

# Changer la fragilité blanche en humilité blanche

Mon cheminement vers le changement

*Par : Ryan Trudeau*



**Avant de commencer...**

# Qu'est-ce que la fragilité blanche?

« La fragilité blanche est un état où même un minimum de stress racial devient intolérable, déclenchant une série de comportements défensifs. » [traduction]

*Robin DiAngelo*  
*Professeure agrégée affiliée, Université de Washington*

# Mon histoire

- Homme blanc hétérosexuel, bien portant, né au Canada
- Famille de classe moyenne
- J'ai connu d'autres cultures grâce au sport
- J'ai épousé une femme noire née à l'extérieur du Canada
- J'ai deux enfants métissés



# Reconnaître mes privilèges

- Il existe de nombreuses versions des privilèges
  - Gagnés c. non gagnés.
  - Exemples de privilèges *gagnés* : Le savoir, l'éducation, les titres comme titulaire de doctorat, PDG et révérend. Pour acquérir des privilèges ou des avantages gagnés, les personnes doivent déployer passablement d'efforts.
  - Exemples de privilèges *non gagnés* : J'ai eu la chance d'avoir des parents intelligents qui travaillaient dur et qui avaient assez d'argent pour m'offrir un bon style de vie; je suis en bonne santé et je vis dans un pays où j'ai accès à des soins médicaux et une éducation de qualité. Tous ces avantages non gagnés m'ont placé sur la bonne voie.

*Dr<sup>e</sup> Helen Ofosu*

professeur adjoint de psychologie à l'université Carleton

# Mon cheminement vers le changement

« Chacun pense à changer le monde, mais personne ne pense à se changer soi-même. »

*Léon Tolstoï*

# ADKAR – Qu'est-ce que c'est?

A

Awareness =  
sensibilisation

Le changement commence  
quand on comprend pourquoi

D

Desire =  
désir

Le changement implique  
des décisions personnelles

K

Knowledge =  
connaissances

Le changement exige  
des connaissances

A

Ability =  
capacités

Le changement exige  
des gestes  
dans la bonne direction

R

Reinforcement =  
renforcement

Le changement doit être  
renforcé pour être soutenu

*Jeff Hiatt*  
*Fondateur, Prosci Inc.*

---

# Mon point de bascule

---



- Bien que je sois marié à une femme noire
- Bien que j'aie des enfants métissés
- Je faisais preuve de suffisance quand j'étais confronté à des situations induisant du stress
- Cela fonctionnait pour ramener l'équilibre racial blanc et les inégalités systémiques
- **Un seul événement a tout changé**



# Me débarrasser de ma fragilité

A



D



K

Awareness =  
sensibilisation

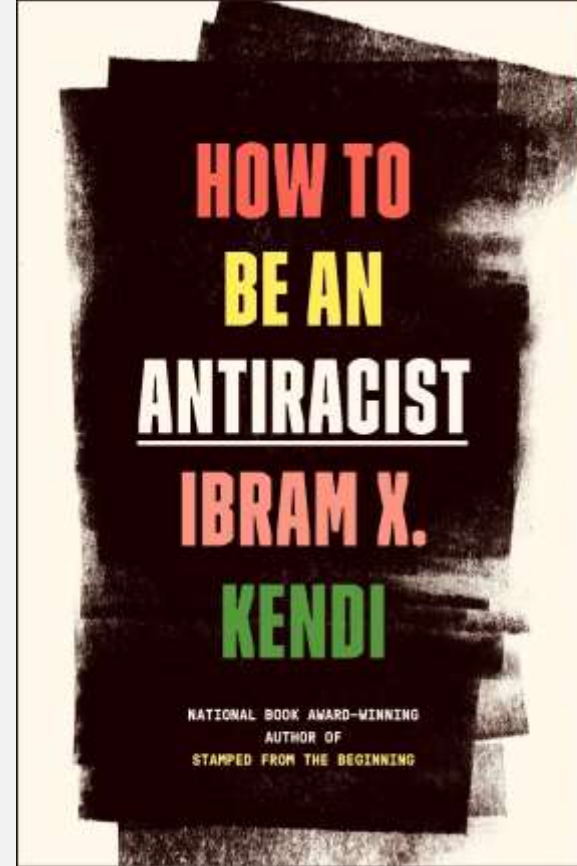
Desire =  
désir

Knowledge =  
connaissances

# Me doter de connaissances

- Comment être un antiraciste
- Gomes De Zurara
- La race est un concept inventé
- Utilisé pour justifier l'asservissement de certains peuples
- « Noiritude » c. « Blanchité »

*Ibram X. Kendi, titulaire de doctorat  
Andrew W. Mellon, professeur en sciences humaines  
Directeur du Centre de recherche sur l'antiracisme de l'Université de Boston*



# Le racisme que vous pouvez et ne pouvez pas voir

## Racisme apparent

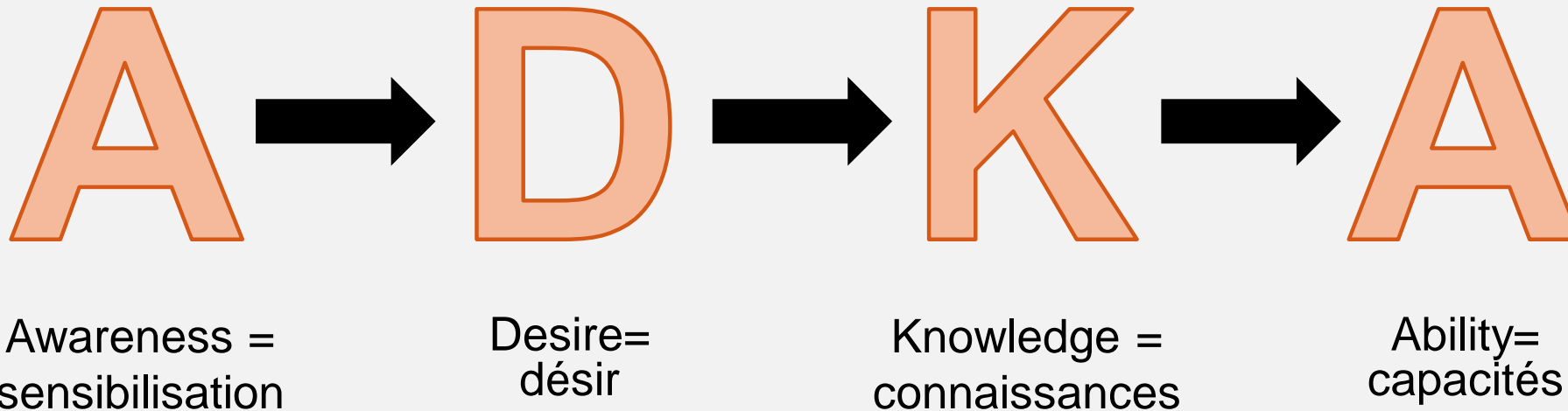
- Actes de violence manifestes
- Harcèlement
- Affiliation ouverte à des groupes associés à des idées et des comportements racistes

## Racisme subtil

- Micro-agressions
- Préjugés inconscients

*Ibram X. Kendi, titulaire de doctorat  
Andrew W. Mellon, professeur en sciences humaines  
Directeur du Centre de recherche sur l'antiracisme de l'Université de Boston*

# Prendre des mesures pour agir



# Être un allié

## Qu'est-ce qu'un allié?

- Utiliser son statut, ses avantages et ses privilèges pour faire des sacrifices personnels afin de défendre les droits d'une personne marginalisée sans chercher à être félicité ou récompensé.
- Tenter activement de faire progresser une culture inclusive par des efforts intentionnels et conscients qui profitent aux autres.
- S'engager à évoluer et à apprendre sur l'inclusion tout en cherchant constamment à établir des relations de confiance avec des personnes ou groupes de personnes marginalisées.

## Ce que l'alliance n'est pas

- L'alliance n'est PAS ou ne devrait pas être « performative ».
- Participer à l'activisme public pour être reconnu, mais ne pas être un activiste lorsque personne ne regarde.
- Publier à propos d'un sujet sur les médias sociaux parce qu'il fait partie des tendances.
- Dire des choses comme « La vie des Noirs compte » mais ne rien faire de concret au-delà des mots.

*D<sup>re</sup> Helen Oforu  
professeur adjoint de psychologie à l'université Carleton*

# 10 conseils sur la façon d'être un allié

- 1) Pratiquez l'écoute active
- 2) Ne comptez pas sur les autres pour votre apprentissage
- 3) Acceptez la critique
- 4) Soutenez les fonctionnaires racisés
- 5) Utilisez vos privilèges pour démanteler le racisme systémique
- 6) Soutenez les possibilités d'avancement pour les fonctionnaires racisés
- 7) N'attendez pas de récompenses ou de reconnaissance lorsque vous faites face aux problèmes quotidiens
- 8) Partagez votre pouvoir décisionnel (Leadership)
- 9) Construisez un réseau professionnel incluant des fonctionnaires racisés
- 10) Donnez des références et des évaluations positives et justes aux fonctionnaires racisés

*Patricia Harewood  
Directrice, Direction de la représentation et des services juridiques  
Alliance de la Fonction publique du Canada*

# Assurer la durabilité

A



D



K



A



R

Awareness =  
sensibilisation

Desire =  
désir

Knowledge =  
connaissances

Ability =  
capacités

Reinforcement =  
renforcement

# Appel à l'action !

**Le changement doit commencer quelque part...**

- Dépasser la peur de « perdre » quelque chose
- L'équité n'est pas un jeu à somme nulle – il n'y a pas de « gagnants » ou de « perdants »
- Le sens d'une grande responsabilité



- **Trouve votre « point de bascule »**
- **Soyez le changement que vous voulez voir**
- **Prêchez par l'exemple**
- **Transformez la fragilité en humilité !**

« Si vous parlez à un homme dans une langue qu'il comprend, vous parlez à sa tête. Si vous lui parlez dans sa langue, vous parlez à son cœur. »

Nelson Mandela

# Merci!

DES QUESTIONS ?

FEEDBACK ?

**Vous souhaitez que cette présentation ait lieu dans votre ministère et/ou agence ?**

Veillez faire votre demande via le Forum des conférenciers fédéraux sur la diversité et l'inclusion ([canada.ca](https://canada.ca)).

# Références

- DiAngelo, Robin. *Fragilité blanche : ce racisme que les blancs ne voient pas*. Beacon Press, 2018.
- Ofosu, H. (1<sup>er</sup> mai 2021). Qu'est-ce que l'alliance? (Partie 1 de 2). Services consultatifs en matière de psychologie I/O. Tiré de <https://ioadvisory.com/what-is-allyship-part-1-of-2/>
- Ofosu, H. (15 mai 2021). Qu'est-ce que l'alliance? (Partie 2 de 2). Services consultatifs en matière de psychologie I/O. Tiré de <https://ioadvisory.com/what-is-allyship-part-2-of-2/>
- Hiatt, J. (1<sup>er</sup> juin 2021). Le modèle ADKAR de Prosci : Un modèle solide mais simple pour faciliter le changement individuel. Tiré de <https://www.prosci.com/methodology/adkar>
- Kendi, Ibram Xolani. *Comment être un antiraciste*. Random House, 2019.
- Harewood, P. (27 août 2020) Comprendre le racisme envers les Noirs et comment devenir un allié. Tiré de <https://www.csps-efpc.gc.ca/events/rebroadcasts/anti-black-racism-fra.aspx>

# Ressources

- [Série d'événements contre le racisme – EFPC \(efpc-csps.gc.ca\)](http://efpc-csps.gc.ca)
- [Série d'apprentissage contre le racisme – EFPC \(efpc-csps.gc.ca\)](http://efpc-csps.gc.ca)
- [Secrétariat fédéral de lutte contre le racisme – Canada.ca](http://Canada.ca)
- [Forum des conférenciers fédéraux sur la diversité et l'inclusion \(Canada.ca\)](http://Canada.ca)
- [Appel à l'action en faveur de la lutte contre le racisme, de l'équité et de l'inclusion dans la fonction publique fédérale – Conseil privé – Canada.ca – Canada. ca](http://Canada.ca)
- [Formation sur la gestion du changement \(Prosci\) – Prosci.com](http://Prosci.com)