel du message politique. Il est important que les femmes s'emparent de ce centre du pouvoir. Les images de nos partis et des hommes politiques seront bien différents si les femmes étaient responsables de cette publicité. Et les images seront plus divertissantes.

# Les cinq techniques de la domination

Il existe plusieurs méthodes utilisées par les hommes – consciemment ou inconsciemment- pour exercer leur pouvoir sur les femmes et la culture féminine. La professeure norvégienne Berit Ås classe ces méthodes en cinq groupes:

1. Rendre invisible
2. Ridiculiser
3. Cacher de l'information
4. La double pénalisation
5. La culpabilisation

Apprenez à identifier les cinq méthodes. Et apprenez les numéros de chaque méthode pour que vous puissiez facilement marquer en levant la main le numéro de la méthode utilisée pendant une réunion.

Voici de courtes descriptions des différentes techniques de la domination:

# 1. Rendre invisible

Cette technique de domination sans paroles est utilisée par les hommes lorsqu'ils n'écoutent pas ce que disent les femmes, notamment en feuilletant ces papiers, en discutant avec quelqu'un d'autre ou en allant aux toilettes. Nous, les femmes, nous posons des questions différentes de celles des hommes car nous vivons dans d'autres conditions qu'eux. Les hommes ne se reconnaissent pas dans les descriptions qu'en font les femmes et par conséquent ils choisissent de ne pas les écouter.

Rendre quelqu'un invisible est une technique de la domination dévastatrice. Une personne que l'on n'écoute pas et que l'on ne voit pas se sent réduite à néant et insignifiante et elle choisit de ne pas continuer à s'engager.

## ***Faites comme ceci:***

- » Montrez clairement que vous êtes consciente qu'une telle technique de la domination est utilisée et que vous ne l'acceptez pas.
- » Exigez de l'attention et que tout le monde vous écoute.
- » Si les hommes ne comprennent pas ce que vous voulez dire, vous pouvez utiliser les

mêmes méthodes contres les hommes. Faites-le d'une façon très claire pour que tout le monde comprenne.

## 2. Ridiculiser

Nous, les femmes, nous reconnaissons facilement la technique masculine consistant à plaisanter des femmes. La technique vise à ridiculiser les femmes et leur travail. Nous retrouvons ici un large éventail d'affirmations peu flatteuses envers les femmes, notamment que celles-ci sont idiotes ou hystériques. Il y a beaucoup d'exemples!

### *Faites comme ceci:*

- » Déclarez ouvertement que vous n'acceptez pas un tel traitement .
- » Ne riez jamais avec les hommes. Surtout pas lorsqu'il s'agit de ridiculiser une autre femme. Soyez solidaires avec les autres femmes.
- » Regardez fixement et avec grand étonnement les hommes qui ridiculisent les femmes ou marquez votre désapprobation avec un geste d'indifférence. Veillez à ce qu'il y ait un grand silence embarrassant. Adressez-vous à une femme en demandant par exemple: "Qu'est-ce qu'il veut dire?"

### 3. Cacher de l'information

En cachant de l'information on voit à ce que les gens restent ignorants ce qui frappe souvent les femmes. Beaucoup de décisions sont prises entre les hommes, consciemment ou inconsciemment, dans le sauna ou au match de football. En réunion lorsque les femmes sont alors présentes, les propositions sont très rapidement adoptées. Les femmes n'ont alors pas l'opportunité de discuter les questions en détails ce que les hommes ont eu l'occasion de faire dans le cadre des cercles plus restreints. Les hommes ne comprennent pas pourquoi les femmes veulent souvent prolonger les discussions et pourquoi celles-ci ne peuvent pas être "plus déterminées" à leur goût.

#### *Faites comme ceci:*

- » Exigez de l'information détaillée avant que les décisions soient prises.
- » Exigez la réouverture des débats concernant les propositions importantes nécessitant plus de temps.
- » Essayez d'obtenir davantage d'information par d'autres moyens en vous appuyant sur le réseau féminin.

## 4. La double pénalisation

Peu importe ce que fait une femme, elle a de toute façon tort! C'est une façon de résumer cette technique de domination. Les femmes ont très souvent l'impression d'avoir mauvaise conscience. Elles pensent constamment qu'il faut être disponible ailleurs – le travail, les enfants, le mari. Le stress qui en résulte devient insupportable. Le pire sentiment pour la femme est le sentiment d'insuffisance. On reproche aux femmes – souvent de façon indirecte – de ne pas être assez présentes comme mères lorsqu'elles s'engagent dans un travail et en politique. Et à l'inverse lorsqu'elles choisissent de rester femme au foyer. Si la femme choisit le travail et la politique ainsi que sa famille il y a un risque de mécontentement des deux côtés.

Les femmes désirent combiner la famille et le travail et elles sont dans leur droit lorsqu'elles renoncent au travail ou également à leur vie de famille sans avoir à risquer d'être pénalisées ou critiquées. Il est rare qu'un homme soit pénalisé et critiqué pour ces mêmes raisons. Il est naturel pour un homme de dire oui au travail et non à la famille! Cette différence est inacceptable et injuste. Il faut que les femmes aient le même droit

que les hommes tant vis-à-vis du travail que de la vie familiale.

***Faites comme ceci:***

- » Choisissez avec beaucoup de soin votre mari.
- » Choisissez avec beaucoup de soin votre patron.
- » Exigez de votre patron de pouvoir dire non – ou oui- sans que cela se répercute sur votre carrière.
- » Estimez du temps de travail à domicile et convenez avec votre mari d'une répartition juste du travail domestique.

## 5. La culpabilisation

Cette technique de domination est la plus difficile à comprendre. Une femme qui est humiliée ou abusée de quelque sorte que ce soit, se culpabilise elle-même. On dit que c'est de sa faute. Elle mérite le traitement qu'elle a eu. Ce traitement peut amener à faire croire à la femme que c'est vraiment sa faute. Elle se blâme et se culpabilise pour ce qui lui est arrivé, peu importe si c'est justifié.

Il est important dans ces situations de faire une analyse rapide de ce qui est réellement arrivé pour

prendre conscience qu'il n'y a pas de raison de se culpabiliser.

***Faites comme ceci:***

- » Analysez ce qui est arrivé avec une bonne amie et qui vous comprend.
- » Rejetez le sentiment de culpabilité en analysant bien la situation.
- » Occupez-vous sérieusement de la personne qui vous a culpabilisée. Démontrez ce qui est arrivé en réalité.
- » Défendez d'autres femmes qui ont été culpabilisées .

## Comment les femmes acquièrent de l'influence réelle et du pouvoir!

Il est temps que les femmes récupèrent leur part de pouvoir maintenant. Lorsque les femmes se rapprochent de la vraie sphère du pouvoir celle-ci a l'étrange tendance de leur échapper. Pour aller où? Nous allons le découvrir!

Il y a beaucoup de pièges auxquels les femmes sont confrontés dans leur quête vers un pouvoir plus important et plus équitablement réparti.

Dans ce manuel du pouvoir nous identifierons ces pièges et nous verrons comment les éviter ou les éliminer.

---

Les S-femmes sont des féministes socialdemocrates qui mettent la lutte de classe et la lutte des sexes côte à côte. Notre association réunit les femmes de toute la Suède. Ensemble nous luttons pour une plus grande égalité des sexes dans la société – et dans notre propre parti.

Sveriges Socialdemokratiska Kvinnoförbund  
Adresse: Box 704 58, Sveavägen 68, 107 26 Stockholm  
Téléphone: 08-700 26 00, [www.s-kvinnor.se](http://www.s-kvinnor.se)