

Une domination invisibilisée : le vécu des femmes québécoises qui subissent du racisme anti-asiatique

Par

Julie Quynh Nhi TRAN

Mémoire soumis à la
Faculté des études supérieures et postdoctorales dans le cadre des exigences
du programme de maîtrise en service social

Sous la direction de Mme Dahlia Namian, Ph.D.

© Julie Quynh Nhi Tran, Ottawa, Canada, 2021

REMERCIEMENT

Je tiens tout d'abord à remercier ma directrice de mémoire, **Dahlia Namian**. Merci d'avoir cru à mon sujet de mémoire et de m'avoir pris sous ton aile. Tu as été attentive tout au long de cette aventure, et surtout réceptive à mes besoins. Ton écoute, ta solidarité et tes encouragements m'ont énormément aidé. Je peux aujourd'hui déposer un projet de mémoire unique et qui permettra de faire des revendications importantes pour ma communauté grâce à toi. Merci d'avoir cru en moi (et tous mes milles projets qui se sont ajoutés en cours de route)!

Je remercie également à **mes participantes** de m'avoir fait confiance et de partager vos témoignages intimes. Je tiens à vous dire que je suis extrêmement fière de vos accomplissements et c'est tout un honneur pour moi d'avoir échangé avec vous. Vos réflexions sont cruciales dans la lutte antiraciste. Ladies, you all rock!

Bien sûr, je dois vous remercier à la gang de la **Coalition Asiatique pour une Relève Émancipatoire (CARÉ)**. Vous m'accompagnez depuis plus d'un an dans le militantisme pour lutter contre le racisme anti-asiatique. Puis, bravo à nous d'avoir obtenu le Prix de la diversité Paul-Gérin-Lajoie!!! Je vous remercie d'avoir été présent.e.s lors de mes moments où j'ai eu besoin de ventiler. Votre écoute m'a permis de surmonter les défis liés à cette pandémie et votre soutien moral pendant mes péripéties m'a permis d'évacuer tout le stress. *Shout out* à vous de créer des espaces sécuritaires en s'entourant avec de la nourriture. J'aimerais remercier spécialement à **Olivia Wu** et **Thien-An Lam** d'avoir pris le temps de corriger mes documents de rédaction pour ce mémoire.

Je tiens à te remercier spécifiquement **André Ho**, tu as été le petit *push* que j'ai eu besoin pour me lancer dans le militantisme pour les communautés asiatiques. Ton soutien moral et émotionnel m'a énormément aidé lorsque j'ai eu des défis personnels. J'en apprendrais à tous les jours avec toi. Saches que j'ai beaucoup d'affection envers toi. Et je suis sûr que nous allons tout.e.s relever des nouveaux défis, car cette année nous allons réussir à avoir du #Cash et du Pouvoir.

Merci à ma super coloc, **Rosalie Katata**, qui m'a écouté pendant ce parcours tumultueux. On a réussi, yassss! Nos longues journées de rédaction ont porté fruit (et nos nombreuses consommations de bubble tea). On peut enfin parler d'autres choses et chialer sur d'autres choses. Nous pouvons enfin devenir des vrais adultes.

Merci à toi **Suzie-Laure Gonat**, de m'avoir accueilli dans l'École de service social et de m'épauler dans diverses démarches administratives. Tu as également été présente lors de mes grands défis personnels et tu as su être une oreille attentive. Comme je l'ai dit : « We all need a Suzie-Laure in our life ».

Je tiens à te remercier aussi **Sonia Ben Soltane**. Merci de m'avoir soutenu dans mon parcours académique dès ma première année à la maîtrise. Tu m'as aidé à développer ma pensée critique et tu m'as toujours encouragé dans mon leadership et dans mon militantisme. Tu es non seulement

une mentor à mes yeux, mais tu es aussi devenue une confidente. Je suis tellement reconnaissante envers toi. Prends bien soin de toi et on se revoit bientôt.

Je tiens à souligner le travail acharné de l'organisme **Hoodstock** où des personnes incroyables militent quotidiennement, et ce, depuis plus de 12 ans contre les inégalités systémiques. Votre travail traverse au-delà des frontières de Montréal-Nord, car votre présence est également omniprésente dans les couloirs des milieux universitaires. Grâce à vos revendications (et celles par d'autres militant.e.s) pour dénoncer les discriminations et inégalités au sein des institutions universitaires, j'ai obtenu une bourse offerte par l'Observatoire des profilages qui m'a permis de terminer mes études. C'est tout un honneur pour moi de travailler parmi vous, camarade! #WeRise

Bien sûr, *shout out* à mon amoureux **D. Jean Pierre** de m'avoir soutenu dans ce parcours difficile malgré nos 1 232 km de distance! Merci de m'avoir écouté, de me réconforter, de me cuisiner des repas pendant mes journées de rédaction (t'inquiètes on le sait que tu n'es pas un *koyo*) et de planifier nos journées de *safe-care* afin que je puisse déposer un mémoire dont j'en suis fier. Je suis chanceuse de t'avoir dans ma vie et j'ai hâte de commencer des nouvelles aventures avec toi.

Enfin, **à mes parents** : Cảm ơn ba mẹ đã tin tưởng vào việc học của con. Con biết ba mẹ sẽ không thể đọc luận án này, nhưng con biết ba mẹ tự hào về thành tích của con.

RÉSUMÉ

Le racisme genré envers les femmes asiatiques est encore peu documenté au Québec. Bien que les Asiatiques constituent la plus grande population minoritaire racialisée au Canada, leur position de sujet en tant qu'entité raciale collective a reçu relativement peu d'analyse empirique jusqu'à ce jour (Coloma, 2013). En fait, les femmes asiatiques sont renvoyées à l'image d'être « doublement soumise » parce qu'elles sont à la fois Asiatiques et femmes, conséquemment leur existence sociale ne constitue pas une menace pour l'ordre social et dominant (Pyke & Johnson, 2003). Elles sont donc dévaluées, invalidées et invisibilisées (Brady et al., 2017; Mayuzumi, 2015). Les recherches existantes révèlent que leur corps est constamment sexualisé, ce qui résulte d'une racialisation, sur le plan sexuel de leur identité (Mukkamala & Suyemoto, 2018; Cho, 1997). À l'aide d'une approche féministe intersectionnelle et postcoloniale, cette étude a comme objectif d'avancer les connaissances sur la question du racisme et de la charge raciale, de ses formes et de ses impacts sur les femmes asiatiques. Le cadre théorique utilisé est le racisme genré d'Essed (1991) qui explique que les femmes racialisées expérimentent simultanément du racisme et du sexisme. Cette forme unique d'oppression se manifeste souvent par des stéréotypes sexistes et racistes attribués aux femmes des communautés ethniques. À l'aide d'entrevues de groupe en ligne, les participantes (N=9) se sont exprimées sur leur réalité vécue, mettant en lumière la racialisation et l'orientalisation par les stéréotypes genrés et sexuels apposés sur elles ainsi que les violences liées à la fétichisation raciale. De même, le *racial gaslight* sur le plan individuel participe à leur oppression. Les femmes asiatiques ont aussi une charge raciale dont elles doivent négocier pour prévenir le racisme anti-asiatique. Néanmoins, nos résultats démontrent qu'elles possèdent une agentivité dans laquelle elles utilisent des mécanismes de résistance lors d'un propos ou d'un comportement raciste et sexiste à leur égard. Cette recherche novatrice contribue de manière significative à l'avancement des connaissances, puisque très peu de données sont disponibles sur la santé mentale de ces femmes. En conclusion, ce mémoire émet des recommandations pour l'amélioration des pratiques professionnelles du travail social, soit dans l'intervention ou dans le militantisme, afin de protéger les femmes asiatiques contre ces violences.

Mots-clés : Racisme anti-asiatique, racisme genré, femmes asiatiques, racialisation, orientalisation, fétichisation raciale, charge raciale, *racial gaslight*, agentivité, Québec

RECONNAISSANCE DU TERRITOIRE

J'aimerais prendre le temps de reconnaître que nous vivons et étudions sur des terres non-cédées ancestrales des peuples autochtones. Étudier à l'université est un privilège, et ce grâce aux ressources du *Turtle Island*. Depuis la dernière année, j'ai eu la chance de bénéficier par le savoir des personnes militantes autochtones à Odawa/Ottawa. Ces personnes m'ont appris comment le domaine du travail social a été construit pour les dominer, soit par la création des pensionnats et le ravage des *Sixties scoops*, puis ce système se maintient encore sous l'aile des DPJ. Aujourd'hui, plusieurs enfants autochtones sont enlevés de leur famille et ils.elles doivent grandir chez les Blancs, c'est-à-dire nous autres. Durant l'été 2021, lors de la rédaction de ce mémoire, notre pays a découvert des dépouilles d'enfants autochtones sur des sites d'ancien pensionnat. En tant que peuple, nous sommes trop calmes face à cela. Nous devons plutôt être révolté et dénoncer toutes les pratiques oppressantes, car #EveryChildMatter. Toutefois, notre système se maintient parce que ce sont ces enfants qui offrent autant de travail pour les futur.e.s travailleurs et travailleuses sociales.

Bien que ce mémoire se vante de dénoncer les discriminations envers les femmes, il importe de souligner sur les enjeux *des femmes et des filles autochtones disparues et assassinées* dans lesquelles nos dirigeants mettent peu de ressources pour contrer cette problématique, mais surtout pour protéger les populations autochtones. Ainsi, en tant que femme asiatique, je reconnais que j'ai accès à des privilèges et c'est pour cela que je prends le temps de citer ses discriminations que les peuples fondateurs vivent jusqu'à aujourd'hui.

Je rends donc hommage à tous les peuples autochtones qui habitent à Odawa/Ottawa, Tiohti:âke/Montréal ou les autres régions, aux gardiens des savoirs traditionnels, jeunes et âgés. Je tiens à honorer votre courage et ceux des dirigeants d'hier, d'aujourd'hui et de demain.

Pour être réellement antiraciste et avoir une véritable réconciliation, il est de notre devoir de mettre en lumière la voix des peuples autochtones ainsi que d'être solidaire de leurs combats. C'est pourquoi vous pouvez compter sur moi lors des prochains ralliements, les marches et les manifestations afin de dénoncer les injustices systémiques.

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|------------|
| REMERCIEMENT | i |
| RÉSUMÉ | iii |
| RECONNAISSANCE DU TERRITOIRE | iv |
| Introduction | 1 |
| Chapitre 1 : La construction du racisme anti-asiatique comme problématique sociale | 3 |
| 1. Du concept de race et au racisme systémique | 3 |
| 1.1 La race comme construction sociale..... | 3 |
| 1.1 Hiérarchisation, reproduction et discriminations | 5 |
| 1.2 La charge raciale | 8 |
| 1.3 Devenir « Asiatique », une conceptualisation identitaire | 10 |
| 1.4 Le racisme anti-asiatique : manifestations historiques et contemporaines | 12 |
| 1.4.1 La représentation sociale du racisme anti-asiatique..... | 15 |
| 1.4.2. Une taxonomie pour les micro-agressions envers les Asiatiques | 16 |
| 1.5 Les stéréotypes envers les communautés asiatiques | 17 |
| 1.5.1 « Retourne dans ton pays » / « D'où viens-tu ? »: l'image de l'étranger perpétuel | 17 |
| 1.5.2 La minorité modèle, un stéréotype ancré chez les communautés asiatiques | 18 |
| 1.6 Être une femme asiatique en Occident | 20 |
| 1.6.1 La fleur de lotus: une représentation pour dominer le corps des femmes asiatiques | 21 |
| 1.6.2 La dame du dragon : les femmes asiatiques prostituées et sournoises | 23 |
| 1.7 L'expérience du sexisme et du racisme chez les femmes asiatiques | 23 |
| 1.8 Les conséquences du racisme sur les femmes asiatiques | 25 |
| 1.8.1 Les conséquences psychologiques..... | 26 |
| 1.9 Question de recherche | 27 |
| Chapitre 2: Le cadre théorique | 29 |
| 2.1 Le cadre théorique du « racisme genré » | 29 |
| 2.1.1 Les études du <i>Black feminism</i> | 29 |
| 2.1.2 L'intersectionnalité comme approche d'analyse..... | 30 |
| 2.1.3 La conceptualisation du <i>racisme genré</i> | 31 |
| 2.2 Le féministe postcolonial | 32 |
| 2.2.1 Le postcolonialisme..... | 32 |
| 2.2.2 La conceptualisation de l'orientalisme..... | 33 |
| 2.2.3 L'orientalisation des femmes asiatiques | 33 |
| 2.2.4 La critique de l'expérience universelle des femmes par le féminisme postcolonial..... | 34 |
| Chapitre 3 : Méthodologie | 38 |
| 3.1 L'épistémologie du positionnement : un <i>Asian women standpoint</i> | 38 |
| 3.2 L'approche qualitative | 39 |

| | |
|---|-----------|
| 3.3 Le <i>focus group</i> comme méthode de collecte des données | 40 |
| 3.3.1 Échantillonnage des participantes..... | 42 |
| 3.3.2 La procédure de recrutement | 44 |
| 3.4 Les considérations éthiques spécifiques..... | 45 |
| 3.5 La technique d'analyse : la thématization | 47 |
| 3.6 Présentations des participantes : diversité de femmes d'origine asiatique | 48 |
| 3.6.1 Positionnement identitaire | 49 |
| 3.6.1.1 Les femmes de « deuxième génération » | 49 |
| 3.6.1.2 Les femmes « mixtes » | 50 |
| 3.6.1.3 Les femmes adoptées de la Chine | 51 |
| 3.6.1.4 Les femmes issues de l'immigration | 52 |
| 3.6.2 Engagement citoyen..... | 53 |
| 3.6.3 Socialiser dans un milieu blanc ; déracinement de leur identité asiatique | 54 |
| 3.7 Les limites de notre étude | 55 |
| <i>Chapitre 4 : Le racisme envers les femmes québécoises d'origine asiatique : les récits de celles qui le subissent.....</i> | <i>57</i> |
| 4.1 Le processus de racialisation des femmes québécoises asiatiques | 57 |
| 4.1.1 L'orientalisation des femmes asiatiques : entre homogénéisation et altérisation..... | 58 |
| 4.1.2 Toutes chinoises : l'homogénéisation des origines | 58 |
| 4.1.3 Toutes se ressembler en devenant interchangeable | 60 |
| 4.1.4 Les yeux « bridés », un attribut des personnes d'origine asiatique | 61 |
| 4.1.5 La résurgence de l'image du péril jaune..... | 63 |
| 4.1.6 L'étranger perpétuel | 64 |
| 4.1.7 « Ching chang chong », la langue asiatique | 66 |
| 4.1.8 Manger du chien, une croyance qui se maintient..... | 67 |
| 4.2 Entre la minorité modèle et l'infantilisation..... | 68 |
| 4.2.1 Les critères d'excellence : être bonne en mathématique | 70 |
| 4.2.2 Des nounous et des bonnes | 71 |
| 4.3 La fétichisation raciale : une exotisation sexuelle des femmes asiatiques..... | 72 |
| 4.3.1 Minces et dociles | 73 |
| 4.3.2 Soit la poupée sexuelle, soit la prostituée | 74 |
| 4.4 Profilage et discriminations raciales..... | 76 |
| 4.4.1 Le <i>racial gaslight</i> , une expérience de discrimination doublée | 77 |
| 4.4.1.1 Une minimisation par le déni et camouflée sous la blague | 77 |
| 4.4.1.2 Le contrôle du narratif en se faisant imposer des idées..... | 79 |
| 4.4.1.3 La perception d'avoir une défense non-légitime | 81 |
| 4.4.1.4 Une question d'intention? Les arguments pour se déresponsabiliser | 82 |
| <i>Chapitre 5: La charge raciale et les mécanismes de résistance chez les femmes québécoises d'origine asiatique</i> | <i>84</i> |
| 5.1 Intériorisation du racisme anti-asiatique | 84 |
| 5.1.1 La honte d'être Asiatique..... | 84 |
| 5.1.2 Un manque d'amour-propre..... | 85 |
| 5.1.3 Se détacher de la culture et de l'identité asiatique..... | 87 |
| 5.1.4 Perpétuer le racisme anti-asiatique en tant que personne d'origine asiatique | 89 |
| 5.2 Une auto-validation questionnée | 89 |

| | |
|---|-------------|
| 5.3 La charge raciale chez les femmes d'origine asiatique | 91 |
| 5.3.1 Charge émotionnelle : une conscientisation du poids mental | 91 |
| 5.3.1.1 Une appréhension constante des actes racistes..... | 92 |
| 5.3.1.2 Être en alerte constante pour auto-prévenir | 94 |
| 5.3.1.3 Se comporter pour diminuer les représailles..... | 95 |
| 5.3.2 La charge émotionnelle : maintenir le confort de la classe dominante | 98 |
| 5.3.2.1 La responsabilisation et une double victimisation des femmes asiatiques | 99 |
| 5.3.2.2 Éduquer, reconforter et protéger : un travail supplémentaire pour les femmes asiatiques..... | 100 |
| 5.4 Les mécanismes de résistance : déconstruire l'image de la victime du racisme | 102 |
| 5.4.1 Les mécanismes de résistance envers le racisme anti-asiatique | 102 |
| 5.4.1.1 Une meilleure affirmation de soi, en se valorisant soi-même | 103 |
| 5.4.1.2 Contre-argumenter pour éduquer..... | 104 |
| 5.4.2 La reprise d'une voix confisquée | 105 |
| 5.4.2.1 Le refus d'adhérer aux perceptions racistes..... | 106 |
| 5.4.2.2 La déconstruction des stéréotypes raciaux envers les femmes asiatiques | 107 |
| 5.4.3 Le processus de guérison des femmes asiatiques..... | 108 |
| 5.4.3.1 La nécessité d'une réappropriation identitaire | 109 |
| 5.4.3.2 Être entourée de femmes asiatiques dans un espace non-mixte..... | 110 |
| 5.4.4 Le militantisme de la lutte contre le racisme anti-asiatique : la fin d'une omerta | 112 |
| 5.4.4.1 S'unir ensemble comme action citoyenne | 113 |
| 5.4.4.2 Des personnes alliées performatives ou réelles? | 113 |
| Chapitre 6 : Présentation des données | 117 |
| 6.1 Le processus d'altérisation : la racialisation et l'orientalisation des femmes québécoises d'origine asiatique..... | 118 |
| 6.1.1 L'utilisation des stéréotypes afin de dominer..... | 121 |
| 6.2 L'orientalisation des femmes d'origine asiatique : être un objet sexuel fétichisé..... | 125 |
| 6.3 Des actes discriminatoires basés sur le « racial gaslight » | 129 |
| 6.4 La charge raciale : le coût mental du racisme des femmes asiatiques | 131 |
| 6.5 Au-delà du statut de victime : les mécanismes de résistance et les stratégies adaptatives des femmes asiatiques face au racisme généré | 135 |
| En conclusion : quelques pistes de réflexion pour le travail social..... | 139 |
| Des pistes d'intervention en travail social | 140 |
| Annexe B : Le certificat d'éthique | vi |
| Annexe C : Les affiches de recrutement | vii |
| Annexe D : La lettre d'invitation | ix |
| Annexe E : Le formulaire de consentement..... | x |
| Annexe F : Le questionnaire sociodémographique | xiv |
| Annexe G : Grille d'analyse thématique | xvi |
| Bibliographie | xvii |

Introduction

Le 11 mars 2020, le coronavirus, appelé également la COVID-19, a été déclaré comme étant une pandémie par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) (Hussein, 2020). Cette pandémie, largement couverte médiatiquement, a engendré une grande détresse psychologique au sein de la population. Au Québec, on observe, dans la foulée, une résurgence du racisme envers les communautés asiatiques. Un homme coréen a été poignardé (Fortier, 2020), plusieurs pagodes bouddhistes ont été vandalisées (Elkouri, 2020; Girard, 2020), des attaques verbales en public ou ont été multipliées sur les réseaux sociaux (Bernier, 2020; Fortier, 2020) et plusieurs personnes témoignent avoir vécu des micro-agressions non-verbales, dont des regards méprisants et de dégoûts (Elkouri, 2020; Lau, 2020). Un homme coréen a aussi été aspergé de poivre de Cayenne (Thomas, 2021) et une femme d'origine chinoise a été agressée dans le métro (Ferah, 2021; Wong & Ng, 2021). Cette montée du racisme anti-asiatique est liée à la stigmatisation engendrée par les craintes entourant la COVID-19, aussi surnommée le « virus chinois » ou le « virus étranger » étant donné qu'il est originaire de la ville de Wuhan en Chine (Vachuska, 2020). Plusieurs municipalités québécoises et associations canadiennes ont fait des déclarations afin de dénoncer le racisme anti-asiatique et condamne la hausse des incidents impliquant des préjugés raciaux, des crimes haineux et des attaques racistes visant les personnes d'origine asiatique.

Le 16 mars 2021, des fusillades ont eu lieu dans trois différents salons de massage de la région métropolitaine d'Atlanta, aux États-Unis. Au total, six femmes d'origine asiatique ont été assassinées. Le tueur, un homme blanc, se défend en disant que le motif de ces meurtres n'est pas un enjeu racial, mais sexuel. Dans les médias, cette tuerie n'a pas été qualifiée de crime haineux. Certains l'ont même réduit à sa plus simple expression; en expliquant que le tueur « a eu une mauvaise journée » (Julien, 2021). En réaction à ces événements qui ont provoqué de la crainte et de l'indignation chez les femmes et familles asiatiques, des ralliements, des marches et des manifestations ont eu lieu à travers l'Amérique du Nord, notamment à Montréal pour dénoncer le racisme anti-asiatique (Moore, 2021; Pham, 2021; Rowe, 2021). Plusieurs militantes, dont moi-même, dénonçons que la tuerie n'est pas un hasard et que derrière le motif principal, évoqué comme étant « causé par des addictions sexuelles » se cachent tout un discours discriminatoire et oppressant envers la vie des femmes d'origine asiatique (Titterton, 2021). Ce crime haineux à

l'endroit des communautés asiatiques est en fait enraciné dans une histoire de misogynie et de stéréotypes entourant le contrôle et la régulation du corps des femmes d'origine asiatique.

Cette recherche est donc dédiée à mieux comprendre l'intersection du genre et de la race, notamment la manière dont ils s'interrelient, créant ainsi des oppressions uniques chez les femmes asiatiques telles que la fétichisation raciale; un mot que les médias ont tout récemment discuté, mais encore peu documenté par la littérature scientifique. Les stéréotypes raciaux et la fétichisation raciale du corps des femmes asiatiques sont souvent masqués par des discours et des commentaires positifs à leurs égards (Park, 2020). Alors que le racisme anti-asiatique s'inscrit dans une longue histoire coloniale, il resurgit aujourd'hui de plus belle, depuis la pandémie de la COVID-19, en s'attaquant davantage aux femmes. S'il n'est pas nouveau, la pandémie sert surtout de révélateur à un ensemble de micro-agressions raciales vécues au quotidien par les femmes asiatiques. Cette recherche a comme objectif de mettre la voix des femmes asiatiques, en montrant comment les processus d'altérisation et d'orientalisation participent aux mécanismes du racisme systémique qui perpétuent des inégalités sociales.

Dans le premier chapitre du présent mémoire, nous nous proposons de présenter une recension des écrits scientifiques sur l'expérience du racisme chez les femmes asiatiques. Dans cette revue de la littérature, l'ensemble des concepts du sujet est présenté afin de mieux mettre au jour les enjeux entourant la réalité de ces femmes. Dans ce même chapitre, nous tentons de problématiser le racisme anti-asiatique en vue de démontrer la charge que l'identité raciale peut imposer dans la vie quotidienne des personnes, soit précisément la « charge raciale ». Dans le deuxième chapitre, il sera question de présenter les cadres théoriques de cette recherche : le féministe intersectionnel et postcolonial. Le troisième chapitre est dédié à la présentation de la méthodologie qualitative employée pour réaliser la collecte et l'analyse des données afin de répondre à la question de recherche. Puis, les deux derniers chapitres portent essentiellement sur l'analyse des données empiriques recueillies dans l'entrevue de groupe à l'aide des cadres théoriques choisis. Des recommandations pour l'amélioration des pratiques en travail social sont abordées en conclusion.

Chapitre 1 : La construction du racisme anti-asiatique comme problématique sociale

Dans ce premier chapitre, nous nous proposons de présenter un état de connaissances sur les divers concepts entourant le racisme anti-asiatique, tout en explorant les diverses manifestations de celui-ci et les conséquences sur la santé mentale des personnes d'origine asiatique, spécifiquement les femmes. Cette présentation permettra de situer les connaissances sur cette problématique vécue par le groupe. En raison de certaines similitudes entre les phénomènes de racisme des personnes d'origine asiatique canadienne et américaine, quelques études nord-américaines seront considérées pour la revue de littérature. Certes, ces limites seront prises en considération afin d'éviter une fausse représentation des violences subies par cette population.

1. Du concept de race et au racisme systémique

1.1 La race comme construction sociale

Historiquement entre le 16^e et le 18^e siècle, la race était un terme pour catégoriser de manière générale et elle était utilisée de manière interchangeable avec d'autres termes comme le type, le genre, l'espèce et la sorte (Smedley & Smedley, 2005). C'est vers la fin du 17^e siècle que la race est apparue comme un terme désignant les populations en Amérique du Nord et celle-ci s'est consolidée comme une référence pour catégoriser socialement les « Indien.ne.s » (Peuples autochtones), les Noir.es, les Asiatiques et les Blanc.he.s (Smedley & Smedley, 2005). L'origine de l'idée de la « race » a été conceptualisée scientifiquement à partir du 19^e siècle en subdivisant l'espèce humaine sur la base du phénotype, de l'origine géographique ou dans les gènes, en les quantifiant avec des tests mesurant les crânes de tête, et plus tard, d'autres parties du corps humain dans le but de démontrer avec des documentations de « la supériorité » des personnes blanches ce qui créa ainsi des inégalités sociales (Smedley & Smedley, 2005; Thuram, 2020). Cette conception culturelle de la race a donc été inventée pour différencier les groupes humains et celle-ci est devenue un mécanisme important pour limiter et restreindre l'accès aux privilèges, au pouvoir et à la richesse économique, tout en justifiant l'esclavage humain des peuples noirs, autochtones et asiatiques (Pierre, 2016; Smedley & Smedley, 2005).

Actuellement dans les études en sciences humaines, le concept de la race reconnaît que celle-ci n'existe pas sur le plan biologique. Toutefois, il a été construit dans le but d'objectiver les identités. La race n'a donc pas de signification en soi vu que c'est une construction sociale qui indique

comment les idées, les groupes de personnes et les phénomènes sociaux sont conçus par la société elle-même (Chou & Taylor, 2019). Ce concept est conséquemment un « signifiant flottant » vu qu'il est un « véhicule vide » qui se fait investir par une signification selon les époques et les contextes sociaux, politiques et culturels (Hall, 2017). Le concept de « race » affirme donc l'existence de différences essentielles entre les groupes humains; une forme d'appartenance fondée sur des critères homogènes tels que les liens de sang, la culture commune, les espaces géographiques délimités, etc. En revanche, il faut comprendre que, fondamentalement, la race n'existe pas, mais elle existe dans un contexte sociopolitique où elle réfère à la présence de stigmatisations, de discriminations et d'inégalités sociales à l'égard des communautés racisées (Garneau, 2019). Le discours de la race renvoie également les personnes à un statut d'étranger, de minorité, « d'autre » (*being an outsider*), ce qui implique qu'elles seraient différentes de la norme, c'est-à-dire celle d'être une personne blanche (Collins, 2016). Le concept de race dépend donc fondamentalement de l'existence de l'hégémonie sociale où celui-ci demeure un prédicateur important pour l'activation des discriminations systémiques et l'accès inégal aux ressources découlant de politiques, d'institutions et de pratiques organisationnelles, souvent perçues comme étant neutres (Chou & Taylor, 2019; Smedley & Smedley, 2005). De plus, il doit être compris comme une tension réflexive et dynamique des interactions entre les niveaux individuels (micro) et structurels (macro) qui façonnent les représentations sociales des groupes marginalisés (Bilge & Fortier, 2017; Vo, 2019).

Le concept de la racialisation, également appelé la racisation, est un processus politique, social et mental d'altérisation, c'est-à-dire la construction des personnes non blanches comme des autres différents et minoritaires (Bilge & Fortier, 2017; Garneau, 2019; Pierre, 2021). La racialisation est un processus qui s'inscrit dans des rapports de pouvoir (Pierre, 2021). Cette terminologie a été développée par Colette Guillaumin (1972) afin d'expliquer qu'une personne est racisée/racialisée par un processus socialement construit qui définit « l'Autre » selon l'appartenance réelle ou supposée à un ou des groupes visés. Le processus de racisation est basé sur l'essentialisation des personnes, en les réduisant notamment à la religion (musulman.e ou Juif.ve), la couleur de peau (Noir.e), la langue (Arabe) ou le continent (Asiatique) (Pierre, 2016). Si l'usage de la catégorie de « femme racisée » a été critiqué, car il risque d'uniformiser l'expérience vécue des personnes marginalisées par la racisation, la mobilisation de cette catégorie permet toutefois de mettre en lumière les injustices que subissent ces femmes (Hamrouni, 2016). L'usage du terme racisé en

Occident n'est donc pas « pour définir tout individu ou un groupe impliqué dans un rapport social de la race, mais bien [les personnes] qui se retrouvent du “défavorisé” du rapport social de race » (Pagé, 2016, p.136). Somme toute, la race n'est ni biologique ni objective, mais bien politique (Pierre, 2021).

1.1 Hiérarchisation, reproduction et discriminations

Le racisme peut être basé sur la couleur de la peau, l'ethnie, la langue, la culture et la religion d'une personne. Plusieurs études sociologiques ont démontré qu'à la base du racisme, il existe un processus de hiérarchisation raciale entre les individus, encore existant actuellement dans nos sociétés en Amérique du Nord. Par ce processus, l'identité, la position sociale et la valeur même des personnes sont classées et hiérarchisées comme étant supérieures ou inférieures (Grosfoguel, 2016) en fonction de leur « race », affectant tant la perception qu'elles ont d'elles-mêmes que celles que des autres. Bien qu'encore présent, la hiérarchisation raciale prend forme dès la période de colonisation et d'esclavage dans le monde et elle a été utilisée pour différencier les personnes sur le plan biologique en utilisant la couleur de la peau ou encore des traits physiques comme justification de l'oppression des personnes racisées (Wilder 2010; Bonilla-Silva, 1997). Le système maintient et reproduit aujourd'hui des structures qui activent des oppressions raciales et promeuvent la suprématie blanche¹ (McGrath et al., 2016) : les personnes blanches sont donc au sommet de cette pyramide et les personnes racialisées sont placées sur un continuum dans lequel leur couleur de peau influencera les traitements subis (Wilder, 2010). Le processus de hiérarchisation raciale est un « processus sociohistorique par lequel les identités raciales sont créées, vécues, transformées et détruites » (Omi & Winant, 2014, p. 119) qui a une incidence sur nos perceptions sociopolitiques (Davis & Ernst, 2019). Les personnes classées comme supérieures sont reconnues socialement dans leur subjectivité, leur identité ainsi que dans leur spiritualité, et bénéficient davantage des droits et des ressources matérielles (Grosfoguel, 2016). Le racisme est enraciné dans une idéologie de la supériorité culturelle (Bharat, 2006). Ainsi, il y a une valorisation généralisée basée sur des différences biologiques réelles ou imaginaires afin de

¹ Notre travail utilisera le concept de la suprématie blanche d'Ellinger et Martinas (1994) qui définit comme étant un système historiquement et institutionnellement basé sur l'exploitation et l'oppression des personnes racialisées par les peuples blancs et les nations provenant de l'Europe, dans le but d'établir, maintenir et défendre un système de richesse, de pouvoir et de privilège pour les personnes blanches (Davis & Ernst, 2019). L'État met en place des politiques sociales privilégiant la *blanchité* : on parle ici de la privation à l'égalité économique dans le but de maintenir des relations de domination et de subordination raciale (Moore, 2005; Owusu-Bempah, 2017; Maynard, 2018). Au sein de la société, les hommes blancs se définissent comme sujets véritables et classent ainsi les personnes racialisées « en dessous » de leur position (Collins, 1986). Le concept d'être blanc est une construction socio-politique susceptible d'évoluer dans le temps (Maynard, 2018).

dévaloriser et déshumaniser la personne perçue subalterne, ce qui justifie les agressions ou les privilèges accordés (Bharat, 2006). À cet égard, des études aux États-Unis ont fait valoir que les personnes d'origine asiatique ont été historiquement perçues comme des « étrangères » et des « exotiques » comparés aux personnes blanches, mais « supérieures » par rapport aux personnes afro-descendantes (Kawai, 2005). Par conséquent, tout au long de l'histoire des États-Unis, les personnes d'origine asiatique sont moins avantagées que les personnes blanches et plus avantagées que les personnes noires dans l'ordre racial établi par les dominants (Kim, 2000 dans Kawai, 2005).

Le concept du racisme systémique demeure un débat politique important au Québec², sous prétexte qu'il n'y a aucune définition unanime³. D'abord, Dhume (2016) explique que la notion de « discrimination systémique » dérive de celle de racisme institutionnel dans lequel « le système » remplace « la structure », tandis que l'approche « systémique » invite à réfléchir sur les articulations, les coordinations ou les réseaux d'actions et d'acteurs impliqués dans la production de discrimination (p. 34). La notion de *racisme institutionnel* a été forgée par des militant.es des droits civiques aux États-Unis afin de critiquer et dénoncer les mécanismes institutionnalisés et structurels qui reproduisent des inégalités sociales et raciales (Dhume, 2016). Cependant, le rôle de l'institution demeure imprécis : la question se pose si c'est un racisme *dans* l'institution ou *par* l'institution (Dhume, 2016). Puis, lorsque le racisme est fortement ancré au cœur de nos institutions, il est difficile de condamner des acteurs.trices précis.e.s, et donc, cela peut les déresponsabiliser de leurs actions (Garneau, 2019). De plus, en utilisant l'adjectif *institutionnel*, cela laisse croire qu'il existe des formes non institutionnelles, donc un racisme différent (Dhume, 2016). Ainsi, l'usage du terme *racisme systémique* prend en compte que l'actualisation du racisme est simultanément institutionnelle *et* individuelle. Les traitements différenciés liés au racisme se produisent à une multitude d'échelles : au niveau des interactions individuelles, des règles, lois et procédures institutionnelles, des idéologies, des discours, etc.), et ce, de manière successive, additionnelle et interactive (Dhume, 2016). Les élites occidentales reproduisent, au sein des institutions, des pratiques racistes, c'est-à-dire des pratiques qui défavorisent des groupes ethniques et raciaux considérés inférieurs à eux en raison de marqueurs et de stigmates raciaux

² Actuellement dans la rédaction de ce mémoire, le gouvernement québécois dirigé par la Coalition Avenir Québec (CAQ) nie le concept de racisme systémique. Le reste du Canada dont le premier ministre, Justin Trudeau, a reconnu et dénoncé le racisme systémique, notamment au sein de la Gendarmerie royale du Canada, lors de sa conférence de presse le 2 juin 2020.

³ Voir le rapport du Groupe d'action contre le racisme (2020, décembre), sous la coprésidence de deux ministres : M. Lionel Carmant et Mme Nadine Girault.

(Grosfoguel, 2016; Goffman, 1975), en diminuant ou en leur retirant les privilèges de reconnaissance et d'accès aux droits qui sont supposés universels. Le fait que ces pratiques se jouent à plusieurs niveaux de la société (micro, méso et macro), il est important de mettre l'accent sur le fait que les actions discriminantes peuvent être volontaires ainsi qu'inconscientes et non souhaitées (Garneau, 2019, p. 92). Ces pratiques institutionnelles discriminatoires sont présentes notamment dans les services de protection de l'enfance (ex : profilage social des femmes noires et autochtones⁴), le système pénal (ex : surincarcération des populations autochtones et noires⁵), la police (ex : profilage racial⁶), les écoles (ex : inégalité des services offerts dans les quartiers périphériques de la métropole⁷), les hôpitaux (ex : biais racistes envers les personnes non blanches⁸) ainsi que plusieurs autres institutions et politiques mis en place, activant des inégalités sociales.

Contrairement au racisme systémique qui demeure nébuleux pour certain.e.s, le racisme basé sur le crime haineux, aussi appelé le racisme « traditionnel » (Sue et al., 2007b), est facilement reconnu et condamné par des mesures législatives officialisées en 1996 (Chan & Chunn, 2014). Au Canada, les crimes haineux sont désignés par un large éventail de comportement : allant des crimes commis par des groupes ou un individu (souvent un étranger) motivés par la haine, soit contre les biens ou des personnes de manière violente, aux pratiques de génocide parrainées par l'État (Janhevich, 2001 dans Chan & Chunn, 2014). Ainsi, les victimes sont ciblées en fonction d'une caractéristique reconnue de leur identité sociale telle que « la race », et celles-ci sont facilement remplaçables par un autre membre du même groupe « puisque leur victimisation est basée sur la détention d'une caractéristique particulière qui est partagée dans le groupe » (Al-Hakim, 2012, p. 344 dans Chan & Chunn, 2014).

D'emblée, il est important de comprendre que le racisme à la base est un comportement oppressif et qui active les inégalités raciales existant à l'échelle macrosociologique (Garneau, 2019), ce qui affecte la vie des personnes racisées. Pour Hage (2000), c'est une façon de « gouverner » les personnes. Bessone et Sabbagh (2015) expliquent que le racisme devient systémique lorsque les

⁴ Voir Tawhirwa, R.-P. (2019, 16 mars). *Profilage racial et social : et si la solution ne provenait pas de la collecte de données?* Institut de recherche et d'informations socioéconomiques (IRIS). <https://iris-recherche.qc.ca/blogue/profilage-racial-et-social-et-si-la-solution-ne-provenait-pas-de-la-collecte-de-donnees>

⁵ Eid, P., Turenne, M., & Magloire, J. (2010). *Document de consultation sur le profilage racial*. Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. https://www.cdpdj.qc.ca/storage/app/media/publications/Profilage_rapport_FR.pdf

⁶ *Ibid.*

⁷ Réseau réussite Montréal. (2019). *Défavorisation*. <https://www.reseautreussitemontreal.ca/defavorisation/>

⁸ Justice pour Joyce. (2020). *Principe de Joyce*. https://principedejoyce.com/sn_uploads/principe/Principe_de_Joyce_FR.pdf

gens ont des représentations culturelles (préjugés) d'un groupe ethnique/racial et les positionnent comme inférieurs dans la hiérarchie sociale, ce qui par conséquent renvoie à des inégalités et des oppressions dans les pouvoirs publics, les normes et les distributions des biens et des rôles sociaux. Pour Bharat (2006), les discriminations sont des comportements qui émettent un traitement différentiel des personnes en fonction de leur appartenance à un groupe ethnique. D'ailleurs selon le même auteur, la discrimination qui est fondée sur un stigmatisme permet de maintenir la structure sociale et les rapports sociaux vu que celle-ci est fondée sur des préjugés qui sont ancrés dans des mentalités individuelles.

1.2 La charge raciale

Maboula Soumahoro, une afropéenne et afroféministe, dans son livre *Le Triangle et l'Hexagone* (2020), a forgé le concept de la charge raciale en expliquant que c'est un processus mental d'hypervigilance dans lequel les personnes racisées préparent les étapes avant la confrontation raciste. Ce concept découle des travaux des féministes matérialistes (Soumahoro, 2020) de la sociologue Monique Haicault, qui ont conceptualisé et théorisé la charge mentale (Gagnon, 2019). Dans ce modèle de la charge mentale, il incombe aux femmes d'être mobilisées autant physiquement que mentalement concernant tout ce qui a trait au fonctionnement d'un foyer et de leur couple, en plus des tâches domestiques. Le terme « charge » renvoie donc au sens de « poids » (Gagnon, 2019). En effet, l'auteur explique que les femmes sont « surfatiguées » et « émotionnellement épuisées » par ce souci qui ne les quitte jamais et la raison pour laquelle la charge mentale est épuisante, c'est en raison de son caractère émotif.

Les traces de ce concept peuvent se retrouver également dans les écrits de W.E.B Dubois au 19^e siècle. Développé principalement dans *Souls of Black Folk* (1903), l'auteur théorise *la Double Conscience* pour décrire la subjectivité racialisée dans les systèmes sociaux racialisés, autrement dit le conflit mental (Moore, 2005), sans les pathologiser et offrir des explications culturelles essentialistes (Itzigsohn & Brown, 2015). La double conscience décrivait la position occupée par les hommes noirs aux États-Unis, offrant ainsi une sensation particulière – ce sentiment de toujours regarder son *moi* à travers les yeux des autres, de mesurer son âme par la bande d'un monde qui regarde dans le mépris amusé et la pitié (Falcón, 2008; Moore, 2005). Il explique que les personnes racialisées ressentent toujours cette dualité, d'avoir deux âmes, deux pensées et deux luttes non conciliées (Dubois, 1903, cité dans Falcón, 2008); d'être constamment racialisées de façon déshumanisante due aux héritages coloniaux. Ainsi, la double conscience a permis de

conceptualiser l'expérience des Afro-Américains lors de leurs rencontres racistes avec les Blancs ainsi que leur résilience face au racisme institutionnalisé (Falcón, 2008), notamment la ségrégation par l'imposition des lois Jim Crow des années 1880 (Maynard, 2018). Essentiellement, la double conscience est perçue d'abord comme une technique de survie, mais elle peut être aussi considérée comme inadaptée parce qu'elle peut générer des conflits mentaux chez les personnes opprimées (Moore, 2005).

Un autre concept similaire serait le stress minoritaire de Meyer (1995), qui postule qu'en plus des facteurs de stress généraux auxquels tout le monde est exposé, les personnes appartenant à la communauté de minorité sexuelle sont soumises à des facteurs de stress provenant des préjugés hétérosexistes de la société (Velez et al., 2017). Ainsi, ils vivent constamment un stress psychologique, une détresse engendrée par leur appartenance à un groupe minoritaire (Meyer, 1995). Puis, la prémisse de base de ce concept par l'auteur est que ces personnes sont enclines à être exposées à un stress chronique. Un tel stress peut mener à un état de santé mentale défavorable et appauvri. D'ailleurs, le modèle de la réaction sociale expliquerait le stress des minorités, qui a trois caractéristiques principales (Meyer, 1995; Velez et al., 2017). Tout d'abord, ce stress s'ajoute aux facteurs de stress de la vie quotidienne. Étant donné que les gens font l'objet de discrimination, ils doivent constamment déployer davantage d'efforts d'adaptation. Ensuite, ce type de stress est chronique, car il est lié à des structures sociales et culturelles stables où l'hétérosexualité se pose comme la norme. Finalement, il est socialement ancré (au sein des institutions et des processus sociaux), ce qui veut dire hors du contrôle de l'individu.

En étant conscient qu'il y a un inconfort de la part des personnes du groupe dominant, les personnes racisées ont absorbé et accepté de devoir gérer leur vie quotidienne d'une certaine manière afin d'éviter de vivre des problèmes provenant des micro-agressions, voire du racisme. Soumahoro (2020) ajoute même que c'est une entrave à la liberté, car les personnes racisées n'ont pas le droit à la légèreté : c'est une tâche épuisante d'expliquer, de traduire, de rendre intelligibles les situations violentes, discriminantes ou racistes. Les personnes racisées doivent être en alerte, sur le qui-vive, donc constamment en train de penser à ce qui va se passer, ce qui arrive. Il est donc à comprendre que la charge raciale est un poids qui pèse constamment sur la conscience et elle détermine les actions de la personne. Cette charge raciale permet de mettre en lumière le processus par lequel les personnes racialisées doivent rassurer le groupe dominant; tout comme il existe une charge mentale pour désigner les normes patriarcales (Gagnon, 2019). Il y a donc cette pression

de « ne pas faire de vagues » afin d'éviter de subir des micro-agressions ou encore d'être renvoyé à des stéréotypes raciaux négatifs (Soumahoro, 2020).

Le concept de la charge raciale (Soumahoro, 2020) a été utilisé pour expliquer le vécu du racisme subit par les personnes afro-descendantes, mais celle-ci est autant présente parmi les autres communautés racisées malgré qu'elle ne soit pas explicitement nommée (Brady et al., 2017; Buchanan et al., 2018; Le et al., 2020; Sue et al., 2007a). Pourtant, le concept de la charge raciale permet d'expliquer le poids mental que l'ensemble des personnes racisées vivent quotidiennement.

1.3 Devenir « Asiatique », une conceptualisation identitaire

L'Asie est un continent qui couvre une vaste zone géographique, allant au Nord et au Nord-Est (Mongolie, une partie de la Russie, Corée, Japon, Chine et Taïwan), au Sud et Sud-est (Philippine, Malaisie, Thaïlande, Indonésie, Vietnam, Cambodge, Laos, Singapour, et Birmanie) ainsi que le sous-continent indien et les pays environnants (Sri Lanka, Bangladesh, Népal, Tibet, Pakistan et Afghanistan), dans laquelle les pays ont plusieurs langues, traditions, pratiques religieuses et des histoires nationales (Arisaka, 2000; Padgett et al., 2020). Au Canada, l'arrivée des immigrant.e.s de la région de l'Asie-Pacifique représentait environ la moitié du nombre total d'immigrant.e.s lors de la vague d'immigration 2007 à 2011 (Coloma, 2013). En effet, selon Statistique Canada (2013) lors de cette période, l'Asie était la principale source d'immigrants au Canada au cours des cinq dernières années. En Amérique du Nord, plus de 21 groupes ethnies provenant de l'Asie se sont réinstallés en Occident, dont les 10 groupes ethniques les plus importants sont les Chinois.es, les Indien.nes de l'Asie, les Philippins.iennes, les Vietnamiens.nes, les Coréens.nes, les Japonais.es, les Pakistanais.es, les Cambodgiens.es, les Hmong et les Thaïlandais.es (Dinh et al., 2018). La diaspora asiatique comprend donc différents groupes ethniques provenant de diverses traversées de l'Asie. Puis, les personnes immigrantes asiatiques qui se sont réinstallées au Canada apportent toutes un bagage culturel diversifié ainsi qu'une richesse de normes, de valeurs et de pratique culturelle (Stroink & Lalonde, 2009).

Toutefois, il existe une racialisation inéluctable des « Asiatiques » dans l'imaginaire de la culture dominante qui implique une homogénéisation des communautés asiatiques basée sur le phénotypique de la race (Ang, 2001). Celles-ci sont catégorisées comme des personnes « non-

blanches » (Arisaka, 2000). Désignées comme appartenant à la « race jaune⁹ », les personnes d'origine asiatique sont considérées comme un groupe supérieur aux communautés afro-descendantes, mais elles sont ostracisées comme étrangères lorsqu'elles sont comparées aux personnes blanches (Kawai, 2005). D'ailleurs, lorsque nous étudions les communautés asiatiques, il est important de prendre en compte que les expressions « Oriental » et « Asiatique » ne peuvent pas être séparées, voire distinguées (Mayuzumi, 2015). En effet, Edward Saïd a écrit un ouvrage en 1978 intitulé *L'orientalisme* afin de dénoncer ce discours sur l'Autre. Il décrit que l'Occident est perçu comme étant plus développé, puissant, articulé et supérieur tandis que l'Orient est considéré comme étant sous-développé, faible, mystérieux et inférieur. Ce discours de l'Autre consiste à exotiser l'Orient. Les pays colonisés maintenant perçus comme provenant de l'Orient doivent conséquemment, selon cette vision, être conquis et civilisés (Shabanirad & Marandi, 2005). Les discours sur la race jaune ne distinguaient pas les différents groupes ethniques asiatiques. Les personnes d'origine asiatiques sont catégorisées comme étant des « Orientaux », des étrangers inassimilables qui finiraient par envahir l'Occident et causer des ravages moraux et économiques; alarmant ainsi la population blanche en la poussant à être méfiante envers la « race jaune » (Kawai, 2005). Conséquemment, être « Asiatique » renvoie à une identité de « non-occidental », ce qui est loin d'être une désignation neutre (Arisaka, 2000).

Actuellement, les recherches canadiennes ont tendance à désigner la majorité des communautés « asiatiques » comme appartenant à l'Asie de l'Est. Seule une distinction est établie avec les communautés Sud-Asiatiques (Coloma, 2013; Tiwari & Wang, 2008). Cette catégorisation « asiatique » englobante est problématique, car les communautés sont classées en termes d'apparence raciale et elles sont regroupées ensemble dû à la similitude aperçue (Arisaka, 2000). Cette catégorie englobante, voire panethnique, ne tient pas en compte des hybridités et des différentes réalités chez les communautés asiatiques. Plutôt, celle-ci a tendance à homogénéiser les expériences des personnes d'origine asiatique, et cela a des impacts sur les politiques canadiennes qui ne tiennent peu en compte les différences des groupes ethniques asiatiques (Coloma, 2013; Ho, 2014). Cette forme d'homogénéisation tend à nier le fait que les communautés

⁹ Voir Peng-Seng, S. (2014). *Le panasiatisme en Asie : Une construction de l'identité asiatique et japonaise, 1900-1924* [Mémoire, Université de Montréal]. https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/12489/Peng-Seng_Steven_2014_memoire.pdf?sequence=4&isAllowed=y

asiatiques ne sont pas politiquement unifiées. La plupart des personnes asiatiques ont tendance à s'identifier à leurs identités nationales ou à leurs groupes ethniques (Arisaka, 2000).

Dans ce projet de recherche, nous employons le terme « asiatique » en reconnaissant qu'il est socialement construit, et qu'il n'est pas fondé sur la biologie ou la géographie telle que le lieu de naissance. Cela ne réfère donc pas à des identités et à des réalités essentialistes et homogènes. Les personnes d'origine asiatique partagent certaines spécificités historiques ou culturelles, mais il demeure important de reconnaître que leurs expériences divergent de celles des autres en fonction des différents marqueurs sociaux tels que la classe sociale, la sexualité, la langue, etc. (Mayuzumi, 2015). L'utilisation du terme « asiatique » s'inscrit plutôt dans une posture politique pour lutter contre le racisme (Arisaka, 2000). Si le terme « asiatique » peut donc sembler être apolitique a priori, il ne l'est pas (Mayuzumi, 2015). Bien que les communautés asiatiques ne doivent pas être homogénéisées, la catégorie « asiatique » implique des connotations fondées sur des images construites socialement et les reconnaître permet de mieux prendre en compte les dynamiques de pouvoir qui ont un impact sur les populations asiatiques en Occident. Il est donc important de reconnaître que ce terme désigne le regroupement hétérogène, dynamique et construit sur le plan sociopolitique des peuples et des cultures qui dérivent de diverses régions de l'Asie (Coloma, 2013). Chaque région a son histoire locale ainsi que des héritages découlant de l'impérialisme, du colonialisme, des guerres et des conflits sur les souverainetés, les nationalismes et les territorialités (Coloma, 2013). D'ailleurs, l'utilisation du terme « asiatique » comme identité raciale ou ethnique de recherche dans le contexte canadien s'éloigne de l'accent mis sur l'Asie de l'Est. Tel que mentionné, les communautés asiatiques sont davantage hétérogènes, puis leur parcours migratoire est différent de l'un l'autre. En effet, nombreux Canadiens de l'Asie du Sud-Est de premières générations se sont échappés de la guerre froide et de la guerre chaude (p. ex., la guerre du Vietnam, la guerre de Khmer rouge). Plus spécifiquement, depuis les années 1970, le Canada s'est diversifié par l'arrivée des communautés vietnamiennes, cambodgiennes, laotiennes et de la Philippines (Park, 2011); appelé notamment les *Boat people* ou les réfugiés des guerres froides et chaudes (Ferzacca, 2011). Cette spécification permet, en sommes, d'éviter de tomber dans le piège d'homogénéiser toutes les communautés asiatiques.

1.4 Le racisme anti-asiatique : manifestations historiques et contemporaines

Bien que les Asiatiques fassent peu de vagues quant au racisme vécu historiquement, il faut reconnaître que plusieurs lois et règlements anti-asiatiques visaient à restreindre l'immigration

asiatique au Canada. Ces marqueurs de l'histoire sont importants et s'y attarder permet de mieux comprendre les racines des stéréotypes sur les communautés asiatiques qui sont fondées sur le racisme, le sexisme et le colonialisme. Les lois et les politiques anti-asiatiques ont contribué aux discours qui sont encore répondus et reproduits actuellement dans la société canadienne.

Les premiers immigrants chinois sont arrivés en 1858, en provenance du nord des États-Unis, pour la construction des chemins de fer en Colombie-Britannique (Beauchesne, 2006). Ceux-ci sont perçus comme des travailleurs temporaires à bon marché au Canada, et non comme étant des personnes avec un statut d'immigration (Beauchesne, 2006). Le racisme à l'égard des Chinois.e.s s'est plus particulièrement manifesté lors de la guerre de l'opium¹⁰ (Maynard, 2018) où des campagnes racistes étaient écrites par les journaux pour propager la peur de générer une dépendance en fumant de l'opium (Beauchesne, 2006). Jusqu'aux années 1880, les Chinois.e.s fumaient de l'opium, plutôt que boire de l'alcool et cette pratique n'étaient pas considérés comme dangereuse. En 1891, 10 fumeries d'opium sont construites dans les quartiers chinois des villes de l'Ouest canadien, ce qui augmentera la fréquentation des personnes blanches dans ces quartiers (Beauchesne, 2006). Conséquemment, la population devenait méfiante envers les Chinois.e.s, au point que le gouvernement de la province de la Colombie-Britannique leur ait enlevé le droit de vote au provincial, au municipal et aux conseils scolaires (Beauchesne, 2006; Stanley, 2016). Il leur interdit également de posséder des terres canadiennes. En 1908, il y a eu la création d'une Commission royale pour enquêter sur l'immigration chinoise et japonaise, à la suite d'une volonté de restreindre cette immigration due aux tensions croissantes dans le milieu ouvrier entre les Blancs et les Asiatiques (Beauchesne, 2006). Celle-ci offre la recommandation d'arrêter l'immigration chinoise et dénonce l'habitude de fumer de l'opium chez les Chinois.e.s (Beauchesne, 2006). Le gouvernement imposa donc une taxe chinoise de 50 \$ afin d'arrêter le flot d'immigration (Barlow, 2013), via la Loi de 1885 sur l'immigration Chinoise, ce qui eut pour effet de diminuer le nombre de Chinois.e.s immigrant.e.s (Beauchesne, 2006; Padgett et al., 2020). Cette taxe a d'ailleurs augmenté à 100 \$ en 1900, puis à 500 \$ en 1903 (Barlow, 2013). Malgré les politiques mises en place pour diminuer la présence des Chinois.e.s, le sentiment anti-asiatique continua de se développer.

¹⁰ La guerre de l'opium a été introduit par le ministre canadien Brian Muloney comme un discours officielle pour contrer la nouvelle menace de la sécurité publique, malgré qu'aucune preuve scientifique démontrait que l'opium était un danger pharmacologique (Maynard, 2018). Ce discours constituait plutôt un outil de répression contre les Chinois dû aux sentiments racistes à leur égard.

En 1923, la *Loi sur l'immigration chinoise* a été votée officiellement au parlement canadien, et l'immigration des personnes chinoises est désormais interdite (Beauchesne, 2006). Ces restrictions légales racistes ont donc été utilisées pour exploiter la main-d'œuvre peu coûteuse, pour contrôler la croissance démographique, et pour décourager la formation de la famille par les communautés asiatiques (Chow, 1987). Ceci a créé une communauté d'hommes chinois isolés et célibataires (Barlow, 2013) et a contribué à l'importation de femmes chinoises comme prostituées (Cho, 1997). En effet, ces lois étaient discriminatoires sur le plan racial et elles faisaient l'objet de discrimination fondée sur le sexe. Celles-ci excluaient les femmes chinoises dans le but de « freiner » la traite des prostituées chinoises (Park, 2011). Toutefois, les journaux rédigeaient des manchettes sensationnelles afin de caractériser généralement les femmes chinoises comme des biens mobiliers et abusées par les hommes chinois, ce qui renvoie à l'image d'esclave sexuel (Cho, 1997).

La méfiance à l'égard des Asiatiques au Canada s'est maintenue tout au long de la première moitié du 20^e siècle, jusqu'à l'instauration des camps d'internement japonais pendant la Seconde Guerre mondiale (Dinh et al., 2018; Padgett et al., 2020). D'ailleurs, l'accord Hayashi-Lemieux, en 1908, consistait à réduire l'immigration des personnes japonaises en réduisant le nombre de passeports émis à des journaliers de sexe masculin et employés domestiques à 400 par année (Coloma, 2013). L'exclusion formelle et explicite de l'Asie a pris fin lorsque les lois anti-asiatiques ont été abolies dans les années 60 et que le Canada a supprimé sa politique d'immigration en 1967 (Park, 2011; Barlow, 2013; Padgett et al., 2020).

Encore aujourd'hui, certaines lois anti-asiatiques demeurent présentes dans nos structures telles que le *Programme des aides familiaux résidents (PAFR)*¹¹. Celui-ci permet aux familles privilégiées, majoritairement blanches, d'embaucher une travailleuse domestique, appelée une nounou, souvent des femmes provenant de la Philippines pour s'occuper des enfants de ces familles. Certains chercheurs nommeront ces pratiques comme de l'esclavage moderne, car il y a très peu de législatifs pour protéger les femmes philippiennes et plusieurs d'entre elles se font exploiter psychologiquement et économiquement (Carpentier & Fiset, 2011; Galerand et al., 2015).

Somme toute, les lois présentées ne sont que des simples exemples concrets démontrant que nos institutions sont teintées de sentiments anti-asiatiques depuis longtemps. Bien que quelques lois

¹¹ Reconnu sous le *Live-in Care Program* (LCP) en 1992 ou le *Programme des aides familiaux* (PAF) rebaptisé en 2014 (Centre international de solidarité ouvrière, s.d.).

aient été éradiquées, il y a des retombées importantes sur la vie des personnes d'origine asiatique encore aujourd'hui, perpétuant l'image d'être perçue comme « l'Autre » en Occident.

1.4.1 La représentation sociale du racisme anti-asiatique

Dans leur théorie de triangulation de la race, Pyke et Johnson (2003) constatent qu'il existe chez les Blanc.he.s une hiérarchie raciale/ethnique suivant laquelle les Asiatiques sont perçus plus positivement que les Noir.e.s. Nakaoka et Ortiz (2018) expliquent que la focalisation singulière des discussions raciales et culturelles sur le rapport binaire Noir.e.s/Blanc.he.s tend à exclure les autres groupes racisés et ethniques ainsi que ceux qui s'identifient comme biraciaux ou multiraciaux. Pour Mayuzumi (2015), les personnes asiatiques sont racialement minorisées, mais elles ne sont pas reconnues en général, car leur catégorie sociale ne correspond pas à celles des Noir.e.s ou Autochtones. Ainsi, les Asiatiques sont racialisées dans l'imaginaire de la culture dominante qui les homogénéise sur la base d'un discours phénotypique de la « race ». Autrement dit, on assiste à l'invisibilité des Asiatiques quant aux problèmes d'iniquité et d'injustice sociale qui découlent du racisme (Mayuzumi, 2015). De plus l'image stéréotypée des communautés asiatiques tend à délégitimer leurs luttes afin de contrer le racisme (Sue et al., 2007a). En effet, les Asiatiques reçoivent de l'attention lorsqu'ils deviennent un symbole ou une représentation de leur culture à travers le regard du groupe dominant (Mayuzumi, 2015). Sue et ses collègues (2007a) ont souligné que cette image renvoie à la perception que les Asiatiques vivent peu d'expérience de racisme. En fait, Wozniak (2019) explique qu'ils.elles sont souvent perçu.e.s comme des immigré.e.s « idéaux.les » et « bien intégré.e.s » vu que les membres travaillent durement et demeurent discrets. Pour Coloma (2013), il interprète qu'ils.elles sont en effet souhaité.e.s lorsque le groupe dominant profite des impératifs économiques, mais sont en revanche désavoué.e.s lorsqu'il y a une remise en question du statu quo socioculturel.

Sue et ses collègues (2007a) se sont penchés en ce sens sur le concept de micro-agressions¹² raciales afin d'étudier la manifestation et l'impact du racisme anti-asiatique. Les auteurs estiment que celles-ci prennent une forme contemporaine du racisme qui est nuisible envers les personnes malgré qu'il soit involontaire et perpétué de manière inconsciemment. Le racisme anti-asiatique se diffère par le fait qu'il ne correspond pas au racisme dit « à l'ancienne », où la haine raciale était

¹² Le terme *micro-agression* a davantage été utilisé et développé dans la littérature anglophone. Il a été conceptualisé par Carew Pierce, psychiatre et professeur à Harvard, dans les années 1970 (Nadal et al., 2021). Dans la littérature francophone, ce terme désigne le « racisme ordinaire » (Hamisultane, 2021; Garneau, 2019).

manifestée par des propos directs et souvent intentionnels (Moody & Lewis, 2019; Nakaoka & Ortiz, 2018; Sue et al., 2007a). Celui-ci est plutôt insidieux (Moody & Lewis, 2019), subtil, ambigu, déguisé et souvent non intentionnel dans la vie sociale, politique et économique (Coloma, 2013; Keum et al., 2018; Mayuzumi, 2015; Sue et al., 2007b). Cependant, Coloma (2013) rappelle que le racisme anti-asiatique peut aller de micro-agressions à des violences flagrantes de leurs droits fondamentaux, tel qu'aperçu actuellement avec le COVID-19 comme le souligne Vachuska (2020). Il est important de prendre en considération que les médias contribuent au racisme en véhiculant des stéréotypes ou des informations erronées. Vachuska (2020) explique que ces préjugés incitent au racisme et l'usage de violences verbales peut devenir un moyen de contrôler la propagation du virus. White (2020) observe également la surveillance accrue des personnes de descendance asiatique. Cela dit, les femmes asiatiques sont plus susceptibles d'être agressées verbalement, voire physiquement selon une enquête menée à Vancouver (project 1907, 2020). Ce mémoire contribue à l'avancement des connaissances quant à la manière dont les femmes asiatiques appréhendent ces événements racistes.

1.4.2. Une taxonomie pour les micro-agressions envers les Asiatiques

Dans une étude qualitative, Sue et ses collègues (2007a) ont identifié huit types de micro-agressions raciales pour les Américain.e.s d'origine asiatique : 1) se sentir étranger dans sa propre terre (le sentiment que tou.te.s les Américain.e.s d'origine asiatique sont des étranger.ère.s ou né à l'étranger); 2) l'attribution d'intelligence (attribuer un degré d'intelligence en fonction de sa race); 3) dénier la réalité raciale (invalider les expériences de discrimination raciale); 4) exotiser les femmes d'origine asiatique (reléguer les femmes asiatiques dans une catégorie exotique, donc des objets sexuels ou des images perpétuées de Geishas); 5) invalider les différences interethniques (homogénéiser les Asiatiques en un seul groupe ethnique); 6) pathologiser les valeurs culturelles ou les styles de communication (mal interpréter des comportements provenant des valeurs de la culture d'origine); 7) se sentir d'être citoyen.ne de deuxième classe (être traité de manière dénigrante comparée à leur homologue blanc); et 8) se sentir invisibilisé (leur expérience de racisme est laissée de côté, voire ignoré).

En reprenant cette taxonomie de l'étude présentée, Keum et ses collègues (2018) ont analysé les micro-agressions raciales sexospécifiques des femmes américaines d'origine asiatique. Ainsi, ils ont trouvé que celles-ci sont 1) perçues comme soumises; 2) fétichiser et exotiser sexuellement

(appelé le « Yellow Fever », voir Zheng, 2016); 3) ayant une image corporelle restrictive et universelle. On comprend donc que les micro-agressions raciales liées au genre sont intrinsèquement relatives sur l'apparence du corps de ces femmes. De même, cela peut perpétuer des stéréotypes comme le fait d'être vues comme dociles, exotiques et enfantines (Keum et al., 2018).

Parmi tous ces différents types de micro-agressions perpétuées envers les Asiatiques, deux stéréotypes ressortent de plusieurs recherches pour expliquer l'expérience du racisme anti-asiatique selon les mêmes chercheurs. Sue et ses collègues (2007b) comparent leur étude avec celles précédentes, puis ils remarquent que chaque groupe racial est susceptible de subir certains types de micro-agressions que d'autres. Pour les personnes asiatiques, elles sont plus susceptibles de subir des micro-agressions raciales qui tournent autour de « se sentir étranger dans sa propre terre », « l'invisibilité » et « l'invalidation des différences interethniques » (Sue et al., 2007a).

1.5 Les stéréotypes envers les communautés asiatiques

Le concept de stéréotype renvoie à des croyances populaires sur des attributs personnels des membres d'une catégorie sociale particulière (Ashmore & Del Boca, 1981), ici les communautés asiatiques. Les stéréotypes servent aussi à affirmer les classifications et les catégories que la société a apprises comme étant réelles ou naturelles concernant certains groupes ethniques et cela a permis d'organiser les comportements individuels et institutionnels vis-à-vis à ces croyances (Nadal et al., 2021; Vo, 2019). Bien que les mythes et les stéréotypes raciaux évoluent au fil du temps, des éléments demeurent permanents et essentiels dans le « système » racial afin de maintenir l'ordre social (Bonilla-Silva, 1997). Ainsi, les stéréotypes ont des effets réels sur les personnes stéréotypées.

1.5.1 « Retourne dans ton pays »/« D'où viens-tu? » : l'image de l'étranger perpétuel

Les personnes asiatiques se font souvent dire : « retourne dans ton pays » (Chang & Morris, 2015) ou encore elles se font demander « d'où viens-tu? », « es-tu né ici » ou « es-tu adopté? » (Sue et al., 2007a). Ces messages, qui sont une forme de violence, renvoient, au sein de la littérature, au stéréotype de « l'étranger perpétuel » appelé *perpetual foreigner*. Ce stéréotype postule que les membres des minorités ethniques seront toujours considérés comme « l'Autre », c'est-à-dire qu'ils sont des membres extérieurs à la culture dominante, malgré leur statut de citoyenneté ou leur assimilation à la culture du pays d'accueil (Chang & Morris, 2015). En fait, Dang et Kline (2015) expliquent que ce stéréotype négatif renvoie à l'idée que les Asiatiques sont des étrangers.ères,

indignes de confiance et potentiellement malhonnêtes. Coloma (2013) souligne que cela promeut ainsi l'image que les Asiatiques ne sont pas de « vrai.e.s » Canadien.ne.s, car ils.elles ont une affinité et une affiliation principales avec l'Asie. Plutôt que de renforcer la thèse de la minorité modèle, l'auteur considère la position raciale des Canadien.ne.s d'origine asiatique comme une minorité non désirée. Ce stéréotype a des effets négatifs importants, notamment des problèmes psychologiques (Keum et al., 2018), car les personnes se sentent jugées comme étant impropres à la citoyenneté canadienne.

Cette croyance alimente l'image du « péril jaune », un terme qui a été utilisé pour décrire la crainte envers les Chinois.e.s et les Japonais.e.s qui tentaient d'immigrer aux États-Unis et au Canada à la fin du 19^e siècle; perçus comme des envahisseurs du marché économique et de la civilisation blanche (Kawai, 2005; Mayuzumi, 2015). Ce discours, ancré dans une histoire coloniale et raciste, participe aujourd'hui à l'idée que les personnes asiatiques sont des « étrangers perpétuels », notamment des malfaiteurs, des gangsters, des gens exotiques, peu fiables (Kawai, 2005; Pon, 2000). Ce stéréotype se perpétue encore aujourd'hui, sous diverses formes, dans les médias populaires, ce qui contribue à la hausse des interactions et des crimes haineux envers les Asiatiques au Québec.

1.5.2 La minorité modèle, un stéréotype ancré chez les communautés asiatiques

Le stéréotype dominant et contemporain envers les Asiatiques est celui de la « minorité modèle » (Padgett et al., 2020; Pon, 2015; Mayuzumi, 2015; Kawai, 2005; Cho, 1997). La communauté asiatique a longtemps été perçue comme un groupe modèle à suivre, car elle est travaillante, responsable et performante sur le plan académique, économique ainsi que social (Dang & Kline, 2015; Sue et al., 2007a). Donc, les personnes asiatiques sont généralement considérées comme à la fois intelligentes, très instruites, riches, très accomplies, acharnées, motivées, disciplinées et respectueuses de l'autorité, et des personnes silencieuses, timides, calmes, dociles et obéissantes (Dennis, 2018; Ho, 2014; Mayuzumi, 2015). Dû à ces qualificatifs positifs, Mayuzumi (2015) avance l'idée que l'invisibilité du groupe s'articule à un stéréotype racialisé des Asiatiques en tant que groupe minoritaire modèle. En conséquence, les personnes asiatiques peuvent elles-mêmes intérioriser ce stéréotype qui les invisibilise (Buchanan et al., 2018). Si l'origine de ce mythe de la minorité modèle est raciste (Dinh et al., 2018), les médias et la culture populaire le présentent comme étant positif (Assalone & Fann, 2017). Plusieurs chercheurs suggèrent que le stéréotype de

la minorité modèle est au contraire problématique, car il opprime en instrumentalisant les réussites de manière excessive de la communauté asiatique (Kay et al., 2013). Par conséquent, ce stéréotype invisibilise des enjeux au sein de la communauté asiatique telle que la pauvreté, le racisme, le logement, l'emploi, la sexualité, la barrière de langue et les conflits intrafamiliaux (Fong, 1997; Pon, 2015).

Historiquement, le terme a été utilisé pour la première fois pour décrire la communauté asiatique pendant l'ère des droits civiques afin de différencier celle-ci et les autres groupes ethniques aux États-Unis (Dennis, 2018). Le terme renvoie également à l'idée que des membres ont plus de chances de réussir comparées aux autres groupes minoritaires, en termes d'avantages économiques, de réussite scolaire, de stabilité familiale et de faible taux de criminalité (Chou, 2008). C'est donc grâce à leur travail acharné, à leur volonté d'exceller, à leur priorité en matière d'éducation, ainsi qu'à leurs compétences parentales, que les membres de la communauté asiatique ont surmonté la discrimination raciale afin de bien s'adapter à la société occidentale (Dang & Kline, 2015). Les Asiatiques étaient la preuve qu'il était possible de réaliser le rêve américain (*American Dream*) dans une société démocratique sans soutien systémique, tel que les politiques revendiquées par la communauté noire dans les années 60 (Kim & Chung, 2005; Sue et al., 2007a; Velasquez, 2015). Les institutions suggéraient que les groupes ethniques suivent l'exemple des communautés asiatiques afin qu'ils puissent eux aussi réussir sur le plan économique et social (Atkin et al., 2018; Wozniak, 2019). Par conséquent, elles étaient instrumentalisées en tant que stratégie politique pour diviser les groupes ethniques, restreindre les coalitions politiques et maintenir les inégalités des ressources, en invalidant de fait les dénonciations des barrières structurelles du racisme institutionnel (Velasquez, 2015). Cette instrumentalisation a maintenu le statu quo en annulant les problèmes systémiques qui contribuent aux disparités raciales actuelles (Cheng et al., 2017). Pour l'activiste Grace Ly, ce mythe de la minorité modèle sert à mettre des gens dans des cases et d'instrumentaliser leur parcours (Wozniak, 2019). Ce discours politique affaiblit et divise la solidarité entre les groupes ethniques, les plaçant plutôt dans une situation de compétition.

Chou (2008) avance l'idée que la notion de minorité modèle se base sur l'orientalisme de la culture asiatique, révélant ce que la société occidentale perçoit comme relevant de la tradition de l'Asie. Cette perception relève d'une compréhension essentialiste et réductionniste d'une « culture », comme l'avance le même auteur. En effet, le stéréotype homogénéise la communauté et il masque

la diversité de la diaspora asiatique qui est composée de plus de 40 différents groupes (Dang & Kline, 2015). Atkin et ses collègues (2018) mentionnent que cette notion de minorité modèle est un mythe, car elle ne prend pas en compte la diversité au sein de la communauté, les divers contextes régionaux et culturels, l'immigration sélective ainsi que les différents types de familles asiatiques. Ceci dit, plusieurs membres ont internalisé ce mythe qui fait référence à des caractéristiques stéréotypées – mettant l'accent sur une éthique de travail minutieuse, la persévérance et la volonté de réussir (Atkin et al., 2018). Ainsi, les membres ayant intériorisé ce discours essentialiste sont convaincus d'avoir un traitement équitable et ils ne perçoivent pas le racisme ou les obstacles que les autres groupes ethniques subissent (Atkin et al., 2018). Pour d'autres auteurs (Le et al., 2020; Coloma, 2013), l'internalisation de ce mythe freine les personnes à rechercher de l'aide lorsqu'elles sont confrontées à des difficultés, notamment les services communautaires ou gouvernementaux. Conséquemment, le peu d'utilisation de services devient une raison justifiable d'ignorer le problème de la discrimination contre les Asiatiques ou encore un moyen de justification pour négliger les programmes de recherches et d'intervention (Sue et al., 2007b). Ces stéréotypes positifs peuvent passer inaperçus et incontestés, car ils passent sous le radar d'être préjudiciable (Kay et al., 2013), vu qu'ils semblent plutôt flatteurs qu'hostiles.

Finalement, le stéréotype de la minorité modèle semble être à l'opposé du péril jaune, vu qu'il est considéré comme « positif », alors que l'autre est « négatif ». Cependant, les deux stéréotypes sont inséparables (Kawai, 2005), car les Asiatiques naviguent constamment entre ceux-ci.

1.6 Être une femme asiatique en Occident

Arisaka (2000) soutient que le fait d'être à la fois asiatique et femme produit une image de « double soumission ». Dans cette domination, les femmes asiatiques sont perçues comme ayant un statut qui englobe la dévaluation, l'invalidation, l'invisibilité et engendre les stéréotypes dans les sociétés nord-américaines (Park, 2020). Ceci a des effets sur la sexualité ainsi que sur l'image racialisée et sexospécifique du corps des femmes asiatiques, car les personnes sont affublées d'attributs infantilissants (Mukkamala & Suyemoto, 2018; Arisaka, 2000; Ang, 2001). L'étude de Pyke et Johnson (2003) a d'ailleurs mis en lumière la représentation d'images stéréotypées de femmes asiatiques comme étant « exotiques » et « physiquement attirantes ». Ainsi, leur genre a été construit à l'aide d'une lentille racialisées où les comportements sexospécifiques des femmes asiatiques sont considérés comme racialement distincts (Pyke & Johnson, 2003). Les participantes

dans l'étude de Mayuzumi (2015) ont d'ailleurs exprimé qu'être une femme asiatique est une dimension importante de leur identité et de leur vie quotidienne. Conséquemment, l'expérience du racisme qu'elles subissent mine leur individualité et accroissent la conscience de soi et l'auto-objectivation, créant ainsi une image de féminité qu'elles doivent s'imbriquer (Mayuzumi, 2015; Mukkamala & Suyemoto, 2018; Remedios et al., 2011). Les traits « asiatiques » des femmes sont basés sur des stéréotypes les renvoyant une image de la jeunesse, créant ainsi la perception d'être une personne soumise (Park, 2020), voire subalterne (Cho, 1997).

Souvent perçues comme des « poupées sexuelles dociles » ou « des femmes mystérieuses » et « exotiques », les femmes asiatiques ont toujours été considérées comme des représentations binaires de la « Fleur de Lotus » ou de la « Dame du Dragon » (Park, 2020; Cho, 1997). L'une représente l'obéissance et la domestication – la fleur de lotus. Tandis que l'autre signifie un déviant séduisant et non normatif – la dame dragon (Estocapio, 2020). Bien que ces stéréotypes renvoient à deux connotations extrêmes, ceux-ci sont interreliés parce qu'ils érotisent les femmes asiatiques comme des « Autres » exotiques et sensuelles, mais qui sont peu dignes de confiance (Espiritu, 2008 dans Chou & Taylor, 2019). Conséquemment, les femmes asiatiques sont doublement désavantagées, car leur corps est constamment surveillé à l'intérieur du cadre racial blanc, tout en incarnant le « statut de minorité modèle » (Rodrigues et al., 2021; Chou & Feagin, 2015).

1.6.1 La fleur de lotus : une représentation pour dominer le corps des femmes asiatiques

Les représentations culturelles de la « Fleur de Lotus » ou de « la poupée chinoise » des femmes asiatiques reproduisent l'image qu'elles aient une « essence » raciale, donc elles sont dociles timides, soumises et domestiques, ayant la voix douce (Keum et al., 2018; Kim & Chung, 2005). Le stéréotype « de la Fleur de Lotus », « de la geisha » et « de la China Doll » renvoie à l'idée que les femmes asiatiques sont des objets de fantaisie sexuelle masculine occidentale, un héritage du produit des pouvoirs coloniaux et militaires (Park, 2020; Chun et al., 2013; Cho, 1997). En effet, les expériences des femmes d'origine asiatique ont été historiquement enracinées dans le racisme sexiste (ex. : l'image de prostituée) et le sexisme racialisé (ex. : les images exotiques de geisha) (Buchanan et al., 2018).

L'idée fausse que les femmes asiatiques sont exotisées et hypersexualisées a été créée par multiples médias tels que le cinéma, sites de rencontre, pornographie, etc. ainsi qu'une normalisation de la culture du viol et l'hypermasculinité (Estocapio, 2020). Les femmes asiatiques ont souvent été

associées à la figure de la prostituée qui devait être sauvée par des militaires, souvent des hommes blancs, tout en devant se soumettre à leur divertissement sexuel (Park, 2020). Les films comme *Madame Butterfly* et *Miss Saigon*¹³ en sont des exemples. Toutefois, les soldats américains commettaient de nombreux viols et d'atrocités sexuelles, contribuant à faire du corps des femmes asiatiques un terrain de conquête (Park, 2020; Cho, 1997). Aujourd'hui dans la culture populaire, les femmes asiatiques sont hyperféminisées et sexualisées. Ainsi, l'image des prostituées asiatiques comme étant « hypersexuelles » et « faciles » a contribué à ce que les hommes blancs ne se considèrent pas comme des violeurs pendant la guerre. Les « épouses par la poste » – perpétuent également ces stéréotypes voulant que les femmes asiatiques soient toutes des objets sexuels (Park, 2020; Nadal et al., 2015). Le « fétichisme sexuel oriental », autrement appelé « la fièvre jaune¹⁴ » (*Yellow fever*) (Zheng, 2016) contribue également à croître le risque de victimisation sexuelle (Cho, 1997) et de harcèlement sexuel (Buchanan et al., 2018). En effet, les études ont démontré que les femmes asiatiques font souvent l'objet d'une attention sexuelle non désirée et des tentatives d'établir des relations sexuelles non consensuelles dues à des stéréotypes ethnosexuels selon lesquels celles-ci sont sexuellement disponibles et soumises à des avances non désirées (Buchanan et al., 2018).

Les femmes sont donc perçues comme hypersexualisées depuis la guerre, l'empire et le colonialisme, lesquels ont créé des héritages raciaux spécifiques, soit le racisme sexuel, et imprégnés des pratiques de conquête, de dominations et de marchandisation par des images diffusées des médias de divertissement (Chun et al., 2013). Les discours orientalistes des femmes asiatiques, comme produit colonial, sont encore reproduits dans la société contemporaine occidentale (Mayuzumi, 2015). L'identité culturelle liée à la sexualité des femmes asiatiques découle de ce fait d'une conception sociohistorique de l'Asie comme « Orientale » et colonisée en

¹³ Les films comme *Madame Butterfly* et *Miss Saigon* dans les années 1800 sont écrits avec la fameuse intrigue popularisée dans laquelle les femmes asiatiques étaient des individus qui avaient besoin d'un homme blanc européen pour « les sauver » de la pauvreté ou du mal par les hommes asiatiques, ainsi qu'en étant des objets sexuels soumis et obéissants envers leurs figures masculines (Park, 2020). Cependant, elles étaient facilement abandonnées vu qu'elles n'étaient qu'un fantasme oriental et celui-ci retourne « dans sa vraie vie », c'est-à-dire auprès de sa véritable épouse, une femme blanche (Park, 2020). Ces intrigues ont offert un héritage sur les images sexualisantes apposées envers les femmes asiatiques.

¹⁴ La fétichisation sexuelle signifie qu'il y a une préférence sexuelle ou intime avec une personne appartenant à un groupe racial spécifique (Park, 2020). Le *yellow fever* est une préférence pour les femmes asiatiques, souvent motivée par un fétiche racial (Zheng, 2016). Cela est souvent considéré comme positif, voire inoffensif, vu que les propos sont souvent balayés comme des compliments et non une offense. En fait, l'argument de la simple préférence esthétique ou personnelle cache toute une marchandisation des corps des femmes asiatiques dans lesquelles elles sont hypersexualisées au sein de la société prédominante blanche (Zheng, 2016). Il y a donc cette intersection entre la fétichisation des corps asiatiques et les fantasmes de colonialisme imposés par les hommes occidentalisés à travers leur discours et les représentations médiatiques (Mukkamala & Suyemoto, 2018).

plus d'une conception monolithique et homogène qui fait abstraction des multiples pays et cultures uniques qui la caractérisent (Said, 1978 dans Shabanirad & Marandi, 2005).

1.6.2 La dame du dragon : les femmes asiatiques prostituées et surnoisées

À la fin des années 1800 et au début des années 1900, les États-Unis et le Canada luttèrent contre le « péril jaune » (Padgett et al., 2020), ou contre la crainte des Asiatiques qui perturbent ou reprennent à leur compte les valeurs occidentales comme la « démocratie, le christianisme et l'innovation technologique » (Park, 2020, p. 54). La « dame du dragon » (Fong, 1997) renvoyait à la conception des femmes asiatiques comme des traîtres et séductrices qui pouvaient utiliser leur agressivité et leur sexualité pour manipuler les hommes (Park, 2020; Cho, 1997) vu qu'elles étaient séduisantes et perfides (Zheng, 2016). À cette époque, les journalistes blancs ont ciblé les femmes chinoises en les réduisant à des prostituées, des « esclaves jaunes victimes de la traite », contribuant à criminaliser et victimiser simultanément les travailleuses du sexe en raison de leur association sexuelle avec les travailleurs chinois (Park, 2020).

On comprend donc que le stéréotype de la dame du dragon est l'incarnation féminine du péril jaune, c'est-à-dire de l'Asie en tant que menace pour l'Occident. À mesure que les femmes chinoises furent considérées comme des prostituées et des êtres traîtres et sexuels, les médias, comme la littérature et le cinéma, ont commencé à illustrer cette perception – donnant ainsi naissance au mythe de la « Dame du dragon » (Padgett et al., 2020; Park, 2020). Cette représentation problématique des femmes asiatiques existe encore aujourd'hui dans les médias et la culture populaire qui tendent à hypersexualiser leurs corps. En bref, le concept d'« Asie » et l'image d'une femme asiatique en Occident ne sont pas seulement incarnés par l'individu, mais sont façonnés par les relations avec l'État-nation et d'autres structures institutionnelles, ainsi que par la race, le sexe, la classe sociale et la culture (Park, 2020). En effet, les discours orientalistes sur l'« Asie » (femmes) sont dérivés de l'histoire de l'impérialisme et contemporaine. De tels discours infantilisent la population et lui enlèvent leur pouvoir et leur autorité.

1.7 L'expérience du sexisme et du racisme chez les femmes asiatiques

Les femmes asiatiques partagent au moins deux statuts dans l'ensemble : femme (sexe) et asiatique (race). Ainsi, l'intersection de la socialisation raciale et de genre joue un rôle complexe dans la vie des femmes racisées (Moody & Lewis, 2019). Elles vivent à la fois le racisme et le sexisme qui sont des discriminations inextricablement liées (Mukkamala & Suyemoto, 2018; Le et al., 2020).

Dinh et ses collègues analysent que ces deux statuts englobent la dévaluation, l'invalidation, l'invisibilité et engendrent les stéréotypes dans les sociétés de l'Amérique du Nord. Dû à ces deux identités, elles sont constamment marginalisées de la même manière, et ce sous le pouvoir et les privilèges des Blancs (Le et al., 2020). En effet, Mayuzumi (2015) souligne que tous ces effets sexuels et racialisés sur l'identité des femmes asiatiques renvoient une image dont elles sont doublement soumises parce qu'elles sont à la fois asiatiques et féminines. Brady et ses collègues (2017) perçoivent que ces expériences de racisme et de sexisme minent leur individualité et accroissent la conscience de soi et l'auto-objectivation. Le sexisme et le patriarcat font donc partie des réalités des communautés asiatiques (Fong, 1997).

En général, la culture asiatique tend à renforcer les caractéristiques traditionnellement « féminines » des femmes, c'est-à-dire la soumission, la passivité, l'appartenance [à l'homme], l'altruisme, l'adaptabilité, la timidité, l'obéissance et le calme (Brady et al., 2017; Pyke & Johnson, 2003), tout en décourageant les attitudes et les traits soi-disant « masculins », dont l'indépendance, l'affirmation de soi et la compétitivité (Fong, 1997). Conséquemment, elles sont confinées à des rôles de genre plus traditionnels et elles sont perçues comme subordonnées, dévaluées et soumises aux hommes (Brady et al., 2017). On considère qu'elles ne sont pas encouragées, dans leur culture ethnique, à avoir une estime de soi et une individualité (Fong, 1997). Bien que plusieurs familles provenant des communautés asiatiques ont intégré quelques valeurs du pays d'accueil, la culture traditionnelle demeure présente dans nombreuses familles (Fong, 1997).

En effet, dans l'étude de Brady et ses collègues (2017), les participantes ont déclaré adhérer aux attentes culturelles en s'habillant modestement afin d'éviter une attention importune envers leur corps, ce qui contribue à renforcer les images dominantes des femmes asiatiques (Chang, 2000) comme petites, mignonnes, soumises, dépendantes et non menaçantes. Mayuzumi (2015) explique que ces caractéristiques renvoient à l'image de la jeunesse; une construction racialisée et sexuée des corps des femmes asiatiques. Par conséquent, des attentes racialisées objectivent leur corps et les dévaluent sur le plan de leur personnalité (Brady et al., 2017). Ces stéréotypes projettent des croyances sexistes selon lesquelles elles sont soumises (Pyke & Johnson, 2003). D'ailleurs, elles sont également perçues comme étant exotiques ou encore sexuellement objectivées par des commentaires sur les « traits asiatiques » (Mukkamala & Suyemoto, 2018).

Historiquement elles ont aussi été considérées comme des citoyennes « illégitimes » (Mayuzumi, 2015). Elles sont ainsi objectivées comme « étrangères perpétuelles » malgré qu'elles soient nées en Amérique du Nord (Brady et al., 2017). Afin de se sentir acceptées parmi les Occidentaux, certaines femmes asiatiques s'adapteront aux stéréotypes en souriant et en ne se plaignant pas (Ang, 2001). Le et ses collègues (2020) soulignent que celles qui adhèrent aux rôles de genre traditionnels sont moins enclines à critiquer les attentes sociétales discriminatoires envers leur corps, ce qui les amène à internaliser les normes stéréotypes de l'hyperféminité des femmes asiatiques (Brady et al., 2017).

L'interprétation de Pyke et Johnson est qu'en internalisant les stéréotypes raciaux et genrés qui circonscrivent leur existence sociale, les femmes subordonnées ne constituent pas une menace pour l'ordre social et dominant. Tandis que pour d'autres femmes, elles sentent le devoir de défendre leur nationalité (Brady et al., 2017) ainsi que de confronter et de défier les stéréotypes en se comportant de manière non conforme aux images racialisées (Pyke & Johnson, 2003). En s'opposant aux attentes racialisées, ces femmes risquent de remettre en cause leur identité raciale, soit les accusant de ne pas être « vraiment » des Asiatiques (Pyke & Johnson, 2003), autrement dit être atypiques. Il y a une présomption que les Asiatiques ne peuvent pas avoir des attitudes égalitaires entre les sexes, donc les femmes asiatiques ne peuvent pas être fortes de caractère et affirmées dans leurs interactions (Pyke & Johnson, 2003). Ces stéréotypes démontrent les défis uniques et distinctifs que rencontrent les femmes d'origine asiatiques par rapport aux autres groupes raciaux.

1.8 Les conséquences du racisme sur les femmes asiatiques

Bien que les micro-agressions puissent sembler comme des infractions mineures non intentionnelles ou encore insignifiantes et inoffensives, des études ont démontré que leur impact cumulatif au fil du temps peut avoir des conséquences néfastes sur la santé mentale pour les personnes qui en sont victimes (Solórzano et al., 2000; Sue et al., 2007b), telles que la dépression (Buchanan et al., 2018), les idées suicidaires et l'anxiété (Keum et al., 2018). Dans l'étude de Sue et ses collègues (2007b), les participant.e.s indiquent que les micro-agressions raciales sont très blessantes et pénibles. Conséquemment, les auteurs perçoivent cette forme du racisme comme étant beaucoup plus problématique et nuisible pour les personnes racisées. Moody et Lewis (2019), ayant étudié les micro-agressions sexistes, expliquent que l'exposition à une plus grande fréquence

des micro-agressions raciales augmente les symptômes dépressifs et l'affect négatif. Selon ces auteures, les femmes expérimentent le racisme et le sexisme comme un traumatisme insidieux, vu qu'il y a des effets cumulatifs à vivre des événements discriminatoires. Il a bien été démontré que les communautés asiatiques subissent différents types de micro-agressions, dont la croyance qu'elles ont en quelque sorte « réussi » à s'intégrer socialement, elles sont donc « immunisées » contre le racisme, les préjugés et la discrimination (Sue et al., 2007a). Or ce déni du vécu raciste pèse sur leur estime de soi et leur bien-être psychologique (Dinh et al., 2018; Le et al., 2020).

1.8.1 Les conséquences psychologiques

En étant l'objet de taquineries en lien avec leur identité raciale, plusieurs personnes asiatiques ressentent des sentiments accrus de vulnérabilité. Elles sont conscientes des stéréotypes liés à leur apparence physique (Brady et al., 2017). De même, les femmes sont plus susceptibles d'avoir une attention sexuelle non désirée, ce qui accroît l'auto-surveillance de leur corps ainsi que leur apparence, selon les mêmes auteurs. Dans l'étude quantitative de Dinh et ses collègues (2018) sur le harcèlement vécu des femmes asiatiques, les résultats démontrent que des dimensions spécifiques du harcèlement sexuel et du harcèlement racial sont associées à la dépression et/ou au stress post-traumatique. Tandis que pour Buchanan et ses collègues (2018), lorsqu'ils ont questionné les femmes asiatiques sur les harcèlements raciaux ou sexuels vécus, celles-ci déclaraient avoir eu des comportements de harcèlement, bien qu'elles ne les aient pas étiquetés comme tels. À ce sujet, Sue et ses collègues (2007b) remarquent que les personnes ont souvent de la difficulté à déterminer si une micro-agression s'est produite, en se questionnant si elles sont trop sensibles ou si elles ont mal interprété les remarques ou les questions des locuteurs.

Buchanan et ses collègues (2018) considèrent que la difficulté de reconnaître pour ces femmes qu'elles sont victimes de racisme résulte d'une internalisation du racisme qui est favorisée entre autres par l'absence de campagnes éducatives efficaces pour sensibiliser les femmes contre les manifestations du racisme qui les concernent. D'autres auteurs croient également que les personnes qui intériorisent le racisme sont plus susceptibles d'attribuer les événements comme non discriminatoires, ou encore d'accepter de vivre une telle expérience. Toutefois, ces mécanismes d'intériorisation peuvent aussi les mener à vivre de la détresse psychologique (Keum et al., 2018; Pyke & Johnson, 2003). Certains auteurs vont parler de *racial gaslight* pour définir le processus par lequel on va tenter de contredire la perception des discriminations vécues par les personnes racialisées elles-mêmes (Davis & Earnst, 2019). Conséquemment, les femmes racialisées peuvent

devenir incertaines vis-à-vis de leurs expériences négatives lorsqu'elles interagissent avec d'autres personnes (Rodrigues et al., 2021). Ce terme a été conçu dans le film *Gaslight* d'Ingrid Bergman (1944) où l'acteur principal manipule l'environnement domestique intentionnellement dans le but de contrôler sa femme en créant des perceptions qu'elle est « folle » pour les autres et dans le but qu'elle doute sa propre compréhension de la réalité (Berenstain, 2020). En niant les réalités externes d'une personne, elle se met à douter de ses propres perceptions et si elle a été réellement victime d'incivilité ou de harcèlement, ou encore si elle a réagi de manière excessive aux expériences (Rodrigues et al., 2021). De plus, à force de vivre ces doutes, les sentiments tels que l'anxiété et la rumination négative augmentent chez les femmes racialisées (Rodrigues et al., 2021). Celles-ci ont tendance à être isolées dans leur entourage et elles ont peu accès à un soutien émotionnel (Rodrigues et al., 2021), ce qui leur donne peu d'opportunité pour obtenir une rétroaction précise afin de contextualiser leurs expériences et de comprendre les relations interpersonnelles — collègues, familiale et autres — abusives psychologiquement (Berenstain, 2020).

Brady et ses collègues (2017) déterminent que l'internalisation des stéréotypes raciaux sexualisés, du racisme et du sexisme peut avoir un impact sur le bien-être et les relations interpersonnelles. En effet, les femmes asiatiques sont plus vulnérables aux avances sexuelles importunes, à l'exploitation sexuelle et même à la violence liée aux stéréotypes raciaux (Keum et al., 2018; Sue et al., 2007a; Zheng, 2016). Le et ses collègues (2020) soulignent également que les femmes qui subissent plusieurs micro-agressions raciales sont contraintes de « gérer leurs émotions » pour se conformer aux attentes sociales. Plus spécifiquement, dans les entretiens de Mayuzumi (2015), une participante explique qu'elle devait réprimer sa colère et sa frustration envers les commentaires racistes, notamment parce que ses collègues avaient perçu ces commentaires comme étant des remarques positives.

1.9 Question de recherche

Si les Asiatiques constituent la plus grande population minoritaire racialisée au Canada, leur position de sujet en tant qu'entité raciale collective a reçu relativement peu d'analyse empirique (Coloma, 2013). De plus, à la lumière de l'état des connaissances, il est reconnu que les femmes racisées vivent une double oppression qui les expose à vivre du racisme et du sexisme (Moody & Lewis, 2019). La revue de la littérature a démontré que les femmes asiatiques subissent du racisme anti-asiatique qui est plus subtil, voire inconscient : ce que plusieurs auteurs appellent des micro-

agressions raciales. Si ce racisme est plus subtil, ses conséquences n'en sont pas moins dommageables. Cela dit, encore peu de recherches ont cherché à mieux comprendre l'expérience du racisme genré des femmes d'origine asiatique. Il est donc nécessaire d'étudier la réalité expérientielle des femmes québécoises d'origine asiatique. À notre connaissance, il n'existe aucune étude sur les expériences du racisme anti-asiatique genré au Québec, voire au Canada. Ce manque d'informations sur le sujet nous a donc motivés à étudier cette expérience. En effet, encore peu d'études empiriques ont été réalisées en ce qui concerne le racisme anti-asiatique, en analysant de manière intersectionnelle les variables du genre et de la race (Fong, 1997; Pyke & Johnson, 2003). Or, il importe d'examiner la manière dont les femmes racialement et ethniquement subordonnées, en particulier les femmes asiatiques, arbitrent les pressions croisées dans la production de leur identité lorsqu'elles se déplacent entre les arènes traditionnelles de leur communauté et celles de la communauté dominante. De même, le préjudice psychologique et émotionnel qu'elles peuvent subir peut être difficile à conceptualiser (Harrison & Tanner, 2018; Keum et al., 2018). Donc, l'étude actuelle tente de combler ces connaissances.

Cette recherche se veut ainsi une tentative d'avancement des connaissances sur l'impact du racisme genré et la charge raciale chez les femmes d'origine asiatique.

Quelques objectifs permettront de répondre à cette question de recherche :

- 1) Décrire les expériences des femmes d'origine asiatique qui subissent du racisme genré;
- 2) Explorer les conséquences de cette expérience sur leurs comportements sociaux;
- 3) Décrire les mécanismes de résistance pour prévenir ou pour gérer les situations de racisme genré.

Chapitre 2 : Le cadre théorique

La recherche sur les femmes québécoises d'origine asiatique est encore peu présente bien que celles-ci subissent diverses oppressions, et ce, depuis longtemps. Dans ce chapitre, nous expliciterons le cadre théorique que nous utiliserons pour ce présent projet de recherche afin d'analyser les données recueillies. La posture que nous privilégions dans cette recherche est le féminisme intersectionnel et postcolonial, car les femmes d'origine asiatique sont au centre de l'analyse tout en situant la colonialité de leur vécu.

2.1 Le cadre théorique du « racisme genré »

2.1.1 Les études du *Black feminism*

Le racisme vécu par les femmes racisées a été théorisé par plusieurs femmes noires afro-féministes (ainsi que des autrices *chicanas* et celles des femmes « des pays du Sud »/du Tiers Monde) aux États-Unis¹⁵. En effet, le *Black feminism* met les questions de la race au cœur de leurs analyses, car celles-ci reconnaissent que le sexisme et le patriarcat ne peuvent pas être leur seul combat vu que leur identité raciale est unie avec celle des hommes noirs (Machold, 2021). L'épistémologie du *Black feminism* rejette la notion de lois universelles, favorisant ainsi les approches qui se focalisent sur l'individualité des réalités des femmes noires (Berthelot-Raffard, 2018; Collins, 2010). Les afro-féministes analysent les significations, les règles sociales, les valeurs et les motifs qui régissent l'action dans un contexte spécifique (Collins, 2016) afin de collectiviser leur vécu et d'amener une analyse qui permet de militer à une meilleure justice sociale (Berthelot-Raffard, 2018). Ce féminisme doit donc être vu comme une éthique sociale de *l'empowerment* (Berthelot-Raffard, 2018; Bilge & Roy, 2010) et une théorie sociale critique (Collins, 2016). Les savoirs s'articulent par les expériences des femmes noires autour « des valeurs d'émancipation, de résistance aux oppressions racistes et sexistes, de solidarité et de liberté dans la survie » (Berthelot-Raffard, 2018, p. 111). Ainsi, le *Black feminism* rejoint également les autres femmes appartenant à d'autres groupes marginalisés par la racisation (Berthelot-Raffard, 2018; Dorlin, 2005).

¹⁵ Les écrivaines afro-féministe comme Afua Cooper, bell hooks, Alice Walker, Angela Davis, Audre Lorde, Patricia Hill Collins, Kimberlé W. Crenshaw et plusieurs d'autres auteures; les *chicanas* comme Cherría Moraga et Gloria Anzaldúa; et les féministes du Tiers monde comme Gayatri Chakravorty Spivak, KumKum Sangari, Fatima Mernissi, Chandra Talpade Mohanty, Minh-ha Trinh T. ont cherché à explorer, négocier et critiquer les savoirs hégémoniques afin de mettre en lumière leur rapport au positionnement de leur identité en tant que femmes ou encore de la représentation du féminisme dominant en tant qu'opprimeur.

2.1.2 L'intersectionnalité comme approche d'analyse

Les luttes antiracistes et les luttes féministes n'ont pas su repérer les points d'intersection du racisme et du patriarcat (Crenshaw & Bonis, 2005). C'est donc à la suite de cette analyse que le concept d'intersectionnalité a été théorisé par Kimberlé Crenshaw en 1989 afin d'expliquer les expériences des femmes noires et *toutes femmes racisées* avec l'intersection du genre, de la classe, de la race, des capacités, de la nationalité, de la sexualité, et de la religion. En effet, celles-ci ne vivent pas le même type de racisme que les hommes noirs ou racisés et elles ne vivent pas le même type de sexisme que les femmes blanches (Crenshaw & Bonis, 2005). Elles subissent donc une forme unique d'oppression à l'intersection de leur identité (Moody & Lewis, 2019), c'est-à-dire aux croisements du racisme et du sexisme (Crenshaw & Bonis, 2005). Cette théorie critique le fait que les mouvements de libération féministes soient unidimensionnels, car ils ne tiennent pas en compte d'autres vecteurs d'inégalité sociale tels que la race (Bilge & Roy, 2010). Les discours des luttes féministes et antiracistes les mettant dans une position de lutter pour l'une (celle du genre) ou l'autre (celle de la race) de ces dimensions auraient pour conséquence de limiter les stratégies émancipatoires pour les femmes noires et racisées (Crenshaw & Bonis, 2005). La théorie féministe renvoie également cette conceptualisation que les oppressions doivent s'additionner à l'autre, soit que les femmes racisées vivent un double, voire une triple oppression (Dorlin, 2005). En fait, « cette analyse dite additive [ou cumulative] demeure insatisfaisante pour comprendre les modalités historiques de la domination sexiste et raciste » (Dorlin, 2005, p. 91). Ainsi, les prémices centrales de l'intersectionnalité sont une critique dénonçant l'effet du rapport de domination qui n'est pas exclusivement lié au genre, mais plutôt avec d'autres rapports d'inégalité (Bilge & Roy, 2010). Depuis, plusieurs recherches ont utilisé ce cadre d'analyse afin de capter toute une panoplie d'interactions des axes identitaires tels que le genre, la race, la classe, l'orientation sexuelle, le handicap ou d'autres vecteurs de rapport social structurant les inégalités (Bilge & Roy, 2010). Ceci permet de mieux comprendre comment leurs modulations s'effectuent dans les inégalités systémiques.

En ce qui a trait de notre étude sur les femmes asiatiques, l'utilisation d'une approche intersectionnelle permet d'englober plusieurs facteurs contextuels pertinents touchant celles-ci tels que l'histoire migratoire, les questions d'intergénérationnelles, la langue, etc. (Ho, 1990 dans Buchanan et al., 2018). Plusieurs recherches ont démontré que l'intersection de la race et du genre peut placer les femmes asiatiques étant à risque de vivre du harcèlement, notamment sexuel, basé

sur leur statut de femme et de minorité ethnique (Buchanan et al., 2018; Le et al., 2020). En effet, la plupart des données sur les violences faites aux femmes se sont focalisées sur les expériences des femmes blanches. Les féministes asiatiques américaines ont démontré que les études sur les violences conjugales et les violences sexuelles perpétuent des stéréotypes. Souvent, leur partenaire est synonyme du « mâle immigrant qui applique les valeurs du pays d'origine » — même si, *a priori*, il est bien connu que les femmes asiatiques hétérosexuelles sont en couple avec des hommes blancs (Ninh, 2018, p. 74). L'approche intersectionnelle remet donc en question l'idée selon laquelle les collectivités sont unies par des points communs où l'identification [physique] est la seule, voire la principale, base de la collectivité (Hong, 2018).

2.1.3 La conceptualisation du *racisme genré*

La philosophe Philomena Essed a introduit en 1991 le concept de racisme genré (*gendered racism*) afin de décrire la forme unique d'oppression basée sur l'expérience simultanée du racisme et du sexisme (Moody & Lewis, 2019; Velez et al., 2017). À l'aide du cadre d'intersectionnalité, Essed a expliqué dans sa recherche *Understanding Everyday Racism : An interdisciplinary Theory* que le racisme genré est une forme unique d'oppression basée sur l'expérience simultanée du racisme et du sexisme (Moody & Lewis, 2019; Velez et al., 2017; Essed, 1991). Dans son étude, Essed considère comment les expériences se manifestent par les stéréotypes attribués aux femmes et aux minorités. Il met au jour une combinaison de stéréotypes sexistes et racistes, telle que ceux des femmes noires qui sont perçues comme des servantes, hostiles ou en colère; conjuguant donc une certaine forme de féminité de la femme noire en raison de la couleur de sa peau, autrement dit sa noirceur (*Blackness*) (Collins, 2016). Il y a une évidence empirique dans laquelle des conséquences néfastes du racisme genré peuvent affecter psychologiquement et physiquement une personne (Jerald et al., 2017). Ainsi, les expériences des femmes racisées provenant du racisme genré découlent d'une société patriarcale. D'ailleurs, les femmes racisées peuvent aussi subir le racisme genré non seulement par des hommes blancs, mais aussi par des femmes blanches (Hailstock, 2015). Le racisme genré entrelace donc de deux phénomènes — le sexisme et le racisme : ils « s'entrelacent étroitement et se combinent dans certaines conditions en un seul phénomène hybride » (Essed, 1991, p. 31). D'autres études (Andersen & Collins, 2007; Reid & Comas-Diaz, 1990) nomment plutôt ce phénomène le « double péril ». Toutefois, leur explication contient des limites, plus précisément leurs études ne font pas une distinction entre le racisme et le sexisme, car ils les traitent comme des processus indépendants, ce qui renvoie à l'idée que chacune de ces

oppressions est égale. Ceci ne permet pas de s'attaquer et de comprendre adéquatement aux inégalités sociales. Il est donc important d'interpréter le vécu de l'entrecroisement de ces identités pour donner un sens aux expériences et organiser la vision du monde des femmes racisées, ici les femmes asiatiques. Cette approche prend en compte l'expérience du racisme et du sexisme simultanément, et ses effets sur la vie et les interactions quotidiennes. Comme nous le verrons dans les résultats de cette recherche, comprendre les impacts du racisme genré des femmes d'origine asiatique permet de considérer le stress chronique et aigu découlant des normes sexistes et racistes de la société actuelle.

Ainsi, dans le cadre de cette recherche, *l'empowerment* des participantes est favorisée dans l'approche des théories découlant de l'intersectionnalité, telle que le racisme genré (Essed, 1991) vu que cet outil d'analyse des enjeux sociaux comprend comment les intersections des identités sociales peuvent mettre en place des expériences particulières d'oppression et de privilège. Dans cette grille d'analyse, il est évident de prendre en compte l'indissociabilité de l'intersectionnalité et de la colonisation, permettant ainsi de voir l'implication importante de l'histoire coloniale dans le vécu des femmes racisées (Ait Ben Lmadani & Moujoud, 2012).

2.2 Le féministe postcolonial

2.2.1 Le postcolonialisme

À la différence de l'analyse intersectionnelle qui révèle l'entrecroisement des dynamiques de genre, de race et de classe, l'analyse postcoloniale permet de situer ces rapports dans le continuum du colonialisme (Maillé, 2017). Le terme « postcolonial » ne signifie pas que le colonialisme est une affaire du passé (Kian, 2017). Plus précisément, la lecture des problèmes sociaux dus au système patriarcal ne rejoint pas véritablement l'expérience des personnes racisées, car elles sont soumises aux rapports de domination d'un système colonialiste (Corbeil & Marchand, 2007) depuis une longue période historique. Donc, nous percevons l'analyse postcoloniale comme une sorte de chaînon manquant pour mieux comprendre les dynamiques de pouvoir au sein des approches féministes, telles que l'intersectionnalité. Le postcolonialisme est donc un processus de lutte continue pour étudier « les effets du colonialisme à travers une pratique engagée et située » (Quayson, 2000, p.25 dans Khan et al., 2007). Les théories postcoloniales résident donc dans son refus de s'engager dans la politique binaire où des concepts opposés ont été créés pour essentialiser les peuples non européens comme l'Autre inférieur et subordonné (Trinh & Trinh, 1989; Mohanty, 2003).

2.2.2 La conceptualisation de l'orientalisme

Dans la littérature postcoloniale, l'orientalisme, développé par Edward Saïd, explique que la société occidentale¹⁶ a une compréhension essentialiste et réductionniste d'une « culture » (Chou, 2008), notamment des traditions de l'Asie. Saïd (1978) explique qu'il existe un préjugé eurocentrique dénaturant les sociétés arabes/musulmanes et asiatiques pour promouvoir une culture supérieure des nations impériales occidentales (voir Velasquez, 2015). Celui-ci postule que l'orientalisme repose sur des représentations romantiques des peuples du Moyen-Orient et d'Asie en les considérant comme des primitifs, étrangers, inassimilables, exotiques, soumis, faibles, indignes de confiance, sournois, mystérieux et de manière très visible comme un « autre » perpétuel (Saïd, 1978 dans Shabanirad & Marandi, 2015; Velasquez, 2015). Cette dichotomie oppositionnelle entre l'« Orientale » contre l'« Occidentale » est maintenue dans des politiques ou encore des écrits qui infériorisent les groupes ethniques et les perçoivent comme des étrangers perpétuels (Kim & Chung, 2005; Velasquez, 2015). De plus, l'orientalisme est une critique des textes occidentaux qui ont représenté l'Orient comme un autre exotique et inférieur, ce qui a construit des images et des clichés stéréotypés ainsi que négatifs sur les femmes (Shabanirad & Marandi, 2015).

2.2.3 L'orientalisation des femmes asiatiques

Aki Uchida (1998) a repris le concept de Saïd afin d'expliquer l'orientalisation des femmes asiatiques de l'Amérique du Nord. L'autrice explique d'abord que le terme oriental prend la connotation d'exotisme, en présumant que toutes les femmes asiatiques étaient un groupe homogène sur le plan géographique, culturel et sexuel. Conséquemment, le terme oriental, lorsque nous étudions les femmes d'origine asiatique, fait référence à une image ou bien une représentation d'elles basées dans l'esprit occidental à partir de l'expérience des occidentaux aux pays d'orient (Uchida, 1998). Ainsi, l'Orient existe géographiquement dans l'esprit de l'Occident en évoquant des différences « exotiques » et d'autres marqueurs qui renvoient à une culture lointaine et dont la race d'une personne est identifiée par son apparence physique (Uchida, 1998). L'orientalisation est donc un processus d'essentialisation des stéréotypes qui regroupe de manière monolithique, et objectivise sexuellement, les femmes asiatiques en Amérique du Nord.

¹⁶ Bien que le terme Occident a été contesté par des féministes postcoloniales dû à son caractère construit et l'ambiguïté géographique, celui-ci sert à « décrire une série de relations continues entre et entre différentes personnes et différents endroits dans le monde, fondées sur l'histoire coloniale et les processus de mondialisation contemporains » (Ozkazanc-Pan, 2012, p. 587).

Le processus d'orientalisation des femmes asiatiques peut être retracé depuis l'arrivée des colonisateurs d'Europe occidentale dans les pays qui ont été colonisés, dont au Moyen-Orient et en Asie (Shabanirad & Marandi, 2005; Trinh & Trinh, 1989; Uchida, 1998). Le racisme et le sexisme à l'égard des femmes d'origine asiatique se sont manifestées par leur objectification en tant qu'orientales dans le but de dominer les Asiatiques (Uchida, 1998). Les caractéristiques perçues d'une femme orientale comprennent la soumission, l'asservissement, l'obéissance, la passivité et la domesticité (Chow, 1989; Uchida, 1998), telles que nous l'avons vue dans la revue de littérature de ce mémoire. Cette représentation est due à l'orientalisation des femmes asiatiques qui renvoie à une image de la féminité idéale : celle doublement soumise (Uchida, 1998) par les représentations médiatiques comme étant des femmes exotiques et sexuelles. C'est cette orientalisation qui a créé deux images contrastées : la poupée docile/fleur de lotus ou la diabolique dame du dragon (Chow, 1989; Uchida, 1998). Basées sur cette conception de la « femme orientale », des lois d'immigration se sont reposées sur l'hypothèse pour les exclure, en les voyant comme des personnes criminelles et démoralisantes (Mohanty, 1991). Toutefois, cette image s'est rapprochée par la suite du stéréotype de la minorité modèle qui tend à les réduire à des servantes sexuelles, des domestiques parfaites ou de bonnes ménagères, soit des images qui plaisent à la culture dominante, c'est-à-dire l'Homme occidental (Uchida, 1998). Actuellement, l'image de la femme asiatique qui équivaut à une femme orientale est présente à tous les niveaux du discours : dans les médias, les interactions sociales et interpersonnelles (Uchida, 1998). Elles demeurent toujours aux yeux de la société comme étant « l'Autre », affectant ainsi directement leurs expériences de vie, en étant exclues du pouvoir et des privilèges et en voyant leur statut de « sujet » nié; ce qui permet de maintenir la domination sur leur corps comme durant la période coloniale (Uchida, 1998).

« Lorsqu'un groupe a le pouvoir de représenter un autre groupe en termes d'images et de stéréotypes et qu'il peut utiliser les images comme outils d'oppression, contrairement à l'autre groupe, la structure de la domination est recréée et l'hégémonie du groupe dominant est maintenue. » (Uchida, 1998, p. 170 [traduction libre]).

2.2.4 La critique de l'expérience universelle des femmes par le féminisme postcolonial

Le féminisme postcolonial place l'expérience du colonialisme au centre de son analyse des enjeux sociaux (Maillé, 2017), en incluant les femmes du tiers-monde, aussi appelées « immigrantes » (Spivak, 2003; Trinh & Trinh, 1989; Mohanty, 1991). En effet, le féministe postcolonial tire sa source dans les théories postcoloniales ainsi que des *Subaltern studies* développés par Gayatri

Chakravorty Spivak (Maillé, 2007). La conceptualisation de la position subalterne invite à interrompre et remettre en question les positions dominantes en problématisant et en représentant les différentes conditions de la mondialisation (Spivak, 1988). Le ou la subalterne est donc une position d'assujettissement et de résistance à la domination, plutôt qu'une personne ou un groupe de personnes (Ozkazanc-Pan, 2012). Plus précisément, ces écrits remettent en question les construits et certaines notions du féminisme occidental de la deuxième vague, qualifié de féminisme *mainstream*¹⁷, lequel s'est forgé dans une trajectoire de l'Europe se voyant « comme Sujet de l'Histoire » (Kian, 2017, p. 69). Les hypothèses épistémologiques tirées des approches féministes occidentales tentent de parler « pour la femme du tiers monde », renvoyant à la conception de femmes sans histoire, qui ne peuvent pas parler (Spivak, 1985). Les féministes postcoloniales mettent en évidence les diverses expériences des sujets postcoloniaux et les conditions dans lesquelles ils vivent. Elles mettent en lumière leur position en tant que personnes marginalisées afin de les laisser « parler pour eux-mêmes » (Ozkazanc-Pan, 2012). Elles dénoncent également les processus d'infériorisation culturelle dans les représentations que les hommes blancs doivent sauver la femme de couleur (Léna & Martin, 2012).

Françoise Vergès (2017) propose le concept de *féminismes décoloniaux* en critiquant l'universalité des revendications du féminisme libéral qui se dépeint comme un féminisme universel alors qu'il ne convie pas aux expériences des femmes racisées (Young, 2014 dans Berenstain, 2020). En effet, il est difficile de pouvoir réclamer l'universalité vu que ce courant est fondé uniquement sur les expériences et les visions de la « blancheur » et des privilèges (Mohanty, 2003; Vergès, 2017). Cela crée une réalité homogène des enjeux des femmes et participe à l'oppression de celles racialisées. Conséquemment, ces femmes ne peuvent pas parler au nom de toutes les femmes, sinon qu'au prix d'une arrogance puisque le courant ne consolide pas toutes les réalités existantes parmi les femmes (Vergès, 2019). Toujours selon la même auteure, cette pensée universelle permet à la société de maintenir des hiérarchies entre les femmes, donc les Blanches sur les femmes racisées, grâce aux discours daltoniens¹⁸. Le message sous-jacent est que, si les discours ne

¹⁷ Le féminisme *mainstream* est aussi appelé le féminisme libéral, occidental ou dominant. Ce féminisme est fondé sur les expériences et les visions du monde émanant de la « blancheur » et du privilège occidental, c'est-à-dire de la femme blanche de classe moyenne (Kian, 2017).

¹⁸ Le discours daltonien (*colorblind*) explique que les personnes dominantes, c'est-à-dire les Blanc.he.s ne remarquent pas la couleur de la peau d'une personne lorsqu'ils prennent des décisions (Satzewich & Shaffir, 2009). Ce discours de déni que la race fait partie des valeurs politiques de la société canadienne ne reflète qu'une culture dominante des individus et des institutions blanches (Satzewich & Shaffir, 2009).

reflètent pas l'expérience des femmes racisées, c'est dû à une mauvaise interprétation ou compréhension de leur réalité, voire à quelque chose de mal dans leur expérience (Berenstain, 2020). En adhérant à ce type de discours, cela empêche de reconnaître le privilège blanc et cela élargie davantage l'écart entre les personnes racisées et les Blanc.he.s (Shams, 2015). Cette structure de violence n'est jamais accidentelle (Ruíz. À venir, cité dans Berenstain, 2020), car les structures sociales se sont modelées sur les empires, l'impérialisme, le colonialisme et le nationalisme, et ce, à travers des images racialisées et sexualisées (Mayuzumi, 2008). Conséquemment, le daltonisme proclamé renforce les positions de pouvoir du dominant-dominé vu que les femmes blanches ne s'interrogent jamais sur les privilèges que le racisme, le colonialisme et l'impérialisme leur ont attribué (Vergès, 2017). Ainsi, Françoise Vergès (2017; 2020) avance son argument qu'il faut repolitiser le féministe afin de refaire l'analyse de l'exploitation des femmes racisées, car le colonialisme a racialisé la sexualité, le genre et imposé des normes de beauté occidentale.

Le fait qu'aujourd'hui des femmes blanches puissent bénéficier d'une liberté suffisante pour consacrer leur énergie à la sphère professionnelle, c'est grâce à l'exploitation invisible des milliers de femmes, provenant la plupart des pays du sud (Vergès, 2019). Donc, la libération des femmes privilégiées sur le dos des femmes subalternes leur a offert un confort dans lequel celles-ci ne désirent pas rendre visibles les conditions dont elles-ci travaillent. D'ailleurs, pour participer dans ce courant féministe *mainstream*, il faut que la personne racisée passe dans des étapes de blanchiment, c'est-à-dire de renier tout ce qui est en lien avec sa culture, son histoire culturelle, sa communauté, etc. afin d'adopter des référents eurocentrés (Vergès, 2019). La personne doit donc suivre « un code » inscrit par les personnes dominantes, sinon celle-ci semble déranger le groupe.

2.2.5 Le postcolonialisme comme stratégie de résistance

Dans cette perspective, le féminisme postcolonial permet d'éviter la double colonisation des femmes d'origine asiatique ainsi que de situer les perspectives de celles-ci sur leur propre expérience du racisme genré. En repolitisant le féminisme, cela nous permet d'analyser l'exploitation racisée, de ces formes qui prennent aujourd'hui, notamment le capitalisme racial et le patriarcat racial (Vergès, 2017). De plus, cela nous permettra de sortir des dynamiques oppressives qui modulent le vécu des femmes asiatiques qui accentue l'invisibilité de leur réalité. En effet, les théories des féministes postcoloniales proposent de repenser aux relations de pouvoir

entre « l’opresseur » et « l’opprimé » dans le but de favoriser une lecture authentique des enjeux de pouvoir et de dominations (Parry, 1994; Lénéel & Martin, 2012). Comme dans plusieurs études postcoloniales qui critiquent l’érotisation et la féminisation de l’Orient dans l’idéologie coloniale (Trinh & Trinh, 1989; Mohanty, 1991; Kian, 2017), l’étude consiste aussi à critiquer les exercices du pouvoir colonial encore existant dans la société québécoise en mettant en lumière les différentes articulations de ses formes. Il y a donc ce rejet que les femmes d’origine asiatique sont passives et continuent d’être des victimes du système colonial, racial et patriarcal.

Cette étude invite finalement les femmes d’origine asiatique à se voir et à voir leurs expériences comme un savoir situé, socialement construit, qui est notamment marqué par la race, le genre, la classe et d’autres indicateurs de leur position (Kian, 2017). Cette recherche propose de mieux comprendre et situer les femmes d’origine asiatique dans l’espace public québécois en se réappropriant leurs paroles afin de nommer et d’expliquer les violences qu’elles vivent.

Chapitre 3 : Méthodologie

Pour ce troisième chapitre, nous allons dans un premier temps émettre notre positionnement à l'aide d'un *Asian women standpoint*, inspiré des études du *Black feminism*. Dans un deuxième temps, nous expliquerons le choix de construire nos données dans l'approche qualitative et la méthode du *focus group*. Nous aborderons également l'échantillonnage de notre étude ainsi que les procédures pour le recrutement, tout en prenant compte de la pandémie actuelle de la COVID-19. Enfin, nous expliquerons la sélection de la thématique à titre de technique d'analyse de nos données.

3.1 L'épistémologie du positionnement : un *Asian women standpoint*

Comme le sujet traite du racisme spécifiquement chez les femmes asiatiques, il est important de considérer à mentionner notre identité en tant que chercheuse principale. Loin d'être un biais, ce positionnement demeure un facilitateur pour minimiser toute hésitation ou réticence lors de dévoilement des sentiments négatifs des participantes (Sue et al., 2007b). Cette réflexion s'inspire de l'épistémologie du positionnement (*standpoint epistemology*) (Collins, 1986), qui considère de « savoir *qui* parle est essentiel pour comprendre de quoi parle-t-on » (Benhadjoudja, 2015, p. 51). C'est ainsi que nous amorçons notre réflexion sur un *Asian women standpoint*¹⁹.

Nous considérons que la rédaction de ce projet de mémoire est l'occasion d'un moment d'apprentissage pour nous-mêmes, en tant que chercheuse principale, et pour les autres en réfléchissant, tout en examinant de manière réflexive la réalité des femmes d'origine asiatique provenant de notre groupe d'appartenance ethnique. Actuellement, il y a encore un manque de recherche qui explore l'intersection du racisme et du sexisme sur la vie des femmes d'origine asiatique au sein de la littérature scientifique (Le et al., 2020; Mayuzumi, 2015; Park, 2011), puis au Québec cette littérature est quasi-inexistante. De plus, les discussions critiques sur la race et le racisme, en particulier en ce qui concerne les Asiatiques au Canada, sont nécessaires pour comprendre les violences interpersonnelles comme faisant partie d'une plus grande structure de domination et d'oppression (Chun et al., 2013).

¹⁹ Inspiré sur *black women standpoint* de Patricia Hill Collins (1989) et du *muslim women standpoint* de Benhadjoudja (2015), ce positionnement épistémologique reconnaît que le savoir sur les femmes racisées, dans le cas de mon mémoire sur les femmes asiatiques, est construit dans des perspectives racistes et sexistes. En émettant cette épistémologie cela permet de comprendre la subordination d'un groupe en créant un savoir qui résiste à leur oppression (Benhadjoudja, 2015; Collins, 1989).

En tant qu'asio-féministe²⁰, il est important que cette recherche ait une approche féministe, car nous croyons que c'est un facteur de protection pour les femmes ayant de multiples identités marginalisées. En effet, les femmes racisées ne sont pas seulement prises dans une position de victime; elles possèdent une agentivité. De plus, cette approche modèle la relation entre le racisme et la détresse psychologique (Chun et al., 2013; Le et al., 2020). D'ailleurs, Le et ses collègues (2020) ont mentionné que la plupart des femmes asiatiques ont déclaré qu'elles ne s'identifiaient pas comme féministes comparées aux autres femmes racisées car les mouvements féministes ne les incluent peu dans les revendications sur le racisme. Elles sont donc exclues dans la sphère politique. Un objectif personnel est de combler ce manque de données afin que les femmes asiatiques puissent ressentir un pouvoir d'agir (*empowerment*) à participer dans cette lutte pour la justice sociale étant donné qu'elles auront une meilleure compréhension sur leur identité qui entrecroise des oppressions raciales et sexistes. Ainsi, ce sujet de recherche et nos expériences personnelles ne sont pas séparables pour nous en tant que chercheuses.

3.2 L'approche qualitative

Cette recherche qualitative s'inscrit dans le courant large du constructivisme, appelé également le paradigme interprétatif ou compréhensif (Fortin & Gagnon, 2016; Tracy, 2013) qui tente de mettre l'accent sur la compréhension d'un fait social (Keller, 2011), c'est-à-dire d'un phénomène selon les propres termes et les propres points de vue du sujet de la recherche (Tracy, 2013). De plus, l'approche choisie pour ce projet de recherche qualitative est inductive, car elle vise à prendre en compte avant tout l'expérience vécue de la personne, soit de comprendre le racisme genré vécu par les femmes asiatiques.

Plus spécifiquement, la phénoménologie interprétative met l'accent sur l'interprétation des expériences vécues plutôt que simplement la décrire (Fortin & Gagnon, 2016; Paillé & Mucchielli, 2016). Cette approche exige d'ailleurs que les participantes soient conscientes de leur expérience, c'est-à-dire qu'elles sont aptes à refléter et à rapporter le plus fidèlement possibles leur réaction face à un phénomène (Fortin & Gagnon, 2016), ici la charge raciale et émotionnelle vécue en tant que femme d'origine asiatique. Donc, les participantes rapportent l'événement ou encore les

²⁰ Le terme « Asioféministe » est la jonction du terme « asio », qui est un raccourci du mot « asiatique », et du terme « féministe ». Ce féminisme est sous l'ombrelle du féminisme intersectionnel, porté par des femmes et minorités de genre asiatiques (Sororasie, 2019). Il a vu le jour à la suite du mouvement antiraciste afin de dénoncer les agressions racistes envers les communautés asiatiques en France, en 2016, afin de rétablir une sororité avec d'autres femmes racisées.

sentiments tels qu'elles les perçoivent et nous tentons de dégager les significations des témoignages des vécus.

3.3 Le *focus group* comme méthode de collecte des données

Pour atteindre les objectifs de recherche, l'utilisation d'un *focus group*, appelé la méthode des groupes de discussion focalisée, a été préconisée. Ce type d'entrevue réunit un.e animateur.trice, un.e observateur.trice (optionnelle) (Baribeau & Germain, 2010) et des participant.e.s qui partagent certaines caractéristiques semblables afin d'interroger leur vécu subjectif, c'est-à-dire leur manière de penser, leurs opinions et leurs réactions vis-à-vis d'un sujet en particulier (Fortin & Gagnon, 2016). L'utilisation de ce type de méthode permet de découvrir des notions peu étudiées dans un contexte social. Conséquemment, elle fournit une grande richesse narrative grâce aux diverses interactions des participant.e.s (Fortin & Gagnon, 2016; Baribeau & Germain, 2010). Contrairement aux autres méthodes populaires de collecte de données, le groupe de discussion permet de voir les similarités et offre des informations plus nuancées, voire plus riches (Baribeau & Germain, 2010). Dans le cadre de ce projet de recherche dû à la COVID-19, le groupe de discussion a été fait en ligne afin d'assurer les protocoles de la Santé publique canadienne.

Différents impératifs sur le plan économique et politique ont été considérés pour le choix de cette méthode. En fait, grâce au groupe de discussion, nous avons eu accès à un grand nombre de participantes en même temps, ce qui nous permet d'économiser du temps dans notre recherche (Baribeau & Germain, 2010). D'ailleurs, parler de son vécu personnel est un sujet sensible au sein des communautés asiatiques (Assalone & Fann, 2017; Cheng et al., 2017) et donc, le groupe de discussion encourage les participantes à s'exprimer sur des sujets plus « sensibles » (Baribeau & Germain, 2010) vu qu'elles collectivisent leur expérience personnelle en s'exprimant sur les violences subites (Jones, 2015; Szymanski & Lewis, 2016). De plus, les discussions permettent de faire émerger des représentations sociales grâce à cette dynamique d'échange ainsi que d'identifier des consensus et des désaccords rapidement sur les thèmes abordés (Baribeau & Germain, 2010). Cette méthode est reconnue pour permettre aux populations asiatiques de mieux saisir la richesse de leurs expériences tout en permettant, grâce aux interactions du groupe, de faciliter le développement du sens de leur vécu (Sue et al., 2007). En effet, les groupes de discussion se sont révélés être un moyen efficace d'avoir accès à des informations approfondies sur des sujets

relativement inexplorés, surtout lors des explorations sur les perceptions raciales (Solórzano et al., 2000; Sue et al., 2007a).

Toutefois, certaines limites peuvent émerger telles que le temps limité pour approfondir sur divers thèmes, l'importance des normes sociales qui influencent les réponses des participantes, ou même l'influence mutuelle de celles-ci (effet domino) provoquant ainsi une certaine conformité (Baribeau & Germain, 2010). Les autres défis, en adoptant cette méthode, peuvent être la difficulté à suivre les fils de discussion ou bien de canaliser les prises de paroles vu que certaines peuvent moins s'exprimer comparé à d'autres, ainsi que le contrôle de la discussion par les participantes (Baribeau & Germain, 2010). Afin de contrer ces limites, nous avons construit une grille d'entretien semi-dirigée (Annexe A) afin de nous guider dans l'animation du groupe de discussion. D'ailleurs, sur le plan de la confidentialité, bien que la méthode d'entrevue de groupe nous permette d'observer les interactions et les discussions entre les participantes, les données recueillies lors de l'entrevue de groupe sont une seule unité de données d'un groupe et non des cas individuels collectés simultanément (Berg & Lune, 2012). L'essence des données réside donc dans les échanges entre les participantes. Conséquemment, le groupe en lui-même est une unité d'analyse et les données sont une unité (Berg & Lune, 2012). Cette méthode utilise explicitement les interactions de groupe dans le cadre de la méthode de collecte de données (Berg & Lune, 2012).

Durant l'entrevue de groupe, le guide d'entretien est semi-dirigé afin d'assurer que sa structure est la mieux adaptée pour ce projet de recherche. Celui-ci a été construit en utilisant une lentille féministe afin d'engager les participantes dans un dialogue partagé et collaboratif sur leurs expériences et les répercussions face aux discriminations raciales et sexistes (Brady et al., 2017). En effet, la collecte de donnée ne sert pas à confirmer une théorie, mais plutôt à explorer les perceptions, les expériences et les contenus au niveau émotionnel des personnes (Tracy, 2013). D'ailleurs, ce type de guide d'entrevue a pour but de stimuler la discussion plutôt à la dicter (Tracy, 2013). Par conséquent, en entrant « dans le monde subjectif » des participantes, il est important que nous nous adaptions aux circonstances et à la constante évolution de la discussion (Douglas, 1985 dans Tracy, 2013). De plus, cette formule nous permet d'assumer la posture d'être une auditrice et d'une réfléchitrice (Tracy, 2013). Toutefois, le fait que l'entrevue soit semi-directive, ceci nous permet de guider les thèmes dans notre recherche afin d'atteindre les objectifs de celle-ci. De même, cela nous permet d'avoir un ordre déterminé en guise de points de repère. Toute cette

démarche permet de recueillir des données de qualité et orientées vers le but du projet de recherche dans un laps de temps raisonnable (De Ketele & Roegiers, 1996 dans Imbert, 2013).

Pour cette recherche, les questions tirées du guide d'entretien semi-directif portent sur les thèmes des différentes expériences racistes et sexistes, les effets ressentis lors de ces expériences et les stratégies d'adaptation utilisées pour contrer ces expériences chez les participantes. Par conséquent, le type d'entretien est plutôt narratif. En le mettant en relief avec la structure de l'entretien, le type narratif encourage les participants à raconter leur vécu plutôt que de simplement répondre aux questions du guide d'entretien (Tracy, 2013). Ceci permet l'épanouissement de nouvelles compréhensions tel que leur perception des effets vécus lors de la confrontation du racisme genré. De plus, cela permet d'explorer les points de vue complexes des participants sans être contraint à des questions précises.

Pour finir, la position de l'entrevue s'est tenue par l'entretien réactif (*responsive interviewing*) tel que défini par Rubin et Rubin (2005) dans l'ouvrage de Tracy (2013). Plus spécifiquement, ce modèle invite les chercheurs-ses à établir une relation réciproque, à être respectueux envers les personnes interrogées en n'émettant aucun jugement, et à démontrer une ouverture d'esprit ainsi que de l'empathie (Tracy, 2013; Paillé & Mucchielli, 2016). De plus, cela permet d'établir un lien de confiance avec les participantes. Le fait que le projet de recherche tente d'explorer les perceptions des participantes sur l'expérience du racisme genré et de mieux comprendre les formes et les impacts de la charge raciale sur les femmes d'origine asiatique, démontrer de l'empathie est un aspect important durant l'entretien (Paillé & Mucchielli, 2016). Bref, l'optique est de mettre les participantes à l'aise pour qu'il ait une ouverture sur leur perception liée au sujet étudié.

3.3.1 Échantillonnage des participantes

Avant de procéder au recrutement des participantes, nous avons obtenu un certificat éthique du Bureau d'éthique et d'intégrité de la recherche de l'Université d'Ottawa (Annexe B). Pour cette recherche, la méthode d'échantillonnage intentionnel, appelé aussi l'échantillonnage par choix raisonné, a été utilisée pour recruter les participantes. La stratégie d'échantillonnage par sujets d'opportunité a été choisie afin d'interpeler les gens sensibilisés par la problématique qui vont s'impliquer (Hardina, 2013). Cette méthode a permis aussi de sélectionner les participantes à l'aide d'un ensemble de critères précis (Fortin & Gagnon, 2016).

Les critères principaux pour cette étude sont 1) s'identifier comme une femme appartenant à la communauté asiatique; 2) être âgée de 18 ans et plus; 3) être en mesure de lire et communiquer en français; 4) résider dans la province de Québec; et 5) avoir vécu du racisme et du sexisme dans la dernière année (douze derniers mois). Les hommes asiatiques ont été exclus dans cette recherche malgré qu'ils soient aussi confrontés à des discriminations raciales et sexistes. En effet, des études démontrent que les femmes asiatiques et les hommes asiatiques ne sont pas confrontés aux mêmes types de discrimination et aux stéréotypes raciaux, et ce malgré qu'ils proviennent du même groupe ethnique (Park, 2012; Schug et al., 2017). Afin d'établir un portrait exhaustif des discriminations raciales et de genre des femmes asiatiques, il importe d'avoir seulement leur participation. Par conséquent, pour des limites de faisabilité, les participantes habitant à l'extérieur de la province du Québec seront exclues, car les enjeux sociaux tels que l'aspect linguistique sont différents entre les provinces canadiennes. De plus, le lieu de résidence fut choisi pour assurer une homogénéité de nos données. La participation des femmes transgenres et de femmes provenant de différents milieux socio-économiques a aussi été encouragée. En effet, les études démontrent qu'il y a une surreprésentation des personnes cisgenres de classe moyenne ou ayant obtenu un diplôme d'études universitaires dans les études auprès des personnes racisées (Coloma, 2013; Sue et al., 2007b). Enfin, la délimitation temporelle déterminée concernant l'expérience de la discrimination raciale et de genre des femmes d'origine asiatique a pour but de limiter les biais mnésiques de ces dernières quant à leur récit (Brainerd & Reyna, 2002).

En recherche qualitative, il y a un principe de saturation scientifique qui détermine habituellement la taille finale de l'échantillon de l'étude (Tracy, 2013). Le groupe de discussion est un style d'entrevue conçu pour de petits groupes d'individus afin de discuter sur un ou plusieurs sujets particuliers (Barbour, 2008). Ainsi, pour le groupe de discussion, cette saturation est généralement obtenue autour de 4 (Seal et al., 1998) à 7 (Krueger, 2014) participant.e.s. Néanmoins, l'échantillon constitue des informateurs multiples. Malgré qu'il soit petit, cela permet de diversifier l'expérience vécue et plusieurs thèmes peuvent en ressortir (Tracy, 2013). Pour cette étude, il a été décidé que nous formons deux discussions de groupe avec 4 à 5 participantes afin que celles-ci aient le temps de partager leurs opinions ainsi qu'assurer un espace sûr et bienveillant entre elles.

3.3.2 La procédure de recrutement

La période de recrutement a été réalisée au mois de mars 2021 selon le principe du premier arrivé, premier servi. Le recrutement a été fait à l'aide d'une affiche publicitaire (Annexe C) qui a été publiée sur nos réseaux sociaux via notre profil sur Facebook et Instagram. Ces affiches ont été partagées auprès de nos réseaux de contacts ainsi qu'au sein de différents groupes Facebook considérés comme pouvant être pertinents comme le « Groupe d'Entraide contre le racisme envers les Asiatiques au Québec » et « Réseau d'entraide pour les chercheurs-ses (universitaire ou non!) BIPOC ». Ce sont des lieux d'échanges où des femmes racisées ou asiatiques discutent librement, soit sur des enjeux liés au racisme ou encore qu'elles partagent un intérêt face à la recherche. Afin de publier les affiches publicitaires sur ces groupes, une autorisation a été faite aux administratrices préalablement.

Dans les 24 heures suivant l'annonce du recrutement des participantes pour le projet de recherche sur les réseaux sociaux, nous avons recruté 9 participantes pour sa recherche. Cette rapidité au niveau du recrutement démontre la nécessité et l'intérêt concernant la recherche sur le racisme vécu par les femmes d'origine asiatique. Le premier contact s'est fait par courriel, sans la nécessité d'avoir un premier contact téléphonique ou par vidéoconférence, car les participantes ont abordé elles-mêmes leur identité (ex. : personne d'origine asiatique de deuxième génération, mixte ou adoptée) et leur intérêt face au projet de recherche. Nous avons donc pu valider que celles-ci correspondent bel et bien aux critères d'inclusion. Dans le courriel de réponse, nous avons expliqué les objectifs du projet de recherche, le déroulement de celui-ci et les enjeux liés aux considérations éthiques tels que le consentement libre et éclairé, notamment l'enjeu de confidentialité et le retrait de leur participation en tout temps. Nous avons également mis en pièce-jointe une lettre d'invitation (Annexe D) et le formulaire de consentement (Annexe E). La confirmation de leur participation pour le projet de recherche a été réalisée lorsqu'elles ont envoyé de nouveau le formulaire de consentement signé de manière électronique. Une plage d'horaire grâce au site Doodle a aussi été mise dans le courriel de confirmation afin que les participantes puissent inscrire leurs disponibilités pour la rencontre de groupe. Nous avons opté cette méthode afin de susciter un lien de confiance avec les participantes, c'est-à-dire offrir un choix qui leur convient. Un courriel de rappel a été envoyé une journée avant la rencontre afin de confirmer la date, l'heure et le lien Zoom de la rencontre de groupe.

Nous avons modéré les deux entrevues de groupe et les participantes se sont rencontrées sur la plateforme de vidéoconférence du logiciel Zoom. Ces rencontres ont seulement eu lieu une seule fois et il y avait entre 4 à 5 participantes lors de chaque groupe de discussion. Les rencontres ont duré environ 90 minutes à l'aide du guide d'entretien semi-directif. Les entrevues ont été enregistrées à l'aide du logiciel Zoom et un cellulaire qui sont munis d'un mot de passe. Avant de commencer l'entrevue de groupe, nous nous sommes assuré que les participantes comprennent que leur participation à ce projet de recherche est volontaire et qu'elles peuvent se retirer leur participation en tout temps ou bien elles ont la possibilité de prendre une pause au cours de l'entrevue de groupe ou de ne pas répondre à certaines questions. Cinq minutes ont été accordées afin de répondre aux questionnements des participantes sur les enjeux de la confidentialité. À la suite des entrevues de groupe, chaque participante a rempli un questionnaire portant sur les données sociodémographiques (Annexe F); il a été envoyé dès la fin de l'entrevue par courriel afin qu'elles puissent y répondre directement, et ce de manière volontaire.

3.3.2.1 Mesure à entreprendre due à la pandémie de la COVID-19

Actuellement dans la période de la planification de cette recherche, le gouvernement québécois permet un rassemblement qui doit se limiter à un maximum de 10 personnes et une distanciation minimale de 2 mètres doit être maintenue entre celles-ci. Toutefois, le fait que les mesures changent au fur et à mesure et il y a encore des risques élevés quant à la propagation du virus, une rencontre en ligne via Zoom a été préconisée. Bien que cette méthode et les procédures semblent similaires aux rencontres présentielle, différents enjeux ont été considérés. En effet, il est plus difficile aux interlocuteurs.trices de saisir les indices non verbaux transmis à travers le langage corporel, ce qui peut influencer sur leur participation aux discussions (Janghorban et al., 2014). De même, il est important que nous nous assurions d'avoir accès à une connexion internet stable ainsi que celle des participantes (Janghorban et al., 2014). Pour ces rencontres de discussion sur Zoom, nous leur avons demandé de garder leur caméra ouverte lors de l'échange, toutefois celles-ci pouvaient la fermer si elles sentaient le besoin, par exemple, à la suite d'un témoignage difficile ou si elles se sentent inconfortables à la mettre lors du partage du vécu.

3.4 Les considérations éthiques spécifiques

En sachant que les communautés asiatiques montréalaises sont petites, il y a des risques que les participantes se connaissent ou se soient côtoyées auparavant dans les événements culturels ou les

milieux de culte de la communauté; certaines répercussions sociales doivent être tenues en compte. Dû au racisme qui a ressurgi durant la pandémie de COVID-19 à travers le Québec et le Canada (Bordeleau, 2021; Chung, 2021; Morasse, 2021; Ziems et al., 2020), les personnes d'origine asiatique se sont regroupées afin de collectiviser leur lutte contre le racisme. Il est donc possible que certaines participantes se soient rencontrées dans ses espaces de collectivité.

L'enjeu de confidentialité est au cœur de notre projet. Les participantes doivent se rencontrer pour l'entretien de groupe, ce qui les expose à dévoiler leur participation à ce projet de recherche. Par conséquent, nous nous sommes attardés à sensibiliser les participantes sur les règles de confidentialité ainsi que les principes de non-jugement envers les pairs. De plus, nous avons fait part de grande précaution lors de la diffusion des données en retirant avec une rigueur importante toute identification des participants (p. ex. : nom, profession, ville du domicile, âge actuel, etc.) afin d'éviter de briser l'anonymat, et ce, à partir de l'étape de la transcription. Un code a été offert pour chaque participant et nous sommes les seules à y avoir accès ainsi qu'aux questionnaires complétés. De même, si certains témoignages permettent de reconnaître la participante comme une situation précise, ils ne sont pas utilisés dans la publication du mémoire.

Nous étions conscientes que des tensions pouvaient apparaître au sein du groupe de discussion si des opinions divergentes survenaient entre les participantes. Aborder un sujet sensible tel que le racisme peut engendrer chez certaines personnes des ressentiments envers des individus et leur affiliation à leur groupe ethnique qui ont des comportements oppressants envers ces dernières. Avec la tension sociale actuelle entourant les enjeux de discrimination raciale, la personne peut être à risque d'être jugée plus négativement par ses pairs qui ne partagent pas les mêmes opinions ou qu'elles aient l'impression que leur groupe ethnique est davantage victimisé. Afin de minimiser ce risque, nous avons abordé lors de l'entrevue les mécanismes de résistance que les participantes peuvent utiliser pour gérer et prévenir les situations discriminatoires. Ainsi, la rencontre s'est terminée sur une perspective positive afin de permettre les participantes de prendre conscience de leurs forces, de leurs outils et souligner leur agentivité qu'elles possèdent vis-à-vis cette problématique. À notre avis, certains risques de malaise ou d'inconfort peuvent se présenter lors de la rencontre de groupe, car les participantes s'exposent à revivre une expérience traumatique due à la nature du sujet sur leurs expériences personnelles qui a été abordé. Le fait que les femmes racisées sont propices à subir de la violence sexuelle due aux divers stéréotypes ethnosexuels à leur égard (Moody & Lewis, 2019; Buchanan et al., 2018; Brady et al., 2017; Mayuzumi, 2015),

il est possible que la discussion leur remémore des événements traumatiques tels que le harcèlement sexuel, une agression sexuelle liée à la fétichisation des femmes, etc. (Dinh et al., 2018; Zheng, 2016). Toutefois, les risques les plus probables sont surtout reliés aux inconforts qui peuvent être engendrés lors de l'entrevue de groupe. Il est normal que des émotions négatives soient ressenties (comme la honte, tristesse, anxiété, colère) en parlant d'expériences déplaisantes du racisme et/ou du sexisme. À la fin de l'entrevue, nous avons offert une liste de ressources d'aide psychologique aux participantes afin de diminuer les risques liés aux inconforts psychologiques et émotionnels. À la suite des rencontres de groupe, plusieurs des participantes ont échangé leurs coordonnées personnelles afin de maintenir un contact entre elles. Cela démontre que des espaces sûrs et bienveillants qui permettent de collectiviser le vécu entre les femmes asiatiques (ou racisées) sont nécessaires pour leur processus de guérison.

3.5 La technique d'analyse : la thématisation

Les bandes audios ont été transcrites en verbatim après les rencontres de groupe afin de faciliter l'analyse. Au cours de cette transcription, toutes les informations susceptibles de révéler l'identité de la participante ont été enlevées. Ensuite, nous avons procédé à une analyse thématique du matériel recueilli. Selon Paillé et Mucchielli (2016), la fonction de cette méthode est de saisir l'ensemble des thèmes ayant un lien avec l'objectif de la recherche. Puis, la documentation de certaines récurrences ou de regroupements de thèmes est la deuxième fonction de cette analyse thématique (Paillé & Mucchielli, 2016). Parmi les différentes techniques d'analyse, celle-ci consiste à repérer et regrouper les thèmes principaux dans les discours de chaque entretien, et ce, en rapport avec la problématique explorée du projet de recherche (Paillé & Mucchielli, 2016). De même, le fait que l'entretien semi-dirigé a été choisi pour recueillir les données de cette recherche, l'analyse thématique est la meilleure technique pour analyser ces données (Paillé, 1996 dans Mutel & Sibelet, 2013). Par conséquent, celle-ci permet de soulever les thèmes en interprétant les réponses des participants. Bref, l'objectif principal est de donner un sens aux informations recueillies (Mutel & Sibelet, 2013).

La démarche de thématisation ininterrompue est celle référée pour cette recherche (Paillé & Mucchielli, 2016). Au courant de cette démarche, les thèmes sont identifiés et notés au fur et à mesure de la lecture du verbatim (Paillé & Mucchielli, 2016). Certains sont regroupés et fusionnés si nécessaire, puis hiérarchisés sous la forme de thèmes centraux selon les mêmes auteurs.

L'approche inductive a été utilisée, car il n'y avait pas de grille d'analyse préfabriquée pour la codification des contenus.

La recherche a pour but de relever l'expérience du racisme genré ainsi que les retombées de la charge raciale des femmes d'origine asiatique québécoises. Afin d'y répondre, la méthode de codage thématique a été faite à l'aide du logiciel NVivo, en décomposant les propos de l'entretien à l'aide de différents « nœuds ». Plus précisément, le codage correspond à « une unité de sens » afin de faire ressortir le discours principal du participant, et ce, par un mot, une expression, une phrase, etc. (Paillé & Mucchielli, 2016). Donc, il faut décontextualiser les propos de la participante, c'est-à-dire de les décomposer afin de pouvoir les thématiser par la suite (Paillé & Mucchielli, 2016). Cette étape consiste à synthétiser le propos à un thème spécifique, puis d'offrir un sens à celle-ci. Ce logiciel permet de mettre des extraits des sources, c'est-à-dire les données brutes dans des catégories : les données a priori qui sont construites au fur et à mesure (Wanlin, 2007). De même, le logiciel trie les extraits en fonction des critères précis comme des attributs de la personne, des éléments ressortis des extraits, etc. (Wanlin, 2007). Donc, cela permet de schématiser la grille d'analyse avec les extraits de chaque participante (Wanlin, 2007) afin de « faire parler la catégorie », plus précisément de refaire sortir le thème principal (Paillé & Mucchielli, 2016). Il a été choisi pour effectuer cette recherche, car c'est un moyen plus rapide que d'extraire les données à la main (Wanlin, 2007). D'ailleurs, il permet de structurer les données ainsi que de constituer les extraits codés des participants (Wanlin, 2007) afin de pouvoir les utiliser lors de la présentation des résultats comme appui (Paillé & Mucchielli, 2016).

3.6 Présentations des participantes : diversité de femmes d'origine asiatique

Rappelons ici que la méthode de recrutement s'est faite sur les réseaux sociaux en ligne, et en moins de 24 heures, neuf participantes se sont manifestées pour participer à cette étude. De type qualitatif, notre étude se repose sur l'analyse de deux groupes de discussion avec quatre à cinq participantes québécoises d'origine asiatique pour chaque groupe.

Parmi nos participantes, elles sont la majorité des personnes descendantes de migrants²¹ (PDM) d'origine asiatique, soit de « deuxième génération » (3) ou « mixte » (3). Puis, une (1) seule

²¹ Nous reprenons la définition de Sophie Hamisultane (2021) dans laquelle les personnes descendantes de migrants sont des personnes socialisées dans le pays d'accueil des parents et donc, dans le cadre de notre étude, elles sont soit nées au Québec ou arrivées très jeunes, avant l'âge de 3 ans.

participante est une mère ayant vécu les processus de l'immigration québécoise et deux (2) sont des femmes adoptées de la Chine sous l'ombrelle de la politique chinoise de l'enfant unique (*One child policy*). Bien que la catégorie « asiatique » soit en fait hétérogène, les participantes de notre étude proviennent des régions de l'Asie de l'Est (Chine), l'Asie du Nord-Est (Corée) et l'Asie du Sud-Est (Vietnam et Cambodge). Celles-ci constituent un groupe relativement homogène, puisque la majorité (8 participantes) a grandi dans la province québécoise, notamment dans les grandes villes ou en région, et elles sont toutes éduquées au niveau universitaire.

Dans cette recherche, les participantes de notre échantillon s'identifient comme Québécoises, Canadiennes et certaines d'entre elles se sont identifiées comme « des femmes racisées », indiquant ainsi leurs expériences du racisme et se joignant aux voix des autres femmes marginalisées dues à la racialisation. Il est observé qu'elles associent leur identité comme étant une « identité ethnique », envoyant leur sentiment d'être membre d'un groupe ethnique, plutôt qu'une « identité culturelle » où cela renvoie à un ensemble de croyances, rites, traditions, valeurs, langues, comportements sociaux, etc. (Benoit et al., 2015).

3.6.1 Positionnement identitaire

Dans notre questionnaire sociodémographique ainsi que dans la question brise-glace des entretiens de groupe, les participantes ont été invitées à mentionner leur positionnement en tant que femmes d'origine asiatique. Quatre catégories ont été ressorties : les personnes de *deuxièmes générations*, les personnes *mixtes*, les personnes *adoptées* et les personnes *immigrantes*.

3.6.1.1 Les femmes de « deuxième génération »

Les femmes s'identifiant comme « deuxième génération » dont les parents ont émigré de l'Asie sont nées dans la province québécoise. Pour notre étude, nous avons choisi de définir cette catégorie de « deuxième génération » en optant la définition dans l'essai de Rosa Pires²² (2019) qui qualifie :

« [les femmes de deuxième génération] dont les parents ont immigré au Canada (un seul parent dans le cas d'une famille monoparentale) et celles nées à l'extérieur du Canada, mais arrivées en bas âge et ayant été scolarisées majoritairement au Québec, l'école primaire en étant un lieu central de socialisation. » (p. 17)

²² Voir Pires, R. (2019). *Ne sommes-nous pas Québécoises?* Les Éditions du Remue-ménage.

En effet, le choix de cette définition est plus inclusif que celle offerte par Statistique Canada. D'ailleurs, des sociologues comme Guénif-Souilamas (2003) critiquent cette appellation, car l'expression sous-entend cette sorte de « condition éternelle » des personnes québécoises racialisées. Cette expression participe en contribuant à leur altérisation en tant que citoyennes à part entière de la société québécoise (Guénif-Souilamas 2003). Malgré cette critique, nous maintenons l'appellation « deuxième génération » des participantes dont leurs parents sont issus de l'immigration afin de souligner leurs expériences différentes de discrimination raciale.

Selon l'Enquête nationale auprès des ménages sur *l'Immigration et diversité ethnoculturelle* au Canada en 2016, la majorité des immigrant.e.s qui se sont établi.e.s au début de leur vie d'adulte ont généralement des enfants nés dans l'une des provinces canadiennes, les appelant ainsi la « deuxième génération », ce qui représentait 37,5 % de la population totale d'enfants canadiens (Gouvernement du Canada, 2017). De plus, les pays de l'ascendance de la majorité des enfants âgés de moins de 15 ans (74,0 %) provenaient de l'Asie, de l'Amérique du Sud ou de l'Afrique (Gouvernement du Canada, 2017). En se baignant dans la culture du pays d'accueil et celle du pays d'origine des parents, ces enfants ont divers repères culturels comme les mœurs et les valeurs qui sont souvent différentes de ceux de la majorité de la population canadienne, notamment la langue, la religion, les habitudes alimentaires et les relations intergénérationnelles (Gouvernement du Canada, 2017; Pyke & Johnson, 2003).

3.6.1.2 Les femmes « mixtes »

Pour les participantes s'identifiant comme « mixte », cela signifie qu'elles sont un enfant issu d'un couple d'unions mixtes. Plus précisément, « [leurs parents] ont grandi avec un sentiment d'appartenance ethnique différent l'un de l'autre » (p. 74) et cette appartenance est souvent associée à des marqueurs culturels distincts tels que la langue, la cuisine, etc. (Le Gall & Meintel, 2011). Selon Statistique Canada (2018), pour être considéré comme une union mixte, au moins l'un.e des partenaires est racialisé.e (dont il l'inscrive dans la catégorie de « minorités visibles²³ ») ou les deux partenaires sont des personnes racialisées de communautés différentes. Dans le cadre de notre étude, deux participantes sont issues d'une union mixte où leur père est un homme blanc

²³ Le terme *minorité visible* est reconnu officiellement par le gouvernement du Canada afin de désigner toute personne « non Blanche » (Pierre, 2019). Des critiques ont été émises sur ce terme, en le reprochant d'être homogénéisant et il regroupe la diversité des différents groupes ethniques (Ma, 2021). De plus, le mot « minorité » dans l'expression devient réducteur vu que cela ne représente pas la réalité de certaines villes ou régions au Canada où les personnes racisées forment la majorité de la population (Ma, 2021).

et leur mère est d'origine vietnamienne. La troisième personne mixte est issue de parents racisés différents, d'un père de la communauté afrodescendante et d'une mère ayant émigré de l'Asie du Nord-Est (Corée).

Une particularité des participantes issues de parents immigrants et d'unions mixtes est le fait que le parcours migratoire de ceux-ci est totalement différent de l'un l'autre. En effet, nombreux Canadien.ne.s de l'Asie du Sud-Est de premières générations se sont échappé.e.s de la guerre froide et de la guerre chaude (p. ex., la guerre du Vietnam, la guerre de Khmer rouge). Ainsi, plusieurs de ces groupes sont des réfugiés de guerre. Plus spécifiquement, depuis les années 1970, le Canada s'est diversifié par l'arrivée des communautés vietnamiennes, cambodgiennes, laotiennes et de la Philippines (Park, 2011); appelé notamment les *Boat people* ou les réfugiés des guerres froides et chaudes (Ferzacca, 2011). Ces enjeux sociopolitiques et sociohistoriques ont des retombés importants sur l'identité ethnique des participantes, ce dont il sera discuté plus tard dans ce chapitre.

3.6.1.3 Les femmes adoptées de la Chine

Deux participantes de cette étude sont des femmes d'origine chinoise qui ont été adoptées sous la politique de l'enfant unique (*One child policy*) en Chine. Plus précisément, cette politique a été mise en place en 1979 afin de freiner la croissance démographique de la Chine (Ebenstein, 2010) et elle a pris fin en 2016, à la suite d'une conscientisation de l'État sur l'importante disparité entre les sexes (Feng et al., 2016). Des philosophes comme Amartya Sen (1990) ont dénoncé la discrimination sexiste de cette politique qui contrôle strictement la fécondité des couples; en créant des « filles disparues » de la Chine. En effet, les parents choisissaient le sexe de l'enfant en se basant sur leur intérêt économique, donc en ayant un fils (Ebenstein, 2010). Historiquement, nombreuses familles favorisaient les garçons au détriment des filles, puis dans certaines circonstances, ils ont rejeté les filles à la naissance vu qu'elles étaient considérées « comme une dette à payer, un fardeau » (Portaits de Montréal, 2016).

L'adoption de filles « non désirées par des familles chinoises sans filles » (Johannson et Nygren, 1991 dans Ebenstein, 2010) était à la hausse; des chiffres publiés indiquent qu'il y avait 10 000

adoptions par année en Chine²⁴, et certains estiment qu'il y en avait jusqu'à 500 000 lorsque les adoptions informelles étaient incluses (Johnson 1993 dans Ebenstein, 2010). Environ 95 % des enfants adoptés sont des filles (Ebenstein, 2010). Les adoptions chinoises étaient donc influencées par des facteurs économiques, sociaux et politiques qui ont mis en place une discrimination importante sur les filles d'origine chinoise. Ce mémoire ne se veut pas être une étude exhaustive des enjeux liés avec l'adoption ni une critique des politiques en Chine. Toutefois, il est nécessaire de mettre en lumière du parcours migratoire des participantes adoptées afin de mieux comprendre la mise en contexte des discriminations raciales vécues et certains de leurs témoignages.

3.6.1.4 Les femmes issues de l'immigration

Pour notre étude, seulement une participante se considère comme une personne immigrante. Cette catégorie de « personne immigrante » est identifiée comme étant une personne dont son pays de naissance n'est pas le Canada. Alors, ce n'est pas toutes personnes immigrantes qui sont racisées et la plus grande partie est des personnes blanches, soit venant de la France (le 3^e groupe immigrant sur le plan statistique au Québec) (Pierre, 2019). Le terme signifie donc que la personne a quitté son pays d'origine pour venir s'installer au Québec et elle peut avoir immigré récemment (moins de cinq ans) ou être arrivée depuis plusieurs années (10 ans, voire 45 ans) (Pierre, 2019).

Le recensement de 2016 a révélé que plus de 7 540 825 immigrant.e.s vivaient au Canada à l'heure actuelle. Il est reconnu que chaque nouvelle vague d'immigration a contribué à la diversité du pays, faisant ainsi le Canada comme l'un des pays les plus diversifiés sur le plan ethnique dans le monde (Khan et al., 2007).

Tableau 1. Présentation des répondantes de l'étude

Ce tableau est un récapitulatif sur les données des participantes de l'étude, sans donner plus de détails afin de préserver leur anonymat. Il permet de démontrer la constitution de chaque groupe de discussion. Chacune d'entre elles est identifiée avec un prénom²⁵ fictif auquel nous nous référons lors de la présentation des résultats.

²⁴ Au Canada, environ 8 000 des enfants adoptés par des Canadien.ne.s venaient de la Chine entre 1990 et 2005 (Annuaire du Canada, 2011).

²⁵ Nous avons maintenu de maintenir l'origine des prénoms, soit québécois, composés ou ethnique. Au sein des communautés asiatiques, il y a cet enjeu « d'occidentaliser » les prénoms des enfants afin d'assurer une meilleure insertion sociale pour eux (Perras, 2020).

| Participant | Positionnement identitaire | Identité ethnique | Groupe de discussion |
|--------------------|-----------------------------------|--|-----------------------------|
| Soriya | Deuxième génération | Cambodge | Groupe 1 |
| Emy-Jade | Adoptée | Chine | Groupe 1 |
| Marie-Ly | Mixte | Canada (Québec) (personne blanche) Vietnam | Groupe 1 |
| Alice | Adoptée | Chine | Groupe 1 |
| Kimberly | Deuxième génération | Vietnam | Groupe 2 |
| Sophie | Mixte | France Vietnam | Groupe 2 |
| Lee An | Deuxième génération | Chine | Groupe 2 |
| Sally | Mixte | Canada (Québec) (personne afrodescendante) Corée | Groupe 2 |
| Li Jing | Immigrante économique | Chine | Groupe 2 |

3.6.2 Engagement citoyen

Bien que notre étude ne cherche pas à analyser les enjeux de militantisme au sein des communautés asiatiques au Québec, il est nécessaire de mettre en lumière l'engagement citoyen ou militant des participantes de notre étude. En effet, certaines sont militantes au sein de la lutte contre le racisme anti-asiatique au Québec, et ce, de manière collective ou individuelle. Selon la typologie de Lemieux (2004), il y a trois niveaux d'engagement dans l'espace public : démocratique, politique et social.

Sur le plan démocratique, toutes les participantes ont exercé leur liberté d'expression et d'association en exprimant leur opinion sur les médias sociaux, en écrivant des lettres ouvertes, pour offrir un témoignage dans les médias de grande écoute ou encore participer à la marche contre le racisme anti-asiatique²⁶. Sur le plan d'engagement politique, seulement une d'entre elles participe dans des conseils de leur milieu professionnel afin d'implanter des pratiques anti-

²⁶ La marche contre le racisme anti-asiatique au Québec a eu lieu le 21 mars 2021, à la suite de la tuerie à Atlanta aux États-Unis dont 6 femmes d'origine asiatique ont été tuées par un homme blanc. Cette marche avait comme objectif de mettre d'abord en lumière le racisme anti-asiatique que subissent les populations montréalaises des communautés asiatiques depuis plus d'un an (mars 2020) ainsi que la misogynie et la fétichisation raciale sur les femmes d'origine asiatique.

oppressives et des stratégies pour promouvoir la diversité et l'inclusion. Finalement, toutes les participantes sont engagées socialement, c'est-à-dire en étant membre d'une association citoyenne, soit le Groupe d'Entraide Contre le Racisme Envers les Asiatiques au Québec (GECREAQ).

3.6.3 Socialiser dans un milieu blanc; déracinement de leur identité asiatique

Plusieurs participantes dont celles qui s'identifient comme une personne mixte ou adoptée d'origine asiatique ont soulevé le fait qu'elles ont été éduquées par des parents blancs et donc, leur milieu de socialisation premier est constitué de quartiers prédominants blancs :

« Puis ça reste que j'ai été éduqué par des personnes blanches, ça reste que j'ai été dans un endroit assez blanc. » (Alice, *focus group 1*)

« J'ai été élevée par mon père français, blanc, très blanc, en banlieue blanche. [...] j'ai été élevé sur la [banlieue] là [...] Puis, t'sais, c'est blanc, blanc là. Fait que c'est "bleacher". » (Sophie, *focus group 2*)

Plusieurs d'entre elles indiquent être souvent la seule personne racisée dans leur milieu, conséquemment elles devenaient la « représentante ethnique » :

« Parce que je viens d'un milieu, comme blanc là. Genre, t'sais comme le plus ethnique là je pense c'était les spots sur les vaches. T'sais c'est sincèrement blanc, blanc, blanc là ok. Puis, je pense qu'à chaque promotion on avait comme une ethnie. Puis, de ma promotion c'était moi "l'ethnie"... Puis ma sœur, elle est deux ans de plus jeune que moi, puis elle, c'était elle. Fait que ça vous donne juste un genre d'idée là. [...] c'était banlieue. » (Marie-Ly, *focus group 1*)

« Parce que je m'en souviens t'sais, moi j'ai vécu pas mal toute ma vie dans [ville québécoise]. C'est pas vraiment asiatique à [ville québécoise] là, m'as te le dire. » (Sally, *focus group 2*)

En effet, le fait que certaines d'entre elles sont « mélangées racialement » signifiait qu'elles incarnaient un statut racial différent de leur entourage (Samuels, 2009).

D'ailleurs, quelques-unes d'entre elles, soit Soriya, Kimberly et Sophie, sont aussi conscientes des traumatismes intergénérationnels causés par les guerres de l'Indochine²⁷ dont des membres de leurs familles sont des réfugiés arrivés au Québec durant leur jeunesse. Toutefois, elles avaient peu de repères culturels et donc, elles ont une méconnaissance de leur identité culturelle. Leur socialisation était prédominante blanche.

²⁷ L'Indochine regroupait auparavant les pays du Sud-Est asiatiques, soit le Vietnam, le Cambodge, le Laos, la Thaïlande, la Malaisie, le Singapour et la Birmanie. Les guerres d'Indochine sont les trois guerres qui se sont déroulées sur ces territoires, plus souvent reconnus sous le nom de la Guerre du Vietnam, la guerre civile cambodgienne (Khmer rouge).

« Je suis d'origine cambodgienne donc, mes deux parents sont [des réfugiés] cambodgiens. [...] Donc, ils sont venus ici dans le contexte du génocide cambodgien... C'est dans les années [...] 80-90, donc ça fait quand même longtemps qu'ils sont ici. Puis, je pense que ça explique un peu comment mon identité est autant québécoise qu'asiatique, dans le sens où ma mère est venue, elle a fait son secondaire au Québec [...]. Donc, elle m'a un peu donné cet aspect-là plus culturel québécois. » (Soriya, *focus group* 1)

Malgré cela, plusieurs d'entre elles ressentent de la discrimination raciale, soit dans leur milieu scolaire ou professionnel, ce qui crée un sentiment de déracinement de leur pays d'origine, dont une participante qui désire y retourner une fois retraitée.

La raison pour laquelle nous soulevons cette dimension de leur parcours de vie, c'est-à-dire l'environnement où les participantes ont grandi, est pour mettre en contexte les discriminations qu'elles ont vécues. En effet, des études ont démontré que les personnes racisées vivant dans des quartiers prédominants blancs sont plus susceptibles de se faire profiler que dans des quartiers où résident une densité de populations ethnoculturelles (Holmes & Smith, 2012; Ngo et al., 2018).

3.7 Les limites de notre étude

Sur le plan méthodologique, nous avons identifié quelques limites de notre recherche. Tout d'abord, en lien avec la question de la représentativité de l'échantillon, bien que celle-ci ait été relativement diversifiée en termes d'ethnicité (des communautés asiatiques), la quasi-majorité de nos participantes (n=8) se sont identifiées comme étant hétérosexuelles. Conséquemment, nos résultats ne peuvent pas généraliser les discriminations vécues des femmes d'origine asiatique LGBTQA+. D'ailleurs, selon la positionnalité de chacune de nos participantes (deuxième génération, mixte, adoptée ou immigrante), la taille de notre échantillon pour chaque groupe ethnique et chaque positionnement n'est pas assez grande pour examiner comment les femmes asiatiques de différentes origines ethniques peuvent différer lorsqu'elles vivent des agressions raciales sexuées. En effet, nos participantes d'origine mixte ont mentionné qu'elles vivent également des discriminations de la part des membres des communautés asiatiques, car il y a une hiérarchisation qui s'est créée sur le plan de la légitimité de leur identité par « le purisme sanguin ». Toutefois, nous n'avons pas pu explorer cette expérience due aux objectifs de notre étude. Cela va dans le même sens des données de recherche qui démontrent que le racisme interethnique est aussi présent (Nadal et al., 2021). De plus, il serait intéressant que les futures études examinent les expériences uniques des femmes asiatiques de différentes origines ethniques quant aux impacts du

traumatisme intergénérationnel, historique ou lié à l’immigration. Notre étude n’a également pas pris en compte l’enjeu de la classe dans ses analyses, par conséquent nous n’avons pas pu étudier sur le stéréotype où « les personnes asiatiques sont riches ». En fait, le taux de pauvreté²⁸ des communautés asiatiques est encore élevé ou plus élevé que celui des autres groupes racialisés (Kawai, 2005; *The Colour of Poverty – Colour of Change & Chinese & Southeast Asian Legal Clinic*, 2019). De plus, aucune de nos participantes ne provient de la communauté du Sud Asiatique, ce qui peut participer à une forme de colorisme²⁹ au sein de l’analyse sur le racisme anti-asiatique.

Finalement, notre étude met en lumière des discriminations raciales perpétuées par les personnes blanches à l’égard des femmes asiatiques dues aux témoignages des participantes. Toutefois, il est reconnu que le racisme entre les groupes interethniques existe également, ce qui démontre que l’enjeu du racisme est beaucoup plus complexe au sein de nos sociétés. Il faut donc éviter de percevoir les résultats comme une forme de division de la société, mais comme le résultat de violences systémiques inscrites dans les institutions.

²⁸ Les études démontrent qu’il y a un niveau disproportionnellement élevé – jusqu’à six à sept fois plus élevés que la moyenne – ayant ainsi des incidences importantes sur les résultats scolaires, l’état de leur santé, etc. En effet, « Le Recensement de 2016 a révélé que 20,8 % des personnes de couleur ont un faible revenu comparativement à 12,2 % des personnes non racialisées. En Ontario, alors que le taux de pauvreté pour la population atteignait 14,4 % en 2016, il s’élevait à 21,3 % dans l’ensemble pour les personnes de couleur. Voici quelques-uns des taux de pauvreté touchant certaines communautés racialisées en Ontario en 2016 : Sud-Asiatiques (18 %), Chinois (22,2 %), Noirs (24,1 %), Arabes (40,6 %), Asiatiques du Sud-Est (18,4 %), Asiatiques de l’Ouest (36,1 %) et Coréens (31,4 %). » (*The Colour of Poverty – Colour of Change & Chinese & Southeast Asian Legal Clinic*, 2019, p. 3).

²⁹ Basé sur la définition d’Alice Walker (1983), le colorisme octroie un traitement de faveur ou des préjugés auxquels sont confrontés les personnes d’une même communauté, et ce basée uniquement sur leur couleur de peau (Collins, 2016). Ainsi, plus que la personne a le teint de la peau clair, plus elle bénéficie de la blancheur (Almeida, 2019).

Chapitre 4 : Le racisme envers les femmes québécoises d'origine asiatique : les récits de celles qui le subissent

Dans ce quatrième chapitre, nous allons présenter les données ressorties de l'étude. Rappelons ici que la question de recherche consiste à mettre en lumière le racisme genré chez les femmes d'origine asiatique vivant dans la société québécoise ainsi qu'à mieux comprendre leurs expériences. À l'aide de deux groupes de discussion, neuf participantes se sont exprimées sur le processus d'altérisation qu'elles vivent en tant que femmes d'origine asiatique.

La première partie de ce chapitre présentera le processus de racialisation et d'orientalisation que vivent les femmes asiatiques au Québec. Par la suite, la deuxième partie consistera à décrire les diverses expériences de racisme que celles-ci subissent, soit par la projection d'images stéréotypées basées sur la race, la fétichisation raciale amenant à une « hypersexualisation exotisée » de leurs corps ainsi que des discriminations raciales dues à leurs traits physiques. Finalement, la dernière partie présentera les expériences de racisme vécu dû au *racial gaslight* auquel les femmes asiatiques sont constamment confrontées lorsqu'elles tentent de se réapproprier leur agentivité.

4.1 Le processus de racialisation des femmes québécoises asiatiques

La racialisation d'une personne marginalisée est un processus d'altérisation basé sur la race dans le but d'offrir des caractéristiques prédéfinies par le groupe majoritaire, permettant ainsi de définir « l'Autre ». Au courant de la présentation des participantes pour cette étude, nous avons questionné les participantes sur la façon dont elles définissaient cette catégorie de *femme asiatique*. Plusieurs d'entre elles reconnaissaient que cette identité est liée à la culture des parents, et donc qu'il y a des repères culturels assez importants. Si elles s'auto-identifient par cette identité, les participantes soulignaient toutefois qu'être « une femme asiatique » demeure une construction sociale forgée par les normes et la culture dominante :

« Fait que pour moi, toutes les femmes asiatiques ça va être tous ceux qui vont s'identifier comme femme premièrement, et s'identifier comme asiatique et c'est aussi ceux qui vont se faire identifier en fait. Donc, je pense que c'est vraiment important de démontrer l'espèce de cadrage qui a été fait par la société et les normes de la culture. » (Sophie, *focus group 2*)

Afin de décortiquer le processus de racialisation, les participantes témoignent de plusieurs exemples qui réfèrent à l'homogénéisation des communautés asiatiques (croyance que la seule

provenance de ces dernières est la Chine) et au processus d'orientalisation des femmes asiatiques (qui participe aux croyances qu'elles sont différentes au sein de la société québécoise).

4.1.1. L'orientalisation des femmes asiatiques : entre homogénéisation et altérisation

Le processus de racialisation des femmes asiatiques se manifeste par un processus d'orientalisation de leur identité. Ce dernier, premièrement, passe par l'homogénéisation de leurs différences. Sept participantes des deux groupes de discussion de l'étude expliquent avoir l'impression d'être perçues comme étant toutes pareilles et qu'elles ne possèdent pas conséquemment d'identité unique, en tant que personnes à part entière. Cette homogénéisation est donc basée avant tout sur leurs aspects physiques. Certaines d'entre elles spécifient que ce processus recèle une forme de stigmatisation qui leur impose une identité et une personnalité sans les connaître.

« Je pense qu'il y a beaucoup d'homogénéité. Comme les personnes vont beaucoup nous, pas nous différencier. Ils vont toutes nous mettre un peu dans le même *package* puis comme... Je sais pas, juste de dire que toutes les Asiatiques se ressemblent je pense que ça en dit énormément là. Je veux dire que les personnes se donnent pas tant la peine de se dire comme, ah on a toutes, on est toutes différentes au niveau physique. Mais aussi au niveau, justement, de nos origines, etc. » (Alice, *focus group 1*)

4.1.2 Toutes chinoises : l'homogénéisation des origines

D'ailleurs, les participantes expliquent être identifiées comme « chinoises », peu importe leurs origines. Les participantes ayant des origines du Sud-est asiatique, expliquent que le problème ne consiste pas, à proprement dit, d'être étiquetée comme personne d'origine chinoise, mais réside plutôt dans le processus d'ignorance normalisé qui consiste à englober le continent de l'Asie au complet dans le seul pays qu'est la Chine. Kimberly a évoqué une anecdote durant son enfance où elle croyait que son origine ethnique était chinoise plutôt que vietnamienne, car elle se faisait dire par les personnes blanches qu'elle était une fille chinoise. Il y a donc cet amalgame voulant que toute personne asiatique soit automatiquement d'origine chinoise dans la société québécoise.

« Puis par ailleurs, moi quand j'étais jeune je pensais que j'étais chinoise. Je savais pas que j'étais vietnamienne. Pourquoi? Parce que tout le monde autour de moi me disait tellement "T'es Asiatique, donc t'es chinoise, c'est sûr que t'es Chinoise". C'est ma grand-mère qui a engueulé mes parents "Pourquoi elle pense qu'elle est chinoise?" (Rire) Bin c'est ça, moi, tout le monde me disait que j'étais chinoise donc, jusqu'à ce que j'aie 5-6 ans j'ai compris que j'étais pas chinoise, j'étais vietnamienne (rire). Mais encore une fois c'est à quel point c'est normalisé, à quel point... il y a rien de mal au fait d'être chinois, mais il y a quelque chose de mal à croire que l'ensemble de l'Asie équivaut à la Chine et que c'est correct de dire "Ni hao" quand tu connais pas l'ethnicité de la personne [...] » (Kimberly, *focus group 2*)

Les participantes de l'étude précisent que les personnes se basent sur les traits physiques afin de définir l'origine ethnique d'une personne, envoyant un message que « les femmes d'origine asiatique sont toutes des êtres pareils ». En étant « tou.te.s des Chinois.e.s », les communautés asiatiques sont réduites à un bloc monolithique où les personnes sont interchangeables vu qu'elles possèdent toutes les mêmes caractéristiques physiques. La construction d'une telle image des femmes asiatiques contribue par le fait même à leur orientalisation.

Une participante du deuxième groupe de discussion, Sophie, explique que ce sont les personnes blanches québécoises qui les rappellent qu'elles ne sont pas de « réelles Québécoises », et ce, dû à leur apparence physique. Sophie révèle qu'elle a ressenti ne pas être acceptée au sein de la société. Par conséquent, elle a eu une grande difficulté à négocier une partie de son identité vietnamienne. Comprendre, assimiler et négocier cette forme de dualité identitaire ont été ardue selon elle. En fait, elle précise que ce sont les autres personnes autour d'elle qui lui reflétaient et lui projetaient l'idée qu'elle était étrangère au sein de la société québécoise.

« Le problème, effectivement, comme [Lee An], puis [Sally] l'ont relevé c'est les autres. C'est les blancs québécois qui vont faire "Oui, mais non toi t'es pas québécois". Puis, ça été vraiment difficile pour moi avec l'identité asiatique de comprendre, d'assimiler ça parce que c'est beaucoup les gens extérieurs qui me l'ont fait sentir. » (Sophie, *focus group 2*)

D'ailleurs, parmi les participantes qui dénonçaient l'homogénéisation des personnes d'origine asiatique, trois d'entre elles précisent également qu'il y a une image fantasmée de l'Orient. Des fantasmes imaginaires sont véhiculés sur les corps des femmes asiatiques et participent, dans cette trame narrative, à ce qu'elles soient perçues comme différentes du groupe majoritaire.

« Avec tous les fantasmes, comme, sur l'Orient. Fait que, je pense qu'on véhicule cette image-là, mais il y a quelque chose de physique qui reste en nous [...] » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Soriya explique que le fantasme de l'Orient se manifeste notamment par la sexualisation du corps des femmes asiatiques. Elle décrit que son corps est constamment exotisé. Selon elle, les femmes asiatiques sont très désirées sur le plan sexuel, mais les préjugés quant à leurs pratiques culturelles demeurent, ce qui mène à une représentation erronée. Soriya explique, dans cet extrait, comment les stéréotypes sexuels et racistes sont véhiculés sur les réseaux sociaux notamment :

« Puis, il y a une vidéo spécialement qui est allez comme un peu virale. J'ai eu des commentaires comme de partout du monde. C'était des commentaires très sexualisant puis un des commentaires... T'sais, il y a quelques commentaires qui étaient comme "Ah, les Chinoises sont vraiment délicieuses, mais ça mange n'importe quoi." T'sais, des trucs comme ça. Puis,

ça se fait pas. C'est sûr que c'est sur internet. Fait que n'importe quoi va se dire. Mais, t'sais je suis même pas chinoise. Je dis pas que c'est une mauvaise chose d'être chinois. Non, c'est comme, c'est juste le fait d'être mis dans ce, dans le même sac. Puis, le... toujours la contradiction entre... on est vraiment désirées par la société, mais en même temps on l'est vraiment pas, t'sais. » (Soriya, *focus group 1*)

4.1.3 Toutes se ressembler en devenant interchangeable

Afin d'ajouter aux exemples illustrant le processus d'homogénéisation propre à l'orientalisation des femmes asiatiques, sept participantes provenant des deux groupes de discussion évoquent différents incidents racistes où elles sont perçues comme des personnes interchangeables avec d'autres femmes asiatiques. Aussi, elles sont souvent confondues avec une autre femme d'origine asiatique ou leur identité est réduite à être simplement chinoise.

« [...] on te fait rappeler que t'es une femme asiatique quand tu veux juste ne pas être... te faire rappeler tes différences. T'sais, tu veux juste vivre ta vie. Puis, c'est aussi le fait d'être mis dans le même sac qui est assez violent, surtout quand je grandissais. [...] à [un] moment donné, il y avait un autre vieux [monsieur]. J'étais en train de prendre ma pause, puis là il arrive. Il s'assoit, puis il dit "Ah toi, t'es de quelle origine? ". Puis là, j'étais comme "Ah, cambodgienne". Puis, il est comme "Ah oui? T'es une *boat people* ou ..?". Puis (rire nerveux), j'étais comme voyons! [Le Monsieur répond] "T'sais moi, mon frère il a une femme thaïlandaise". Puis, j'étais comme "Ok (rire)". T'sais comme... Qu'est-ce que tu veux que je réponde à ça? Genre, je comprends pas comment... Des fois on dirait que c'est parce que la personne elle essaye d'initier une conversation ou de "relate" à toi. Mais, à la fin "it comes off just as racist" ». (Soriya, *focus group 1*)

Pour elles, cette homogénéisation est une forme de racisme anti-asiatique vu qu'elles ne sont pas reconnues dans leur propre individualité. Sally rapporte aussi qu'il y a souvent cet amalgame voulant que les personnes d'origine asiatique aient toutes automatiquement un lien de parenté, et ce, basé sur leur phénotype, bien que les personnes blanches, quant à elles, ne vivent pas cette forme de profilage :

« [...] ils pensent que tous les Asiatiques ont compris ou on se connaît, puis tout ça. Puis, je sais que ma sœur aussi, elle le vit souvent. Des fois ses ami.e.s, ils vont voir un Asiatique dans la rue puis sont comme "Hey, c'est toi ça". Genre "Hey, c'est ta sœur! Ton frère! " Puis, t'sais plein de choses comme ça. Sérieux, je le connais pas, je connais pas le gars, je connais pas la fille, comme... c'est une autre personne. Je te dirais pas ça si je vois un autre québécois dans la rue là : "Ah un autre québécois, ça doit être ton frère! " Comme, ça a aucunement rapport. » (Sally, *focus group 2*)

4.1.4 Les yeux « bridés », un attribut des personnes d'origine asiatique

Parmi les caractéristiques censées représenter les personnes d'origine asiatique, six participantes des deux groupes de discussion ont indiqué avoir vécu du racisme en lien avec leurs yeux. Elles expliquent que les gens sont enclins à dire que les Asiatiques possèdent des « yeux bridés », c'est-à-dire que leurs yeux sont réduits aux mêmes gênes oculaires. Marie-Ly explique pourtant qu'en tant que personne mixte, elle ne possède pas les yeux en monolithe (*monolid*), mais plutôt en canal lacrymal (*tear duct*). Toutefois, elle s'est fait tout de même intimider durant son enfance en lien avec ses yeux.

« “Ah, t'sais, ta mère là, genre elle a squeezé trop fort quand que genre elle t'a sortie parce qu'elle avait le vagin serré”. [...] [E]lle m'a dit “Ah t'sais, ta mère elle t'a squeezé trop fort, là ça t'a manqué genre les yeux or whatever”. Puis, t'sais là j'en fais comme une “joke” là [en ce moment], mais estie que c'est con là. » (Marie-Ly, *focus group 1*)

Kimberly se remémore d'une situation qu'elle a vécue en maternelle où une enseignante explique aux autres enfants que celle-ci est différente, dû à ses yeux, tout en mentionnant qu'elle est d'origine chinoise tandis que son origine ethnique est vietnamienne. Pour démontrer sa différence, l'enseignante mima ses yeux en les tirant afin de les « brider », ce que les autres enfants ont également fait en riant d'elle. Li Jing spécifie que cette tendance de « brider » les yeux pour définir les personnes d'origine asiatique se maintient encore. Elle raconte une altercation qu'elle a vécue dans le transport public où un homme l'a abordé en définissant que chaque ethnologie asiatique possède des formes d'yeux spécifiques. Cela lui permet donc de les identifier et reconnaître le groupe ethnique de la personne asiatique. L'homme en question gigotait ses yeux afin de démontrer quel type d'yeux appartenait à quelle communauté asiatique.

« Une journée, je prends le métro et [un monsieur] est venu assis à côté de moi et il a commencé à me parler. Il a dit : “Tu viens d'où? ” Moi, j'ai dit : “Je viens de Chine.” Ah, il a dit : Ah, mais, je te regarde, tu n'as pas l'air Chinoise. Normalement les Chinois ont les yeux comme ça. » [La participante mime de tirer les yeux pour les rendre bridés]. [...] Après, j'ai dit “voyons...” J'ai dit “quand même je peux pas.... je suis Asiatique, mais je peux pas identifier les Vietnamiens et puis les Coréens et puis les Japonais”. J'ai dit : “On est Asiatique, on est tous humains.” Après il a dit : “Ah, mais je sais, les Chinois ont les yeux comme ça et les Japonais comme ça, et puis les Coréens comme ça... les Vietnamiens tout ça.” Il a joué avec ses yeux! » (Li Jing, *focus group 2*)

Sophie explique que les yeux bridés ont une connotation négative au point où il lui a été proposé de faire une chirurgie plastique, appelée la blépharoplastie asiatique, afin de les rendre d'apparence

davantage occidentale, c'est-à-dire de les rendre plus ronds dans le but de les « embellir » davantage.

« Après j'ai ma tante qui, dès l'âge de genre 8 ans, m'a parlé d'aller me faire faire une chirurgie pour me faire débrider les yeux. » (Sophie, *focus group 2*)

Les exemples de discriminations envers les yeux des femmes d'origine asiatique démontrent que le racisme anti-asiatique se concrétise par l'homogénéisation qui tend à les mettre toutes dans le même panier. Afin de construire cette image altérée des femmes asiatiques, les mêmes attributs physiques leur sont offerts, enlevant ainsi toute forme d'individualité. Puis, les yeux « bridés » sont aussi la caractéristique « d'être différents ».

Les participantes de cette étude ont révélé non seulement qu'elles se faisaient homogénéiser en étant réduites à un groupe monolithique, mais elles sont également perçues comme différentes, comme des *outsiders*, par les membres de la société, participant ainsi à la construction d'une image de « l'Autre ». Soriya explique que les femmes québécoises d'origine asiatique ne diffèrent pourtant pas du reste de la population vu qu'elles fréquentent les mêmes espaces publics et elles participent activement en tant que citoyennes. Or, elle indique que son identité est constamment projetée comme différente par rapport à son physique, ce qui lui fait rappeler à chaque fois qu'elle est différente des autres. De plus, les femmes asiatiques ont plus de chances de recevoir des commentaires concernant leurs différences dans les différentes institutions telles que le milieu scolaire et l'emploi.

« Puis c'est aussi le fait, juste... bin l'aspect physique, j'imagine. Parce que, comme vous l'avez souligné les autres, on se fait souvent rappeler qu'on est Asiatique alors que t'sais, qu'on fait quelque chose dans notre vie de tous les jours. On travaille ou on est à l'école puis là quelqu'un va faire un commentaire comme sur ton apparence, puis t'es comme : Ah, c'est vrai, je suis différente de vous, t'sais (Rire). » (Soriya, *focus group 1*)

Elles précisent que l'image projetée sur le corps des femmes asiatiques provient d'un fantasme de l'Orient qui les sexualise et les exotise. Ces stéréotypes, véhiculés par les personnes vivant en Occident, contribuent conséquemment à leur racialisation. Ceci a des conséquences sur la compréhension et l'intégration de leur propre identité, en créant une tension permanente entre les deux cultures auxquelles elles s'associent, québécoises et asiatiques. Cette dualité identitaire, somme toute, résulte du processus d'orientalisation qui tend à leur enlever leur agentivité; en étant

constamment renvoyées au fait d'être à la fois différentes de la majorité, mais néanmoins identiques entre elles.

4.1.5 La résurgence de l'image du péril jaune

L'expérience du racisme se manifeste d'abord, tel qu'on vient de le voir, sous la forme de représentations stéréotypées (orientalisation, sexualisation) associées au corps ou aux traits physiques des femmes asiatiques. Ces dernières disent vivre une forme de dualité identitaire qui résulte d'un processus, d'une part, d'homogénéisation de leur culture (« toutes chinoises ») et, d'autre part, de différenciation par la sexualisation. De même, comme la littérature l'indique, l'identité des personnes asiatiques va à la fois être altérisée et idéalisée, oscillant, dans les yeux des Blancs entre « *l'étranger perpétuel* » et « *la minorité modèle* ». Les participantes de cette étude ont offert à cet effet des exemples concrets vécus ou observés depuis leur enfance, mais aussi, plus particulièrement depuis la pandémie mondiale de la COVID-19, qui fait resurgir la figure du « péril jaune », soit la peur que les personnes asiatiques perturbent les valeurs occidentales telles que « la démocratie, la christianité et l'innovation technologique » (Park, 2020).

La croyance que les personnes d'origine asiatique sont des étrangers indignes de confiance demeure en effet fortement présente au sein de la société québécoise depuis cette pandémie. Quatre participantes ont ressenti que leur identité en tant que femme asiatique est associée au virus. Elles sont perçues comme des menaces envers la population québécoise.

« C'est temps-ci je pense que la femme asiatique aussi est un peu comme sale, associée au virus. Donc, danger, menace. [...] » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Emy-Jade mentionne aussi que le « péril jaune » s'exprime également par la représentation des femmes asiatiques comme « menaces » associées à leur sexualité reproductive. La menace proviendrait du fait qu'elles peuvent peupler des enfants d'origine asiatique, ce qui peut être menaçant pour la société blanche désirant maintenir leurs privilèges.

« Donc, après avec le rapport du genre, bin je pense que, avec toute la résurgence du mythe du péril jaune bin, ça fait que, en tant que femme on est comme sauvage, on est sale. Mais, vu qu'on fait des enfants on est comme, la fertilité... je pense que les gens ont peur qu'on reproduise genre, la peste jaune, la maladie, qu'on les envahisse. Fait que moi je pense que, quand ils voient des femmes asiatiques ils se disent "Ah, t'sais, c'est, c'est la fécondité..." Ben là j'extrapole, mais je me dis qu'on est quand même une menace. Non violente, mais c'est par le fait qu'on fait des enfants, la reproduction. » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Les participantes de l'étude soulignent donc qu'elles sont conscientes que l'image du péril jaune a resurgi durant l'annonce de la pandémie mondiale de la COVID-19. Elles ressentent surtout les effets durant les altercations vu que les messages sous-entendus renvoient l'image que les femmes asiatiques soient des étrangères qui viennent envahir la population québécoise en donnant naissance à des enfants asiatiques ou bien de propager un virus mortel.

4.1.6. L'étranger perpétuel

Non seulement les femmes asiatiques sont perçues, selon les participantes, comme des sources de contamination pour la population, mais elles ressentent surtout qu'elles ne sont pas considérées comme des citoyennes à part entière dans la société québécoise. Elles sont vues comme des immigrantes, des résidentes temporaires³⁰, des visiteurs. Bref, comme des « touristes » permanentes dans leur propre pays. Selon elle, les enfants asiatiques nés au Québec ou issus de l'adoption internationale ne font pas parti de l'identité québécoise.

« Je pense que l'image c'est surtout qu'on n'a vraiment pas d'affaire ici, qu'on est venu ici par notre choix, qu'on est venu contaminer les gens ici. Qu'on n'est surement pas née ici. Ça aurait pas de sens qu'une femme asiatique serait née ici, t'sais au Québec ou qu'elle soit adoptée. C'est comme si, t'sais, on était des touristes qui étaient venus, qui avaient comme mission de propager le virus. J'ai l'impression que c'est un peu ça que les gens ont comme premier réflexe là. Ils nous voient pas comme quelqu'un qui fait partie de la société. » (Soriya, *focus group 1*)

Dans les deux groupes de discussion, les participantes ont dénoncé qu'il y a cette croyance populaire que les femmes d'origine asiatique ne parlent pas français, participant ainsi à cette idée qu'elles ne sont pas de « réelles Québécoises », malgré que plusieurs d'entre elles sont nées sous la loi 101 du Québec.

Lee An (*focus group 2*) : « Souvent un autre stéréotype c'est que, ils pensent qu'on parle pas français. »

Li Jing (*focus group 2*) : « Oui, exactement. »

Lee An (*focus group 2*) : « Fait qu'ils disent pas mal n'importe quoi pour vrai ils pensent qu'on parle pas français, qu'on va pas se défendre. »

³⁰ La catégorie de résident temporaire au niveau des statuts d'immigration au Canada constitue des étrangers et étrangères qui se trouvent légalement au Canada de façon temporaire grâce à un document valide.

Lee An explique que cette croyance (les femmes d'origine asiatique ne maîtrisent pas la langue française), augmente les risques de vivre des agressions racistes directes. Elle témoigne en partageant une expérience de sa mère qui s'est fait insulter directement, pour cette raison.

« Puis, ça me fâche tellement parce que c'est réellement le cas pour ma mère. T'sais ma mère elle pas beaucoup français. Ma mère, elle a beau avoir un restaurant, ça fait beau 28 ans depuis [...] qu'elle est ici. Elle parle pas français beaucoup là, elle parle avec un accent, mais vraiment intense que... tu le sais là. Puis, les gens des fois l'insultent directement devant elle. » (Lee An, *focus group 2*)

Kimberly remarque que les comportements racistes en lien avec la langue peuvent être plus subtils, renvoyant à des formes de micro-agressions. Par exemple, elle nous explique que sa mère et elle se sont fait parler directement en anglais dû à cette croyance que les personnes asiatiques ne parlent pas le français.

« Le fait de parler français [...] à chaque fois que quelqu'un s'adresse à nous ils vont changer de langue. Ils vont nous parler en anglais. Donc, on va les entendre parler en français, puis ils vont se tourner vers nous pour nous poser une question, puis ils vont nous parler en anglais. Parce qu'on est asiatique, on sait pas parler pas français là. » (Kimberly, *focus group 2*)

Les participantes des deux groupes mentionnent également que plusieurs personnes sont surprises lorsqu'elles rencontrent des femmes asiatiques qui maîtrisent la langue française. Elles se font, par exemple, complimenter sur leur capacité de « bien parler en français ». Alice indique recevoir des commentaires « dits positifs » par rapport à cela dans son milieu de travail.

« Puis je me souviens, j'ai eu des commentaires où est-ce que je travaille justement de comme : "Ah bin, tu parles bien français, hein en tout cas." Puis c'est juste comme "Bin oui, je parle bien français", où t'sais il y a vraiment de ce genre de truc là. » (Alice, *focus group 1*)

Abondant en ce sens, Li Jing a mentionné avoir fait preuve d'ironie lorsque ses voisin.e.s, se sont montrées surpris que ses enfants « parlent bien français » :

« J'ai vécu... Fait que quand même, maintenant que j'ai deux enfants quand on est dehors, parce que les voisins à gauche et à droite c'est québécois, quand mes enfants parlent... "Ah vos enfants parlent bien français!" Après j'ai dit "C'est bien sûr, ils sont dans l'école francophone, il est dans l'école français." » (Li Jing, *focus group 2*)

Somme toute, cette croyance que les personnes d'origine asiatique ne parlent pas la langue française réitère cette image d'être une touriste ou une étrangère dans la société québécoise. Celle-ci se reflète sous la forme d'étonnement lorsqu'elles sont aptes de communiquer en français ou par

le changement de l'interlocuteur pour discuter en anglais, la langue touristique populaire, avec elles. D'ailleurs, des agressions verbales telles que des insultes peuvent être faites directement envers les femmes asiatiques en raison de cette croyance.

4.1.7 « Ching chang chong », la langue asiatique

Dans les deux groupes de discussion, les participantes ont exprimé qu'elles se font souvent aborder par des inconnus dont le premier contact est tenté de leur parler dans « une langue asiatique », telle que « ching chang chong », « Ni hao » ou « Arigato », dans lesquelles l'interlocuteur croit souvent que c'est une langue chinoise. Toutefois, les participantes indiquent c'est un acte de racisme vu que ce sont des onomatopées ou des sons qui ne signifient rien en soi. De plus, elles dénoncent le fait que les gens tiennent souvent pour acquis qu'elles sont d'origine chinoise, ce qui nie leur identité québécoise et l'origine ethnique de leurs parents.

« Puis t'sais, c'est surtout quand j'étais jeune. J'avais des remarques t'sais dans la rue "ah arigato", "ching, chong", t'sais vraiment comme pas rapport. T'sais, je suis juste en train de marcher puis j'entends ça c'est comme "Wow, you just ruined my day" genre, t'sais. J'avais une super bonne journée, puis là je me fais rappeler que je fais pas partie de la société. Comme toi, tu fais partie de la société parce que t'es blanc. Parce que, t'es un gars ou t'sais, t'es une femme blanche. » (Soriya, *focus group 1*)

Lee An dénonce le fait que les gens ont tendance à amalgamer les cultures asiatiques et donc de penser que toutes les communautés asiatiques utilisent qu'une seule langue et le même dialecte. Elle explique d'ailleurs que la langue chinoise est plus complexe, car il y a plusieurs dialectes utilisés. Elle ajoute aussi qu'elle se fait souvent questionner par ses pairs lorsqu'ils/elles entendent une personne d'origine asiatique parler une langue étrangère pour eux/elles. Cependant, ce type d'interaction participe au racisme anti-asiatique vu que cela projette l'homogénéité de l'ensemble des communautés asiatiques, comme elle l'explique :

« Fait que, il y a tout ce stéréotype-là. Ils pensent que toutes les langues asiatiques sont pareilles, ils pensent qu'on est tout... on parle toutes la même langue. Fait que là sont comme "Mais qu'est-ce qu'il dit?" Je suis comme "Je sais pas. Je parle pas la langue *whatever* qu'il parle, puis il y a plein de dialecte en chinois *anyways*." Moi, je parle cantonais, puis mon vocabulaire de cantonais est assez limité parce que je parle juste cantonais avec ma mère t'sais. [...] » (Lee An, *focus group 2*)

Li Jing, quant à elle, dénonce que l'expression figurée « c'est du chinois » dans le but de désigner quelque chose d'incompréhensible ou compliqué. Elle trouve cela discriminatoire, humiliant et

raciste envers les personnes d'origine chinoise, car cela renvoie au postulat de la complexité insaisissable et donc de l'étrangeté de la langue chinoise.

« [...] quand même on a dit... euh une expression en québécois [qui] dit “Ah, ça c'est quelque chose tu comprends pas, ah c'est du chinois.” Ça, c'est quand [j'ai entendu] le professeur expliquait quelque chose [lorsque] j'étais dans la classe en soutien informatique. Le professeur, je crois qu'il a pas d'intention de mal [faire]. Je crois que c'est leur expression. Il a dit ah t'sais, c'est quelque chose à enseigner les élèves ils comprennent pas du tout, il dit “ah, c'était du chinois”. [F]ait que souvent ça arrive comme ça. À [un] moment donné j'ai levé la main [en disant] “je suis chinoise je comprends le chinois”. C'est comme, je trouve c'est gênant de parler de ça. » (Li Jing, *focus group 2*)

Les participantes démontrent donc que les expressions utilisées envers elles participent à l'altérisation des peuples chinois, par extension les populations d'origine asiatique, vues comme « l'Autre » au sein de la société québécoise. En effet, cela maintient l'homogénéisation des communautés asiatiques, créant ainsi des amalgames des différentes cultures et donc de réduire la population à un bloc homogène et monolithique.

4.1.8 Manger du chien, une croyance qui se maintient

L'orientalisation des femmes asiatiques passe également par la perpétuation de mythes culturels qui les maintient dans une position « étrangère ». Les participantes du *focus group 2* soulève notamment le fait que la population non-asiatique tend à maintenir cette croyance voulant que les personnes asiatiques mangent des animaux tels que des chiens, des chats ou des chauves-souris, alors que ce ne sont pas des aliments consommés ou désirés. Lee An témoigne du fait qu'elle reçoit des commentaires de cet ordre sous la forme de blague :

« Puis ça, ça me frustre parce que mettons, manger du chien là, j'en mange pas. J'en ai jamais mangé. T'sais j'ai eu des chiens, je vais jamais n'en manger. Mais ça comme une blague qu'est-ce qui trouve ça drôle, puis comme c'est pas sensée. Puis, surtout depuis le coronavirus, t'sais, ils parlent tellement de soupe de chauve-souris puis de toutes les choses qu'on mange. J'en n'ai pas de chauve-souris ici là. Je vais pas n'en manger, t'sais je peux pas genre même si je voudrais. T'sais, je peux pas ok, puis ça va pas arriver. » (Lee An, *focus group 2*)

Kimberly complète le témoignage de Lee An en offrant une anecdote durant son enfance liée à cette croyance voulant que les chiens ou les chats sont consommés dans l'alimentation des communautés asiatiques. Cette idée, selon elle, est même répandue dans ses cercles sociaux proches (non-asiatiques), comme elle en témoigne :

« Mon père pendant plus de 10 ans a été propriétaire d'un restaurant de fine cuisine asiatique à [ville québécoise]. Puis, quand j'étais plus jeune, comme au secondaire 1 ou 2, j'ai voulu emmener une de mes très bonnes amies avec qui j'étais vraiment proche; la faire découvrir le restaurant de mon père. Puis, elle m'a dit "non, mais juste pour être sûr, on mangera pas de chien ou de chat hein?" Puis, c'était une personne qui était proche de moi puis sur le coup j'ai roulé les yeux, genre t'sais encore le stéréotype. Puis, je trouvais pas ça si grave que ça. Mais c'est tellement grave parce qu'il faut se poser la question de ça vient d'où? » (Kimberly, *focus group 2*)

S'il existe des idées erronées sur les coutumes des communautés asiatiques, il existe aussi d'autres préjugés négatifs face aux pratiques alimentaires.

« Manger de la soupe le matin, je savais pas que c'était typiquement asiatique jusqu'à ce que les gens fassent "qu'est-ce tu manges? Oh, mon Dieu." » (Kimberly, *focus group 2*)

Les participantes mentionnent aussi qu'au classique « manger des chiens ou des chats », s'ajoute, depuis la pandémie de la COVID-19, la fausse croyance voulant que les Asiatiques « mangent des chauves-souris ». Cette représentation renvoie toujours à l'image que les Asiatiques québécois.e.s mangent des aliments « exotiques », c'est-à-dire non-occidentaux, et qu'elles n'ont donc pas des pratiques alimentaires qui correspondent aux normes de la culture québécoise. Ce type de commentaires est vécu comme discriminatoire, car cela contribue à l'orientalisation et donc à l'altérisation de leur identité ethnique en soulignant qu'elles ont des pratiques « hors-normes ». Pour plusieurs participantes, cette croyance renforce le stéréotype de l'étranger perpétuel vu que les gens du groupe dominant leur imposent des pratiques culturelles erronées dont celles-ci n'y pratiquent pas.

4.2 Entre la minorité modèle et l'infantilisation

Si le racisme des femmes asiatiques passe, comme on l'a vu, par un processus d'orientalisation faisant en sorte à la fois d'homogénéiser et d'altérer leur identité, un processus similaire s'exerce par un stéréotype perçu comme positif. En effet, contrairement aux stéréotypes négatifs associés à la figure de l'étrangère non désirable, les participantes des deux groupes de discussion relèvent qu'il existe en parallèle des stéréotypes a priori positifs associés à la figure ou au fameux mythe de « la minorité modèle », qui renvoient à l'image d'un groupe qui « ne dérange pas trop ».

Comme le mentionne Alice, malgré les apparences positives de ce stéréotype, la figure de la minorité modèle s'inscrit toutefois dans le même schéma d'homogénéisation et d'altérisation de leur identité :

« [...] les Asiatiques vont être beaucoup plus acceptés dans la société. On va dire que c'est des modèles de la minorité qui s'intègre à travers la société et c'est des modèles comme... Qui ont bien assimilé les mœurs de la société occidentale, puis tout ça. Puis, je pense que ça va aussi un peu dans ce même schéma-là pour moi. » (Alice, *focus group 1*)

Plusieurs participantes (n=6) ajoutent que les caractéristiques positives qui les décrivent sont en lien avec la docilité, la discrétion, la soumission et la non-confrontation.

« [...] ils sont pas habitués de voir des personnes asiatiques qui sont censées... de ce stéréotype là à être plus silencieux, plus docile, se laisser faire, juste une question d'honneur. » (Sally, *focus group 2*)

« Parce que, il y a ces fausses croyances-là que c'est nous qui amenons le virus, ou qu'on va pas contre-attaquer parce qu'on est tellement soumises et dociles "bla, bla, bla" ». (Sophie, *focus group 2*)

Une des participantes du premier groupe de discussion, Emy-Jade, s'exprime sur sa frustration en lien avec cette image de minorité modèle, notamment parce que celle-ci contribue à maintenir l'idée que les femmes asiatiques doivent demeurer joyeuses en tout temps. Selon elle, si cette image est a priori positive, c'est un modèle représenté au sein de la société québécoise qu'elle trouve réducteur et dans lequel elle ne se reconnaît pas.

« Puis, je pense, ça me frustre. C'est vraiment de la frustration pour ma santé mentale. De pas avoir des modèles justement. Ben, si on en a justement ça va être vraiment des personnes, des femmes joyeuses. C'est bien aussi, mais comme avec d'autres modèles j'aimerais ça. » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Elle ajoute que cette même image est infantilisante pour les femmes asiatiques. À l'instar des enfants, on lui « demande souvent de sourire ». Elle mentionne que c'est comme si elle devait « être joyeuse [...] » et elle se fait demander souvent son âge. Bien que le mythe de la minorité modèle se veuille positif, les participantes de l'étude démontrent donc que cette image peut être réductrice et infantilisante. Par conséquent, elles y voient des comportements racistes qui sont plus facilement acceptés et tolérés.

4.2.1 Les critères d'excellence : être bonne en mathématique

Parmi l'un des stéréotypes positifs, les participantes des deux groupes de discussion mentionnent la tendance à croire que les personnes asiatiques « sont toutes bonnes en mathématique ».

« Puis aussi, bin les critères d'excellence aussi. Il y a comme des attentes aussi. Moi je l'avais ressenti où est-ce que j'étais au secondaire. Au niveau des mathématiques, des trucs comme ça. Puis c'est littéralement, c'est surtout dans les clichés que ça se retrouve là. » (Alice, *focus group 1*)

« Comme, c'est tout le temps dans la perception aussi. Il y a beaucoup de ces stéréotypes-là et je ne suis plus capable d'entendre, est-ce que t'es bonne en mathématique? » (Sophie, *focus group 2*)

Pourtant, plusieurs d'entre elles témoignent du fait qu'elles ne se reconnaissent pas dans cette caractérisation stéréotypée. Kimberly raconte une anecdote à cet effet qu'elle a vécue lorsqu'elle était plus jeune, alors qu'une personne qu'elle ne connaissait a présumé qu'elle était bonne en mathématique :

« [...] il y a cette question de ah, t'es asiatique donc c'est clair que t'es bonne en math [...] le beau-père de mon ami à cette époque-là, qui était super gentil et tout. Mais, quand j'arrive, il me demande "Ah c'est quoi tes matières préférées?" Là, j'étais là "Ah, c'est le français parce que je suis vraiment horrible en math, puis je sais pas compter là, vraiment je suis horrible en math." Puis, il fait "Ah oui? Me semble j'aurais été sûr que t'étais bonne en math." Ah mais, c'est pas tous les Asiatiques qui sont bons en math! Ce Monsieur-là, il nous connaissait pas là! Il pouvait pas savoir sur la base de quoi que ce soit qu'est-ce que c'était. » (Kimberly, *focus group 2*)

Lee An raconte que ce stéréotype est néfaste pour les personnes d'origine asiatique, car cela peut les fragiliser dans leur estime de soi. Elle nous explique qu'elle est en effet bonne dans cette matière, mais que sa petite sœur, en comparaison, vit de plus grandes difficultés. Par contre, les professeur.e.s vont lui mettre de la pression en la faisant correspondre à ce stéréotype.

« [...] j'ai une petite sœur, elle déteste les mathématiques. Puis, les professeurs arrêtent pas de lui rappeler "Mais t'es chinoise, t'es supposé d'être bonne en mathématiques." Puis, elle revenait à la maison, puis elle pleurait parce qu'elle dit "Ben là, c'est pas que je suis pas bonne c'est juste que genre, t'sais j'ai 70. J'ai 70 là, mais pourtant c'est pas bon. Puis, je comprends pas pourquoi les professeurs veulent que je fasse plus, puis c'est pas drôle." » (Lee An, *focus group 2*)

Bien que la maîtrise des mathématiques soit un atout positif à recevoir, les participantes de l'étude expliquent que cette caractéristique participe à perpétuer le mythe de la minorité modèle chez les

femmes asiatiques. En effet, les personnes auront tendance à les mettre dans ce carcan, ce qui leur enlève leur individualité. Par conséquent, lorsqu'une personne ne correspond pas à ce stéréotype, il y aura des questionnements, voire une injonction à y correspondre.

4.2.2 Des nounous et des bonnes

D'autres participantes indiquent que l'objectivation des femmes asiatiques, qui découlent de la figure de la minorité modèle, peut se faire sous la représentation d'être une « nounou des enfants », c'est-à-dire de ne pas être considérée comme une véritable partenaire conjugale. Deux participantes d'origine asiatique mixte qui ont une mère d'origine vietnamienne dénoncent cette image des « bonnes d'enfants ». Marie-Ly évoque ses souvenirs d'enfance où elle remarque que sa mère n'était pas considérée comme étant assez légitime pour être la femme de son père, un homme blanc. Les gens pensaient qu'elle était une travailleuse domestique de la famille.

« [...] Des fois quand j'entends des trucs comme... T'sais, c'est jamais considéré comme sa femme, c'est toujours considéré comme un objet ou c'était comme notre bonne à nous, les enfants là, t'sais ma sœur et moi. Puis, c'est ça, ça a toujours été étrange pour moi, mais c'est cette notion-là que c'est un objet c'est pas [considérer comme une femme]... c'est quasiment comme un bibelot par bout. » (Marie-Ly, *focus group 1*)

De plus, à la nounou s'ajoute la figure, plus généralement, de la « travailleuse soumise »; reflet du mythe de la minorité modèle. Conséquemment, on perpétue l'idée qu'il est facile de dominer leur corps, car elles n'auront pas tendance à contester. De plus, les rôles traditionnels leur seront souvent attribués, notamment la tâche d'élever et prendre soins des enfants.

« [...] ils vont te voir comme une personne travaillante qui va pas se lever pour contester. Puis, ils vont t'abuser justement au niveau du travail parce qu'ils pensent que toutes les asiatiques ont travail 80 heures puis qu'on a pas un *estie* de mot à dire, puis que *somehow* on est capable d'élever des enfants en plus, bin ils vont le faire. » (Sophie, *focus group 2*)

En somme, le mythe de minorité modèle associé aux femmes d'origine asiatique perpétue des stéréotypes et des attentes qui vont avoir tendance à infantiliser ou à discipliner leur corps de manière à ce qu'elles s'y conforment : on s'attend à ce qu'elles soient dociles, soumises, souriantes, silencieuses, collaborantes, discrètes, travaillantes et performantes. Plusieurs d'entre elles dénoncent aussi cette croyance erronée voulant que les Asiatiques performant davantage en mathématique due à leur identité ethnique, ce qui renforce cette image de minorité modèle. De plus, les participantes témoignent du fait que leur corps est souvent très sexualisé. Le mythe des femmes asiatiques dociles et soumises contribue à la croyance qu'il est plus facile de les dominer

sexuellement, renvoyant ainsi l'image d'être une minorité modèle sur le plan sexuel. De plus, l'hypersexualisation leur renvoie à l'image de femmes soumises aux besoins sexuels des Blancs. Cette objectivation renvoie d'ailleurs à la perception que les femmes asiatiques sont des travailleuses domestiques, démontrant ainsi la subordination sur leur identité raciale. Au bout du compte, cette représentation « dite positive » peut être néfaste pour leur estime de soi dû aux attentes généralisées et discriminatoires.

4.3 La fétichisation raciale : une exotisation sexuelle des femmes asiatiques

Durant les deux groupes de discussion, les participantes ont mis en lumière un processus de fétichisation raciale des femmes asiatiques. Pour elles, cela passe avant tout par l'objectivisation sexuelle de leur corps.

« Comment est-ce que les gens vont te percevoir en tant que, qu'objet même, ça peut aller jusque-là, selon ce que moi j'ai vécu, puis ce que je vois comme témoignage. » (Soriya, *focus group 1*)

« Donc, s'ils veulent voir justement quelqu'un d'objet sexuel où est-ce qu'ils peuvent t'abuser, te prendre comme ils veulent, ils vont le faire. Ils vont t'imposer ça [...] » (Sophie, *focus group 2*)

Cette fétichisation raciale se reflète également dans les comportements perpétrés sur les sites de rencontre. Elles mentionnent que les gens qui les approchent peuvent être attirés par elles simplement par le fait qu'elles soient d'origine asiatique.

« D'accord, bin si je voulais répondre à la question comment que je pense que les gens nous perçoit c'est que j'ai été beaucoup sur des sites de rencontre. J'ai toujours l'impression qu'on me prend comme un objet sexuel. T'sais c'est vraiment pour aucune raison, juste parce que je suis asiatique et puis souvent ils vont pas se gêner pour dire qu'ils aiment les Asiatiques. » (Lee An, *focus group 2*)

Elles ajoutent que leur corps est vu comme « disponible » pour les personnes qui veulent vivre une expérimentation sexuelle « exotique », c'est-à-dire différente des autres femmes.

« Puis... ça faisait juste en sorte que j'étais juste une espèce de, comme un essai. T'sais genre je veux essayer ça au moins une fois dans ma vie. Je veux essayer une asiatique au moins une fois dans ma vie, puis c'est tout, c'est tout ce que je veux faire, je veux juste l'essayer. [...] Fait que, t'sais je trouve ça juste vraiment blessant. » (Sally, *focus group 2*)

Plusieurs des participantes (n=7) ont partagé au moins une expérience de fétichisation raciale qu'elles ont vécue. Bien que la société patriarcale objective le corps des femmes, celles-ci

soulèvent que celui des femmes asiatiques est encore plus sexualisé comparé aux femmes de la majorité, c'est-à-dire blanche.

« Il va avoir une partie de la société qui nous accepte, puis quand elle nous accepte c'est souvent de la fétichisation aussi. C'est même pu comme "Ah, la femme asiatique elle est égale aux autres femmes". C'est plutôt "la femme asiatique elle est meilleure que les autres femmes" parce qu'elle est plus bonne au lit ou elle est plus docile ou elle a des traits qui m'excitent plus que la femme moyenne t'sais. » (Soriya, *focus group 1*)

Puis, elles précisent que cette fétichisation doit être vue comme une forme de racisme sexuel, malgré que les propos fétichisant soient faits sous le reflet de la préférence sexuelle. Les participantes sont conscientes que la fétichisation raciale peut affecter les autres femmes racisées, toutefois chez les femmes asiatiques, c'est souvent un mélange de sexualisation et d'infantilisation.

« Donc, je trouve ça vraiment important de soulever que l'exotisme, c'est du racisme. Et là, je suis nouvellement sur Tinder et c'était toute une autre vague de racisme possible. [J]e pense c'est vraiment pertinent d'ouvrir le dossier à ce niveau-là. Sur toutes les ethnicités, mais surtout en ce moment avec la vague [de racisme] qu'on a au niveau des Asiatiques là. » (Sophie, *focus group 2*)

« Puis, je pense que c'est vraiment violent comme la façon dont on est perçu. La façon qu'on est perçu, la façon hyper sexualisée et aussi en même temps fragile. C'est comme presque un paradoxe les deux. » (Emy-Jade, *focus group 1*)

En somme, les participantes mentionnent que l'objectif de cette fétichisation raciale est de répondre à un plaisir sexuel qui révèle d'un fantasme sexuel raciste vu que c'est basé sur des stéréotypes raciaux envers les femmes asiatiques.

4.3.1 Mince et dociles

Une caractéristique attribuée aux femmes d'origine asiatique plus spécifiquement en lien avec le mythe de la minorité modèle est l'hypersexualisation. Les femmes asiatiques sont perçues comme soumises; on sexualise ainsi leur corps dû à leur identité ethnique. Les participantes décrivent comment les femmes asiatiques sont perçues comme plus dociles, plus gênées et plus serviables sur le plan sexuel, renvoyant conséquemment à l'image de femmes « hypersexualisées ».

« Elle ose pas parler plus fort que l'autre. Elle est gênée, t'sais, puis t'sais elle est hyper sexuelle où que... on dirait qu'elle est comme... Il y a beaucoup de ces stéréotypes-là qui ont rapport au sexe. » (Soriya, *focus group 1*)

Sally nous explique que les femmes asiatiques sont perçues plus débridées sexuellement, dû au fait qu'elles seraient plus soumises, obéissantes, ouvertes à faire « n'importe quoi » :

« Les femmes asiatiques, qu'on est docile, qu'on est facile à avoir parce que justement on est plus soumise. Ça reprend, t'sais, justement, à faire n'importe quoi avec nous en fait parce que justement on est soumise. » (Sally, *focus group 2*)

Par cette représentation, les femmes d'origine asiatique sont donc objectivées. Lee An mentionne également comment le « stéréotype de la minceur » contribue à leur objectivation, alors même que plusieurs femmes asiatiques, comme elle, n'y correspondent pas. Lee An dit avoir souffert d'estime de soi durant sa jeunesse pour cette raison, bien qu'elle ait fini par s'accepter en prenant conscience que les femmes asiatiques peuvent avoir différentes corpulences.

« [...] le stéréotype de l'Asiatique vraiment mince. [...] j'ai réalisé à l'école que je "fittais" pas comme dans le stéréotype de l'Asiatique vraiment mince. Fait que, t'sais j'ai "struggle" beaucoup avec ça. Avec le temps j'ai compris que c'est pas vrai que tous les Asiatiques sont minces, t'sais, ça dépend là, c'est comme dans les personnes blanches, il y a comme des corps différents. » (Lee An, *focus group 1*)

4.3.2 Soit la poupée sexuelle, soit la prostituée

La fétichisation raciale vécue par les femmes asiatiques s'illustre par certaines images plus précises. Lee An parle de l'image de la poupée sexuelle qui sert à assouvir les besoins sexuels. Conséquemment, les femmes asiatiques ne sont pas considérées comme des partenaires romantiques potentielles, mais seulement comme un objet sexuel, voire un bien matériel, et ce dû à leur apparence ethnique.

« T'sais je reviens là-dessus parce que ça me choque et j'ai l'impression que c'est comme ça qu'ils nous perçoivent, comme si on était des poupées sexuelles que genre ils vont pouvoir coucher avec nous autres. Mais, quand qu'ils vont vouloir faire des enfants, avoir une famille bin peut-être que ce serait pas nous leur premier choix. Mais, pourquoi? Juste parce qu'on a des yeux bridés, mettons. » (Lee An, *focus group 2*)

Les participantes entendent d'ailleurs souvent des remarques en lien avec la représentation des femmes asiatiques dans la pornographie japonaise nommée le *hentai*. Malgré le fait que ce sont des représentations imagées fictives, elles ressentent que les gens ont tendance à projeter des caractéristiques sur leur corps telles qu'avoir un vagin plus serré ou faire des cris aigus. Pour elles, c'est cette image de la pornographie qui crée la fétichisation raciale des femmes asiatiques, souvent nommé le *yellow fever* (la fièvre jaune) ou le *asian fetish*.

« Puis, juste la fétichisation des femmes, le nombre de choses absolument dégueulasses que j'ai entendus toute ma vie comme "ah t'es asiatique, t'sais, t'es comme dans un anime", genre t'sais des choses comme ça "ah moi j'écoute du hentai" genre, t'sais peut-être juste pour avoir cette expérience-là, "ah les femmes asiatiques sont serrées", c'est tous des stéréotypes vraiment dégueulasses en fait. » (Sally, *focus group 2*)

« Commençons par la porno. Je tiens à dire, c'est plate à dire là mais justement on a mentionné, ah bin t'es "tight", tu vas crier comme une espèce de hentai. J'ai quasiment peur que les gars pensent que je vais être pixélisée "down there" t'sais je suis comme, allo t'sais. Fait que, il y a beaucoup d'exotisme puis tout le phénomène du "yellow fever" aussi t'sais à adresser. » (Sophie, *focus group 2*)

D'autres participantes mentionnent que les femmes asiatiques sont souvent considérées comme des prostituées. Alice mentionne, par exemple, avoir reçu des témoignages d'autres femmes asiatiques adoptées qui reçoivent cette étiquette automatiquement lorsqu'elles sont auprès d'un homme blanc, dans ce cas-ci, un parent. Plutôt de considérer la personne non-asiatique comme un lien de parenté, un rapport de consommateur-travailleuse est apposé sur eux — la femme asiatique étant perçue comme travaillant dans l'industrie du sexe.

« Après, il y a fétichisation énormément. Je sais qu'il y a des personnes asiatiques que je connais qu'eux [...] aussi étaient adoptés, qui était avec leur père, puis ils pensaient que c'était comme une prostituée. Littéralement parce que "Ah un homme blanc avec une femme asiatique". Donc, il y a beaucoup de stéréotypes qui vont ressortir. » (Alice, *focus group 1*)

Sophie mentionne que cette image de prostituée lui a été apposée depuis son adolescence; contribuant à sa sexualisation dès un jeune âge. Puis, dans le but de la rabaisser, les personnes en autorité lui ont dit que c'était le seul travail qu'elle serait capable d'accomplir :

« J'ai des professeurs qui m'ont dit que j'irais jamais plus loin dans la vie que d'être prostitué en parlant d'exotisation. Ça, c'est des professeurs là, je suis au secondaire. Je suis en secondaire [premier cycle]. » (Sophie, *focus group 2*)

Les participantes de cette étude démontrent donc que la fétichisation raciale des femmes asiatiques ne participe qu'à sexualiser leur corps davantage, en plus de les infantiliser; autrement dit à les « hypersexualiser ». Par conséquent, leurs comportements sexuels seront réduits à des êtres qui manquent d'agentivité sexuelle. On s'attend à ce qu'elles répondent aux besoins sexuels et aux fantasmes des partenaires, renvoyant une image stéréotypée et raciste de la poupée sexuelle ou de la prostituée, ce qui peut devenir une barrière importante lors de la recherche d'un.e partenaire amoureux.se, notamment sur les sites de rencontre en ligne, et affecter négativement leur estime d'elles-mêmes.

4.4 Profilage et discriminations raciales

Durant la collecte des données auprès de nos participantes, celles-ci ont témoigné avoir vécu des formes de profilage racial et de racisme basés sur leurs traits physiques ou sur d'autres caractéristiques plus visibles en tant que personnes d'origine asiatique. Dans le *focus group 2*, Lee An et Sophie se sont exprimées sur leur indignation du fait qu'elles vivent du racisme purement basé sur leurs caractéristiques physiques. Puis, elles ajoutent que ce sont des traits physiques dont elles ne peuvent se séparer.

« La seule raison pourquoi il fait ça c'est à cause de notre physique. T'sais, il y a pas vraiment rien d'autre sur quoi il peut nous attaquer. » (Lee An, *focus group 2*)

« Ils se permettent de faire des choses c'est ça l'affaire, puis on est comme les poings liés [...] » (Sophie, *focus group 2*)

Marie-Ly, quant à elle, est consciente qu'elle a le privilège d'avoir des traits de personnes blanches, considérant qu'elle est une personne d'origine asiatique mixte. Elle considère que ce privilège de ressembler davantage à une personne blanche l'a protégée d'actes racistes comparés aux autres personnes d'origine asiatique dont les traits ethniques sont plus apparents, et ce, simplement basés sur les physionomies de la personne. Toutefois, elle explique avoir tout de même vécu du racisme malgré ses traits.

« Écoute je me sens-là... Comme j'adresse la salle là... Je me dis, t'sais quand je prends la parole pour ces affaires-là, je me sens tellement comme un genre d'imposteur là, parce que... Là vous voyez mon visage là. C'est sûr que, il y a des moments où est-ce que ça paraît plus, il y a des moments où ce que ça paraît moins. T'sais, je sais pas on dirait que ça dépend des jours là. Mais, t'sais en général, c'est pas mal comme vraiment "white" là, t'sais mon affaire là. Sauf que j'en ai vécu du racisme là, quand j'étais jeune. Puis, je peux même pas m'imaginer comme, les gens qui le sont, comme à 100 %, comment ce qu'ils... Ça doit être de la "marde" là. » (Marie-Ly, *focus group 1*)

Outre les traits physiques, certaines participantes issues de chaque groupe de discussion de cette étude rapportent avoir vécu du profilage et de l'intimidation en lien avec leur prénom originaire de l'Asie, comme la Chine ou le Vietnam. Elles indiquent que le racisme vécu est lié au fait que leur prénom a une sonorité différente. Une participante du premier groupe de discussion, Marie-Ly, témoigne qu'elle se fait intimider avec son prénom en le transformant avec l'expression québécoise de l'adjectif « laite », exprimant ainsi un mépris envers elle. Elle évoque vivre encore une colère face à ce *running gag* (comique de répétition/blague) avec son prénom. Lee An indique quant à elle qu'il y a une déformation de son prénom d'origine chinoise. Elle explique que les gens

ont tendance à mal le prononcer, voire le modifier pour qu'il soit plus facile à dire. Cette erreur de leur part renvoie comme message que son prénom est bizarre et il n'y a aucune reconnaissance de son patrimoine chinois.

« Sinon, les autres stéréotypes, que nos noms sont vraiment bizarres. Moi là, ça m'énerve, ça m'énerve parce que mon nom, il est pas si difficile que ça là. T'sais, Lee An, tu regardes mon nom, tu le prononces, *that's it*. Au pire tu dis "[Liane]" [...] Mais les gens vont voir mon nom, puis ils vont juste oublier de le prononcer. Ils vont m'appeler "[Liliane]", ils vont faire "[Anne]". Ils vont juste comme le prononcer de travers. » (Lee An, *focus group 2*)

L'exemple offert démontre donc que leur prénom est modifié pour devenir un prénom français, à connotation occidentale, donc reconnaissable pour les personnes blanches. En résumé, en offrant ses divers exemples de profilage et de discriminations raciales, les participantes ont reflété se sentir comme étant une race inférieure. Parmi ses différentes expériences racistes, elles perçoivent que les femmes asiatiques vivent des traitements défavorables, ce qui leur fait sentir qu'elles sont différentes de la majorité de la société. Certaines participantes croient que plusieurs personnes se permettent d'être délibérément racistes envers les personnes d'origine asiatique, comme se faire crier après dans les lieux publics, se faire insulter et recevoir des traitements différents, etc., et ce, dû aux stéréotypes étiquetés sur leur corps. Les crimes haineux ont d'ailleurs augmenté depuis l'annonce de la pandémie mondiale. Conséquemment, elles considèrent ne pas être au même pied d'égalité que leur pair blanc.

4.4.1 Le *racial gaslight*, une expérience de discrimination doublée

Le *racial gaslight*, comme on l'a vu, est défini comme étant de la violence psychologique raciste envers les personnes racialisées, car il y a une volonté de les manipuler intentionnellement afin que celles-ci doutent sur leur propre compréhension de leur réalité. Les participantes expliquent que le *gaslight* perpétué se manifeste par la minimisation de leur dénonciation des comportements racistes; par l'imposition de ce qui peut être considéré raciste ou non; par la discréditation du caractère légitime de leurs défenses; et par l'absence de responsabilisation de la personne qui a eu un comportement raciste.

4.4.1.1 Une minimisation par le déni et camouflée sous la blague

Parmi les participantes de l'étude, six d'entre elles, dans les deux groupes de discussion, ont souligné qu'elles se font souvent minimiser lorsqu'elles dénoncent une situation raciste. Soriya l'illustre en mentionnant que son entourage ne reconnaît pas la situation raciste. Plutôt, elle se fait

dire d'ignorer la situation sous prétexte que la personne n'a pas conscience du propos raciste ou qu'il n'y a « rien à faire ».

« Puis moi, quand je raconte ça à mes ami.e.s qui sont pas asiatiques, ils sont comme “Ah, il est vraiment cave. Ah t'sais, il est vraiment con, ignore-le”. Mais *beyond* ignorer genre, qu'est-ce qu'on peut faire? » (Soriya, *focus group 1*)

Dans le deuxième groupe de discussion, Sally explique que les personnes vont minimiser son vécu en lui indiquant que tel acte ou tel propos n'était « pas vraiment raciste ». Elle révèle avoir commencé à douter elle-même de ses perceptions, notamment à savoir si elle a été réellement victime d'actes racistes ou si cela n'est qu'une réaction excessive de sa part.

« T'sais sont comme “Ah bin là... c'est pas vraiment raciste là”. Puis c'est difficile justement parce que là tu commences à te questionner, tu commences à te demander, ok est-ce que ce que je vis c'est vraiment du racisme ou pas. » (Sally, *focus group 2*)

Sophie indique quant à elle que l'enjeu de la santé mentale est souvent utilisé pour banaliser le comportement raciste par les personnes blanches. Elle explique que la minimisation opère lorsqu'elle se fait dire qu'elle exagère ou encore qu'elle ait des émotions excessives en réaction à une « simple situation ». Il n'y a donc aucune reconnaissance de la discrimination raciale vécue, ce qui minimise ses impacts sur la personne discriminée qui, au final, ne se sent pas comprise.

« Justement, t'sais comme se faire dire par des blancs ce qu'on est, comment on se sent puis tout. Il y a rien de plus enrageant que ça puis après de se faire dire que j'exagère puis que j'ai pas d'affaire à être enragé, je suis comme *tabarnak* là, j'ai rien d'autre à dire *tabarnak*. » (Sophie, *focus group 2*)

Durant la discussion au sein du deuxième groupe, plusieurs femmes dévoilent que c'est la première fois qu'elles se sentent écoutées par d'autres paires qui vivent les expériences similaires. Certaines d'entre elles ont caractérisé l'espace comme étant sécuritaire pour les échanges des expériences de racisme vécu, spécifiquement chez les femmes d'origine asiatique, car elles n'ont pas eu l'opportunité de le faire avec leur entourage. Kimberly explique que ses perceptions sont constamment niées. Conséquemment, elle croyait qu'elle s'imaginait des choses vu qu'on lui réclamait d'exagérer sur la situation. Elle spécifie que le déni des expériences d'une personne asiatique, voire racialisée, est également une forme de racisme.

« Moi avant ça j'ai jamais pu partager ça faisait quoi d'être asiatique, ça faisait quoi d'être une femme, ça faisait quoi d'être une femme asiatique. J'ai jamais pu partager avant ça, puis c'est là que je réalise à quel point, ok c'est pas juste dans ma tête là. Parce que c'est ce qu'on nous

fait croire. En tout cas, moi c'est ce qu'on m'a fait croire pendant très longtemps c'est que tout ce que je voyais c'était dans ma tête. [...] Parce que nous les minorités ethniques, puis en particulier les femmes dites minorités, on est tellement susceptibles. On voit de l'exagération partout [...] Le racisme où je le vois surtout c'est dans le déni. » (Kimberly, *focus group 2*)

Lee An rebondit sur cette idée afin de souligner que la négation des expériences de racisme est masquée sous la forme de blagues par les personnes blanches. Plus précisément, elle rapporte que les personnes ayant des propos racistes utilisent la justification que c'est une « simple plaisanterie » afin de camoufler leur tort. Selon elle, il y a également l'argument utilisé que les femmes asiatiques sont susceptibles face aux propos mentionnés. Bien qu'elles soient victimes de racisme, les gens vont avoir tendance à les discréditer vu qu'il n'y a aucune reconnaissance des torts causés. Puis, ce sont les femmes asiatiques qui doivent « encaisser les coups » en silence.

« Puis pour revenir à qu'est-ce que [Sally] disait par rapport aux *jokes*, pas aux *jokes* mais qu'est-ce qui est raciste, qu'est-ce qui l'est pas. Mais, c'est parce que les Québécois, bin moi y compris, on fait beaucoup de blagues. Il y a plein de blagues, mais le moment qu'il y a une blague qui t'offense, ils vont te dire que c'est juste une blague. T'sais, ils vont pas l'assumer que c'est vraiment des propos racistes [...] Fait que t'essayes de leur expliquer puis après ils te disent "T'es dont ben soupe au lait là arrête donc là, t'sais c'est juste une blague là, prends ça relax." Fait que, oui on est des victimes, mais ils veulent pas nous "victimiser", puis ils veulent pas prendre responsabilité pour ce qu'ils disent. Puis ça, c'est plate parce que c'est à nous de comme encaisser tous les coups qu'ils disent. Puis ça, je trouve ça vraiment immonde là de vivre ça constamment. » (Lee An, *focus group 2*)

Les participantes de l'étude ont ressorti en somme le fait que l'une des premières caractéristiques du *racial gaslight* envers les femmes asiatiques est la minimalisation de leur vécu dans laquelle on leur demande d'ignorer la situation raciste; en leur soulignant le caractère raciste ou non de la situation; en leur mentionnant qu'elles ont des réactions excessives ou d'exagération par rapport aux comportements ou aux propos; et par l'utilisation de l'argument que le propos était une blague. Tous ces mécanismes participent à la minimalisation de leurs expériences où elles ont été discriminées. Par conséquent, cela peut créer des doutes et des questionnements sur leur état psychologique, ce qui participe à la manipulation du narratif sur leur vécu en tant que femme asiatique au Québec.

4.4.1.2 Le contrôle du narratif en se faisant imposer des idées

Deux participantes du deuxième groupe de discussion expliquent que les personnes blanches ont souvent tendance à déterminer un jugement sur la situation s'il a été question de racisme. Puis, il

arrive fréquemment que ces personnes argumentent avec elles, en répliquant que les femmes asiatiques et racialisées se victimisent dans ces situations. Il y a donc une imposition de leurs idées de ce qu'est le racisme par la population blanche.

« [...] De ce qu'il y a en fait, qu'on te dise, qu'on t'impose carrément ce pour quoi tu as le droit d'être offensé, qu'est-ce qui est légitime d'être offensé ou pas. Puis ça c'est arrivé vraiment récemment là, il y a quelques semaines qu'il y a vraiment une personne blanche qui a essayé de m'imposer son idée du racisme, me dire pourquoi moi j'étais pas une victime puis que pourquoi toutes les personnes, toutes les minorités, toutes les femmes racisées [se victimisent] [...] » (Kimberly, *focus group 2*)

Kimberly et Sophie évoquent le fait qu'il y a continuellement un débat sur la question de l'offense, c'est-à-dire si elles ont le droit d'être contrariées ou non vis-à-vis de la situation déterminée comme de racisme. Sophie explique que dans ces moments, elle sent qu'il y a une manipulation psychologique sur la violence vécue, ce qui reflète d'être du *gaslight* envers elle. De plus, elle ajoute qu'un argument reproché est d'être excessivement sensible dans lequel ceci est difficilement contesté vu qu'elle pleure facilement lors d'une confrontation.

« Puis, aussi tout l'aspect justement d'offense, je me sens tout le temps comme "gaslighter". On me dit tout le temps que je suis trop sensible. Ça aide pas en plus, je pleure tout le temps! » (Sophie, *focus group 2*)

Quant au fait d'imposer des idées en lien avec la composition d'un événement raciste ou non, Kimberly renchérit sur le fait qu'il y a un objectif de contrôler le narratif des femmes asiatiques de la part des personnes blanches. Elle explique que les personnes blanches la moralisent en disant qu'elle se victimise vu qu'elle dénonce et éduque constamment l'entourage sur cet enjeu. De plus, ce sont souvent des opinions non sollicitées de la part des personnes blanches envers les participantes de l'étude.

« De toute évidence, les personnes autour de moi trouvent que je parle trop. Elles trouvent que je parle trop fort, elles trouvent que je reviens tout le temps à ça puis t'sais "Oui, mais là ma belle, c'est sûr que si t'arrêtes pas de revenir là-dessus puis de revenir sur le fait que t'es une femme asiatique tu vas finir par te victimiser là-dedans là." Puis là, c'est pas juste une personne qui m'a dit ça... Toujours. Puis, ça jamais été une personne issue de minorités. Ça toujours été une personne blanche, puis ça sera toujours des personnes blanches qui vont me moraliser sur qu'est-ce qui est correct de se victimiser, qu'est-ce que c'est le racisme, etc. » (Kimberly, *focus group 2*)

Selon les participantes de l'étude, il existe une tendance de la part des personnes blanches à s'emparer du discours des femmes asiatiques afin de leur imposer leur idéologie sur les enjeux de

racisme. Pour elles, cette imposition d'idées se manifeste également par des opinions non sollicitées, participant ainsi à une double perpétuation du racisme vu que la personne blanche tente de contrôler l'échange et les interactions afin de réduire son propre inconfort et culpabilité.

4.4.1.3 La perception d'avoir une défense non-légitime

Deux participantes des deux groupes de discussion ont mentionné, lorsqu'elles se défendent par rapport aux propos racistes, elles ne sont pas légitimes aux yeux de la majorité blanche, souvent des personnes de leur entourage social et professionnel. Soriya rapporte que les gens l'encouragent, certes, à dénoncer les situations racistes et à éduquer la population sur le racisme. Toutefois, lorsque ceux-ci y sont impliqués, sa crédibilité et sa légitimité sont remises en question. Selon elle, il est important que les personnes blanches s'éduquent par elles-mêmes sur ce qu'est le racisme, car la dévalorisation est constamment faite envers les personnes asiatiques, ce qui crée un débalancement de pouvoir entre les deux parties.

« Puis, c'est ça qu'on nous dit de faire. On nous dit prends ta place, prends ta place, mais prendre ma place c'est quoi? C'est juste me défendre. C'est comme, si j'essaye de vous éduquer vous allez pas le voir de façon comme, aussi légitime que si vous essayez vous-même de vous éduquer. Comme, quelque chose comme ça. » (Soriya, *focus group 1*)

Kimberly, du deuxième groupe de l'étude, reflète d'ailleurs sur l'idée que ce sont majoritairement les personnes blanches qui deviennent offensées lorsqu'il y a un débat sur les enjeux de racisme. Les femmes asiatiques sont perçues en ce sens comme étant sur la défensive ou comme exagérant la situation tandis que cela reflète plutôt les comportements des personnes blanches. Elle croit par conséquent que cela normalise les insultes, les propos et les comportements racistes ainsi que les stéréotypes raciaux. En fin de compte, elle affirme que les femmes asiatiques demandent seulement de se faire respecter.

« Ça vient encore une fois du fait qu'on normalise les stéréotypes, qu'on normalise les insultes, qu'on normalise tous ces comportements et paroles-là et que quand on les dénonce, bin c'est nous qui sommes trop offensés. [...] ce mythe où est-ce que les personnes trouvent qu'on en demande trop parce que nous, on sait toutes ici qu'on en demande bien trop là (rire). De se faire respecter, c'est vraiment trop (rire). » (Kimberly, *focus group 2*)

Les extraits ci-haut témoignent donc souvent d'une dévaluation de la réflexivité et de l'agentivité des femmes asiatiques lorsque celles-ci se défendent face à une situation discriminatoire et raciste. Somme toute, les différents mécanismes utilisés, soulevés par les participantes de l'étude, tels que

la minimisation et la négation des expériences racistes des femmes asiatiques, participent à la déresponsabilisation des personnes perpétrant des comportements et propos racistes.

4.4.1.4 Une question d'intention? Les arguments pour se déresponsabiliser

Durant la discussion du deuxième groupe de l'étude, Lee An, Kimberly et Sophie ont illustré, par l'entremise de plusieurs exemples, que ce sont elles qui doivent souvent faire les efforts de gérer les malaises des personnes qui émettent des propos et des comportements racistes et qui esquivent, ainsi, toute forme de responsabilisation de leurs actes. Kimberly soutient d'ailleurs qu'elles vont s'efforcer d'éviter de trop brusquer et de rendre inconfortable les personnes blanches lorsqu'elles discutent d'enjeux de racisme, ce qui illustre un privilège que les personnes blanches possèdent. Malgré cela, la réaction est rarement positive, et ce, même si la personne indique être ouverte d'esprit ou éduquée. Ceci participe également au maintien du confort de la majorité qui bénéficie des discriminations raciales.

« Puis vraiment je sais qu'il y a des façons de dire les choses alors j'essaye de faire attention, là tu viens de bénéficier d'un privilège. D'un privilège de personne blanche. Bin là, la réaction est jamais positive. Peu importe à quel point la personne est éduquée, elle est ouverte d'esprit, ou quoi que ce soit. » (Kimberly, *focus group 2*)

Kimberly renchérit sur le fait qu'il y a l'utilisation de ce fameux argument d'avoir une amitié avec une personne du groupe marginalisé afin d'enlever tout soupçon de propos racistes. Ici, « l'amie asiatique » est utilisé en guise de bouclier par une personne blanche dans le but de se déresponsabiliser de ses comportements et propos racistes. Selon elle, ce raisonnement perpétue également la croyance que les femmes asiatiques ne devraient pas être offensées vu qu'il n'y avait pas de mauvaise intention dans le comportement discriminatoire. Conséquemment, elle croit qu'il est important de déconstruire ces faux narratifs afin d'avoir une reprise de pouvoir sur leur vécu.

« Cette femme-là était "Non, non, on n'est pas raciste là, quand même! T'sais comme, j'ai des ami.e.s asiatiques aussi." (rire) Donc, il y a vraiment cette question d'offense là. Je pense que pour moi c'est vraiment, c'est extrêmement présent. Puis, je crois que c'est à déconstruire la question d'offense et la question d'intentionnalité. » (Kimberly, *focus group 2*)

Les participantes démystifient d'ailleurs le fait que le racisme n'est pas une question de l'intention d'une personne. Pour Kimberly, l'insistance sur l'intention démontre qu'il y a encore un travail à faire pour déconstruire les fausses croyances des enjeux du racisme et pour mieux éduquer la population québécoise sur le racisme, lequel n'est pas automatiquement une volonté d'un individu

à commettre des actes racistes. En effet, cela peut être inconscient dû à l'intériorisation des stéréotypes raciaux, des discours racistes au sein des structures et des institutions de la société québécoise.

« Ça, c'est une autre chose qui faut faire davantage de sensibilisation, d'éducation. Ce n'est pas parce que ton intention est bonne que ce que tu fais est correct. Et de mon vécu, les comportements racistes, les propos racistes, que j'ai vu ou que j'ai subis viennent de personne qui ne se considère pas raciste et viennent de personnes qui ne veulent pas être considérées racistes. » (Kimberly, *focus group 2*)

Au final, les participantes disent devoir encaisser les effets d'une déresponsabilisation des personnes ayant eu des propos ou comportements racistes à leur égard. L'inégalité raciale se reflète précisément dans la manière que les femmes asiatiques doivent négocier les interactions dans l'échange avec la personne afin d'éviter une altercation et même de diminuer ses malaises, ce qui en retour permet de maintenir le privilège et le confort de la personne blanche. De plus, le *asian-shield* (bouclier asiatique) est un argument utilisé pour tenter de faire une reprise de contrôle du discours par une personne blanche, ce qui permet de se déculpabiliser vis-à-vis de la situation. Toutefois, les participantes de cette étude soulignent le fait que l'intention n'est pas un élément central pour définir si la situation est raciste ou ne l'est pas. Plutôt, il faut axer sur la reconnaissance des torts causés sur la personne discriminée, ici les femmes asiatiques.

Chapitre 5: La charge raciale et les mécanismes de résistance chez les femmes québécoises d'origine asiatique

Dans ce cinquième chapitre, nous explorerons dans un premier temps les conséquences des expériences de racisme chez les femmes québécoises d'origine asiatique telles que présentées lors du chapitre précédent. La première section présentera les conséquences du racisme anti-asiatique sur le sentiment de valeur personnelle et la charge mentale, lesquelles peuvent avoir, en retour, de forts impacts sur la santé mentale.

Dans un second temps, les mécanismes de résistance déployés, notamment les moyens utilisés afin de prévenir ou générer les situations de racisme chez les femmes d'origine asiatique seront présentés, tels que des stratégies d'adaptation, l'élaboration d'un cheminement propre vers un processus de guérison et le militantisme antiraciste. Ces stratégies démontrent, comme abordées, que les femmes victimes de racisme anti-asiatiques font preuve, simultanément, d'une agentivité certaine face aux discriminations vécues.

5.1 Intériorisation du racisme anti-asiatique

Le racisme anti-asiatique est encore méconnu pour plusieurs personnes de la société québécoise. Or, ce racisme est bel et bien présent dans la vie quotidienne des femmes d'origine asiatique, comme démontré par les participantes de cette étude. Plusieurs d'entre elles sont conscientes des impacts psychologiques à force de vivre du racisme. Dans cette section, les participantes décrivent avoir intériorisé le racisme anti-asiatique dans leurs comportements sociaux, notamment par le fait d'avoir des sentiments négatifs envers elles-mêmes tels que de la honte et un manque d'amour-propre, ou bien en rejetant une partie de leur identité, voire en participant à la perpétration du racisme anti-asiatique.

5.1.1 La honte d'être Asiatique

Au courant de la discussion pour cette étude, afin d'explorer sur les conséquences du racisme genré chez les femmes asiatiques, les participantes du deuxième groupe de discussion ont souligné qu'elles se sont longtemps senties inférieures. Elles se dévaluaient sur le plan personnel et professionnel. Kimberly explique, notamment, que ses sentiments sont une manifestation de la honte d'être une personne d'origine asiatique; des propos avec lesquels Sophie s'est dite par ailleurs grandement d'accord.

« Une question que je me pose puis que j'aimerais vous poser, sentez-vous à l'aise d'y répondre ou pas, est-ce que vous avez déjà... Avez-vous déjà eu honte d'être asiatique? Parce que moi j'ai eu honte pendant très longtemps d'être Asiatique. [Sophie lève sa main pour approuver]. Pourquoi? Bien, pour faire les liens avec la question précédente et qu'est-ce que les femmes asiatiques vivent. » (Kimberly, *focus group 2*)

Les participantes rapportent que ce sentiment de honte s'est manifesté durant leur jeunesse. En fait, les stéréotypes ont renforcé ce sentiment vu qu'elles ne désiraient pas y être jumelées ou encore ne pas y correspondre. Kimberly, quant à elle, indique qu'il y avait une volonté d'être déconnectée des attraits qui lui rappelaient qu'elle est d'origine vietnamienne. En effet, à force que l'identité asiatique soit jugée négative, les participantes expliquent qu'elles ont intégré un sentiment de honte en lien avec cette partie d'elle-même. Sally mentionne qu'elle avait appris à se détester, et qu'aujourd'hui elle tente de se familiariser de nouveau avec cette identité qu'elle souhaite se réapproprier.

« Puis ça fait en sorte qu'au final t'sais j'ai honte puis je me toute seule, puis justement t'sais, je me déteste. Puis, faut que je me *rebrand*, puis il faut que je réapprenne à me connaître. » (Sally, *focus group 2*)

Le fait que les femmes d'origine asiatique se font fréquemment dégrader en lien avec des aspects culturels de leur identité fait en sorte qu'elles ont intériorisé une honte d'être soi. Elles ne sont pas reconnues comme étant semblables à leurs pairs. Certaines d'entre elles ont ressenti être dévaluées et infériorisées dû au racisme, ce qui les a amenées à détester cette partie d'elles-mêmes.

5.1.2 Un manque d'amour-propre

Le manque d'amour-propre a été un élément central au sein du témoignage de Sally, une participante du deuxième groupe de discussion. En effet, elle s'est ouverte sur les impacts du racisme qu'elle a subi, en expliquant qu'elle se détestait auparavant à cause des traitements que lui a réservés son entourage non asiatique. Le fait de fréquemment comparer et déprécier ses traits physiques, notamment sa corpulence, en regard du corps des filles blanches a créé chez elle une difficulté à se « sentir belle » en tant que femme asiatique. Lee An a également eu cette difficulté, en expliquant qu'elle avait « un surplus de poids », ce qui a été difficile pour elle en grandissant, vu qu'elle se faisait discriminer à cause de son corps qui ne correspondait pas aux normes des corps stéréotypés des femmes asiatiques. Conséquemment, les deux participantes ont exprimé qu'elles ont douté de leur valeur personnelle.

« Puis, c'était juste, c'était tellement dégradant et ça faisait en sorte que je détestais chaque partie de moi parce que t'sais quand t'es au secondaire puis il y a aucun gars qui veux de toi parce qu'ils te trouvent [repoussante]. Bin t'sais, tu te regardes, puis t'as de la misère à avoir une estime de soi qui est positif, t'as de la misère à te trouver belle, t'as de la misère à... T'sais, je me comparais toujours à mes amies qui étaient souvent soit blanches ou sinon latinas, justement, c'est ah bin, pourquoi je peux pas avoir plus de formes ou pourquoi je suis pas plus mince t'sais, c'est un des deux. » (Sally, *focus group 2*)

Sally renchérit en soulevant le fait qu'à force de se faire homogénéiser, elle se sent obligée de déconstruire sur cette croyance, en décrivant les différents phénotypes des différentes communautés asiatiques telles que la communauté japonaise, coréenne, chinoise, etc. dans le but de démontrer qu'elles sont différentes et uniques. Toutefois, cette stratégie renforce chez elle une crise identitaire. Elle déclare ne plus « reconnaître qui elle est » en tant qu'individu. De plus, celle-ci vit un défi supplémentaire vu qu'elle est une personne mixte, car elle n'est pas automatiquement acceptée dans sa propre communauté ethnique (Coréenne, Asie du Nord-Est) :

« Mais, t'sais, juste le fait que je suis obligée de décrire les différents phénotypes de toutes les nationalités asiatiques, *crime* les Japonais, puis les Chinois, pis les Coréens ne se ressemblent pas, pas en toute. Puis comme, ça me frustre qu'il faut que, justement, qu'on soit obligé de décrire ça parce que moi ça me crée une crise identitaire. Moi, je sais plus qui je suis en fait. Même, je le vis dans ma propre communauté parce que je suis mixte aussi. » (Sally, *focus group 2*)

Sally ajoute que ses expériences racistes ont affecté son estime de soi. Celles-ci ont eu des impacts importants sur sa fierté d'être une personne d'origine asiatique. Toutefois, elle a fini par réaliser l'importance d'avoir un amour-propre, ce qui lui a permis d'avoir une meilleure résilience face au racisme vécu.

« [...] puis c'est juste comme, c'est vraiment... Ça brise, en fait, l'estime d'une personne au final. Ça fait en sorte que tu te questionnes "Ok peut-être que c'est pas normal. Je devrais pas être fière de ça. En fin de compte, peut-être que c'est bizarre, puis que c'est pas normal" t'sais. Puis, c'est juste difficile après ça parce que un jour tu réalises que c'est pas le cas, puis il faut que tu commences à t'aimer puis c'est difficile, mais tranquillement. Je pense je suis pas mal rendu à une bonne place en ce moment. » (Sally, *focus group 2*)

D'après le témoignage des participantes de cette étude, l'intériorisation de la honte d'être une femme asiatique les amène à se détester, à vivre une crise identitaire ainsi qu'à avoir une mauvaise estime de soi tout au long de leur parcours de vie. Toutefois, elles mentionnent que l'amour-propre

est l'une des clés pour réussir à renouer avec leurs différentes identités et à développer des mécanismes de résilience contre le racisme anti-asiatique.

5.1.3 Se détacher de la culture et de l'identité asiatique

Quatre participantes du deuxième groupe de discussion ont mentionné qu'elles ont essayé de se dissocier de l'identité de femme asiatique, en modifiant leur physique comme se teindre les cheveux en blond ou d'avoir la peau plus pâle. Elles expliquent qu'elles désiraient, par ces gestes, invalider leur identité asiatique. Une autre participante, Alice, du premier groupe de discussion, indique qu'elle vivait un grand stress du fait d'être associée à ses origines chinoises, car elle craignait de vivre du racisme. Selon elle, son mécanisme de défense a été d'intérioriser le racisme anti-asiatique afin d'éviter d'en vivre. Conséquemment, le « plus qu'elle se détachait de l'identité asiatique, le mieux c'était » pour elle. Elle offre une anecdote pour expliquer cette internalisation du racisme qui l'a amené à se dissocier complètement des communautés asiatiques.

« Je me souviens aussi que juste au Cégep comme on parlait de la Chine et ça me faisait comme un stress, le même stress que t'as pendant les présentations orales. Puis là genre "Ayoye, je veux pas que les personnes me regardent". T'sais, c'est comme plein de trucs comme ça. T'es comme je veux pas qu'on m'associe à ça. Je veux pas comme, être associée à cette identité-là que moi-même j'arrive pas à... pas à accepter, mais comme que la société fait en sorte que je dénigre totalement. Puis, je pense que ça vient à, c'est ça, à l'internaliser. » (Alice, *focus group 1*)

Alice ajoute que cette dissociation se manifestait également par le fait que celle-ci ne socialisait pas avec des personnes asiatiques. Par conséquent, son groupe d'amis.e.s était seulement composé intentionnellement de personnes non asiatiques durant son secondaire.

« Puis, je me souviens quand j'étais plus jeune, je me tenais jusqu'au secondaire, avec des personnes asiatiques. » (Alice, *focus group 1*)

Quant à Marie-Ly, elle mentionne qu'elle se dissociait fréquemment de son identité vietnamienne durant sa jeunesse. Elle explique en effet qu'elle profitait de son privilège de ressembler davantage à une personne blanche, et ce grâce à ses traits physiques, dans le but de nier l'identité asiatique. Elle indique qu'elle « avait l'opportunité de choisir » l'identité qu'elle désirait, selon les situations ou environnements dans lesquels elle se retrouvait. Ce moyen lui permettait d'être à l'abri d'attaques racistes.

« Je dirais que quand j'étais jeune là, il y a eu des moments où ce que... On dirait que ça faisait quasiment mon affaire là, que je sois capable de comme juste fermer les yeux puis comme me

dissocier de qu'est-ce qui se passait. Parce que, t'sais il y a des jours où j'étais pas obligée d'être Asiatique. Puis, il y a des jours que je voulais pas être blanche. Fait que c'était *pick and choose* là. » (Marie-Ly, *focus group 1*)

Une autre participante d'origine asiatique mixte, Sally, mentionne une expérience similaire partagée par Marie-Ly où elle rejetait également son identité coréenne. Elle spécifie qu'elle avait l'occasion d'embrasser son identité afrodescendante vu que c'était plus toléré par ses pairs comparés à ses origines asiatiques qu'elle niait. En étant consciente de cela, elle ressent un malaise face à ses agissements envers sa mère qui est d'origine coréenne vu qu'elle en est venue à détester cette partie d'elle-même. Toutefois, elle est consciente que, malgré cela, l'entourage non asiatique continue à la catégoriser ainsi, et ce, même si elle tente de la nier.

« Comme, depuis que j'ai déménagé ici jusqu'à genre l'âge de 17 ans là je me détestais, j'aimais pas ça être moi. T'sais, je rejetais toutes parties que je pouvais avec le fait que j'étais Asiatique. [...] Vu que je suis moitié asiatique aussi j'ai pu utiliser ça des fois à mon avantage. Ah, mais je suis juste moitié asiatique t'sais, c'est comme moins pire. [...] Justement, parce que je détestais tellement le fait que j'étais moitié asiatique que je voulais comme aucunement avoir part avec ça. Puis, je trouve ça triste parce que veux, veux pas, ma mère est complètement asiatique, puis ça fait quand même partie de moi. C'est quand même qu'est-ce que les gens ils pensent de moi quand ils me voient. » (Sally, *focus group 2*)

Sally ajoute également dans son témoignage que la fétichisation raciale des femmes asiatiques a eu des impacts sur ses relations interpersonnelles où elle s'est mise à se questionner sur sa propre désirabilité. Conséquemment, l'intériorisation du racisme s'est manifestée par le déni des aspects culturels asiatiques, notamment d'écouter des animes (dessins animés japonais), lire des mangas (bandes dessinées japonaises), etc. Elle ne désirait pas embrasser les aspects qui représentent une culture asiatique, car cela lui remémorait la raison pour laquelle les gens s'intéressent à elle, c'est-à-dire pour son « côté exotique ».

« [...] Ça a fait en sorte que j'ai détestée l'anime. Je voulais pas l'écouter, je disais "Ark". Maintenant, j'adore ça, c'est super bon. Mais, comme t'sais pendant tout mon secondaire je voulais pas écouter ça. Je voulais pas écouter ça, je voulais pas y toucher parce que ça me faisait juste penser au fait que la seule raison pourquoi les gars me toucheraient ou même me considéreraient, ce serait à cause de ça. Parce qu'ils aiment ça, ils trouvent ça cool. Mais t'sais jamais de la vie qu'il voudrait sortir avec moi, faire de moi leur blonde, faire de moi leur femme [...] » (Sally, *focus group 2*)

5.1.4 Perpétuer le racisme anti-asiatique en tant que personne d'origine asiatique

Autant que les participantes puissent intérioriser le racisme anti-asiatique, celles-ci peuvent également le perpétuer. En effet, selon Sophie et Li Jing du deuxième groupe de discussion, certaines personnes d'origine asiatique peuvent reproduire les stéréotypes accolés à ces dernières comme un mécanisme de défense lorsqu'elles sont confrontées à une situation raciste. Quant à Soriya, du premier groupe de discussion, elle a eu conscience d'avoir internalisé « le regard des hommes apposé sur les femmes asiatiques » qui participe à la fétichisation raciale et l'orientalisation de celles-ci.

« [...] je comprends à quel point j'ai internalisé le "male gaze". T'sais, le "male gaze" comme de fille asiatique, puis je suis comme... T'sais là quand j'ai du *feedback* sur ça, je suis comme wow genre. On dirait c'est comme si je contribuais à ce phénomène-là en fait. Puis, je suis [...] vraiment en pleine réalisation en ce moment de comment [j'ai participé au racisme anti-asiatique]. » (Soriya, *focus group 1*)

Soriya explique aussi qu'elle s'est culpabilisée de ses agissements qui ont participé au racisme anti-asiatique. Elle mentionne être au stade d'acceptation du fait d'avoir internalisé ces stéréotypes raciaux et sexuels envers les femmes asiatiques.

« Puis, je pense aussi que j'ai eu comme des moments dans ma vie où j'ai beaucoup internalisé le racisme anti-asiatique, ce que je trouve vraiment désolant. T'sais, je suis encore en train de comme, essayer de me, comment on dirait "to forgive myself" pour les biais que j'ai eus envers les asiatiques ou moi-même. » (Soriya, *focus group 1*)

Somme toute, bien qu'il y ait des femmes asiatiques qui participent au racisme anti-asiatique, cela s'explique par le fait qu'elles ont internalisé ainsi que normalisé les stéréotypes et les comportements discriminatoires envers elles. Pour certaines, leur participation au racisme anti-asiatique est une forme de mécanisme de défense afin d'éviter à aggraver la situation. Toutefois, après avoir pris conscience des retombées de leur participation, soit le renforcement de stéréotypes raciaux et sexuels qui les fétichisent, les femmes asiatiques peuvent ressentir de la culpabilité. Néanmoins, tel qu'abordé plus loin dans ce chapitre, des mécanismes de réconciliation avec soi-même sont utilisés également.

5.2 Une auto-validation questionnée

En étant conscientes du processus de racialisation envers les femmes québécoises d'origine asiatique, trois participantes venant des deux groupes de discussion ont rapporté d'importantes

conséquences qui en découlent sur elles. Plus précisément, elles en viennent à remettre en question leur valeur personnelle, de même que leur validité dans la sphère professionnelle et relationnelle.

Soriya, une participante du premier groupe de discussion, mentionne qu'elle s'est questionnée sur son processus d'embauche où elle se demande si c'est plutôt une forme de *tokénisme*³¹ afin de répondre aux exigences des politiques de discrimination positive³² à l'emploi dans le but de « diversifier et inclure » les personnes racialisées dans les milieux professionnels. À la place de se sentir fière d'avoir obtenu un emploi prestigieux, Soriya explique qu'elle s'est, au contraire, questionnée sur ses compétences professionnelles vu que son identité de femme asiatique est perçue comme un avantage au sein des politiques d'embauche sous l'ombrelle de la discrimination positive.

« Puis, j'ai eu un emploi [...]. Mais t'sais des fois je me dis est-ce que j'ai eu cet emploi-là parce que je suis une femme asiatique? Est-ce que je l'aurais pas eu si j'étais un homme blanc genre? Est-ce que c'est presque de la discrimination positive que... pour laquelle j'ai eu cet emploi-là. » (Soriya, *focus group 1*)

Il y a donc un effet pervers de cette discrimination positive à l'emploi qui a été mis en place comme mécanisme pour combattre le racisme. En effet, le témoignage de Soriya démontre que le processus de racialisation et d'altérisation des femmes asiatiques par la société a comme effet d'invalider leurs compétences et capacités professionnelles ainsi que projeter le sentiment d'être un simple jeton pour représenter leur groupe ethnique. Conséquemment, l'internalisation « de se voir différente des autres » affecte psychologiquement les femmes asiatiques, vu qu'il est difficile de s'auto-valider.

« Des fois genre, on dirait que c'est comme si j'invalidais mes propres qualités, mes propres compétences, juste parce que je me vois en tant que femme asiatique. Puis, c'est violent cette internalisation-là de me voir différemment des autres. T'sais, on dirait que c'est difficile de donner mon mérite en tant que femme asiatique. » (Soriya, *focus group 1*)

Du côté de Lee An, dans le deuxième groupe de discussion, elle explique ce même processus de questionnement dans ses relations interpersonnelles. Elle indique qu'en étant consciente de ce

³¹ Le tokénisme est un concept créé par Kanter (1977) pour définir l'expérience d'une personne d'un groupe minoritaire au sein d'une organisation. La personne racialisée est souvent seule de son groupe où a représentation numérique d'un groupe particulier est très faible (Richard & Wright, 2010; Niemann, 1999).

³² La discrimination positive à l'emploi est une politique mise en place afin d'éliminer les inégalités sociales subies par les groupes marginalisés par la société en offrant des avantages préférentiels durant une embauche en émettant un quota (Villenave, 2006). Ce traitement préférentiel se veut d'être une pratique pour lutter contre les pratiques racistes, sexistes et d'autres discriminations bien que des lacunes importantes ont été soulevées et analysées (Villenave, 2006).

processus de racialisation et d'orientalisation, elle remarque que les hommes sur les sites de rencontre en ligne ont plus tendance à l'aborder pour la simple raison qu'elle est d'origine asiatique. Conséquemment, elle ne se sent pas unique et reconnue dans son individualité. Ce questionnement sur sa validité personnelle l'a amené à vivre certaines inquiétudes quant à la légitimité des sentiments de son partenaire amoureux envers elle, au point qu'elle a eu le besoin d'entreprendre un suivi thérapeutique face à cela.

« T'sais, c'est vraiment pour aucune raison, juste parce que je suis asiatique et puis souvent [les hommes sur les sites de rencontre] vont pas se gêner pour dire qu'ils aiment les Asiatiques. Mais, je me sens pas différente de d'autres asiatiques, quand qu'on me dit ça. Quand qu'on m'impose le fait que j'ai les mêmes traits qu'une autre personne bien ça me rend pas unique, à un tel point que j'ai dû consulter un psychologue parce que je me dis est-ce que mon chum m'aime vraiment pour moi ou est-ce qu'il va pouvoir me laisser pour aller avec une autre asiatique? » (Lee An, *focus group 2*)

Les participantes de l'étude sont conscientes que leurs expériences sont une interprétation subjective de la situation vécue. Toutefois, ces remises en question constantes quant à leur propre validité et vécu se traduisent par un poids mental supplémentaire.

5.3 La charge raciale chez les femmes d'origine asiatique

Le concept de la charge raciale consiste à expliquer le poids mental que vivent quotidiennement les personnes racisées à force de devoir gérer leurs sentiments et leurs expériences de manière à éviter de vivre du racisme et maintenir le confort des personnes blanches (Soumahoro, 2020). Dans cette section, les participantes de cette étude expliquent qu'elles ont une pression supplémentaire à demeurer souvent en alerte afin d'éviter des situations discriminatoires envers leur égard. De plus, elles mettent au jour les comportements qu'elles adoptent afin de naviguer ces situations.

5.3.1 Charge émotionnelle : une conscientisation du poids mental

Durant les entrevues de groupe, les participantes ont été questionnées sur les conséquences psychologiques d'être confrontées à une situation raciste. Certaines participantes ont exprimé qu'elles ressentent une forme d'épuisement mental et émotionnel, en soulignant que c'est « drainant » et « très lourd » de vivre ces situations.

« C'est sûr que ça m'irrite là, t'sais mais au niveau santé mentale. T'sais c'est sûr, puis c'est drainant. C'est sûr que de le faire c'est comme... *fuck*, t'sais. » (Marie-Ly, *focus group 1*)

« Je trouve c'est très lourd. » (Li Jing, *focus group 2*)

Les femmes québécoises d'origine asiatique vivent donc une charge raciale dans leur vie quotidienne qui se manifeste de différentes façons. Toutefois, le résultat demeure similaire où les femmes asiatiques ressentent un poids sur le plan psychologique.

5.3.1.1 Une appréhension constante des actes racistes

Depuis l'annonce de la pandémie de la COVID-19, les participantes de cette étude ont vécu ou ont été témoins d'événements racistes, voire des crimes haineux. À Montréal, il y a eu des attaques physiques, du vandalisme et du harcèlement dans les lieux publics. Bien qu'elles en aient été témoins via les médias, cela a créé une crainte chez elles des répercussions possibles sur leur entourage proche et elles-mêmes.

« [...] tu vois toutes les affaires passer à Montréal genre, le monde qui se font pousser. Le monde qui se font tabasser, qui se font... T'sais juste [...] hier en fait là, il y a quelqu'un qui s'est fait comme mettre du poivre de cayenne. Tout ça, t'sais, il y a une anxiété liée à ça là. »
(Marie-Ly, *focus group 1*)

Quant à Sophie, une participante du deuxième groupe de discussion, elle mentionne avoir été profilée, ensuite agressée verbalement par un homme blanc lorsqu'elle faisait une commission dans son quartier. Elle explique qu'elle s'est défendue face aux insultes reçues, ce qui l'a rendu vulnérable à se faire agresser davantage. Conséquemment, malgré que celle-ci ait utilisé une stratégie de défense face à la situation raciste, la personne ayant commis l'agression est devenue de plus en plus hostile, la mettant plus à risque physiquement.

« Puis une des affaires aussi, pour moi, qui a été vraiment intense c'est que quand tu réagis à l'agression tu te mets aussi plus à risque, en fait, de plus d'agressions. [...] t'sais, c'est comme moi quand je me suis fait agresser récemment, justement dans [mon quartier]. Puis que le gars, justement, me disait que j'avais pas d'affaire à prendre de la nourriture, que j'avais pas le droit d'avoir accès à la nourriture, hein. Truc de base de la vie hein! J'ai répondu parce que je suis vraiment *fiery* dans la vie là. Je me suis retournée puis j'étais comme, j'ai crié "Non, je n'accepte pas ces propos racistes!" Puis, je l'ai crié à répétition puis j'étais comme "Non, non, non, ça pas d'allure, c'est pas vrai!" Mais, en fait, c'est que le gars s'est enragé encore plus contre moi. » (Sophie, *focus group 2*)

Sophie mentionne aussi qu'en se défendant, elle a craint pour sa sécurité physique, car la personne s'est approchée d'elle. Elle a dû endurer les propos violents afin de se protéger d'une attaque physique. Sophie révèle que depuis cette altercation raciste, elle appréhende de se faire accoster à nouveau dans les lieux publics.

Sophie (*focus group 2*) : « Tu lui dis c'est pas acceptable, qu'est-ce qui te dit qu'il va pas t'agresser après? »

Lee An (*focus group 2*) : « Bin, c'est ça, parce que tu peux pas résonner avec cette personne-là. »

Sophie (*focus group 2*) : « Pas du tout! Tu peux pas te défendre! »

Kimberly mentionne quant à elle également éprouver une appréhension constante de propos racistes et de la manière dont elle doit y réagir. Elle est consciente qu'elle est souvent sur la défensive lorsqu'elle rencontre une personne de la classe dominante.

« Donc, je dirais qu'il y a comme tout le temps cette... [...] je suis tout le temps un petit peu plus sur la défensive. Comme, j'appréhende tout le temps plus qu'est-ce qu'on va me dire, comment je dois réagir. » (Kimberly, *focus group 2*)

Au-delà d'être craintives pour leur sécurité personnelle, quatre participantes disent craindre que les membres de leur famille, notamment les grands-parents, les parents ou les enfants, soient victimes d'un crime haineux dû à la hausse des actes racistes envers les communautés asiatiques. Marie-Ly, une participante du premier groupe de discussion, explique qu'elle craint pour les membres de sa famille, surtout pour sa grand-mère qui fréquente des lieux de culte de la communauté vietnamienne. Elle craint qu'une personne décide de faire une fusillade (un crime haineux) en ciblant les milieux où les personnes d'origine asiatique se rejoignent.

« Moi, j'ai peur pour ma famille [...] ma grand-mère... écoute avec tout ça t'sais, elle fréquente les lieux de cultes [...] dans la communauté vietnamienne. [...] je me dis mon dieu, s'il y avait pas... écoute touche du bois là, mais c'est constant là. Je me dis s'il fallait pas qu'un cave qui aille là-dedans juste pour... t'sais, investie d'une mission quelconque contre le virus. Écoute c'est... ça me préoccupe jour et nuit ces trucs-là. C'était quasiment, écoute je suis [...] quasiment contente mon Dieu quand ils ont fermé les lieux de cultes. [...] » (Marie-Ly, *focus group 1*)

Dans le deuxième groupe de discussion, Li Jing et Lee An se disent se sentir impuissantes quant aux membres de leur famille qui vivent du racisme puisqu'elles ne peuvent pas les protéger. Les médias ont démontré que les personnes âgées d'origine asiatique sont plus susceptibles de vivre une agression raciste dans des lieux publics (se faire pousser, harceler verbalement tel que des

insultes raciales, des menaces, des jurons, etc.) vu qu'elles sont des cibles faciles³³. Lee An mentionne à cet égard craindre les potentiels dangers pour elle et sa mère :

« [...] quand les agressions sont arrivées sur les personnes asiatiques ainées, je pensais, c'est sûr que je projetais ma mère puis je me disais à quel point c'est dangereux. Bin, je me projetais moi-même aussi, t'sais. Moi aussi je vais vieillir là. » (Lee An, *focus group 2*)

En sachant que les personnes d'origine asiatique se font profiler et discriminer davantage depuis l'annonce de la pandémie mondiale en 2020, les participantes de cette étude nomment qu'elles appréhendent en permanence qu'une situation raciste, voire un crime haineux, soit perpétuée à leur égard ou envers leurs proches. Dans ce qui suit, nous verrons qu'elles mettent en place des stratégies dans le but d'y éviter. Si ces stratégies ne combattent pas le racisme concrètement, elles sont des solutions temporaires.

5.3.1.2 Être en alerte constante pour auto-prévenir

Les participantes de cette étude expliquent qu'elles mettent en place des mécanismes de prévention lors d'une altercation raciste ou pour éviter de vivre du racisme dans les lieux publics. Lee An mentionne qu'elle doit être constamment « en alerte » lorsqu'une conversation dévie sur les stéréotypes des personnes asiatiques. Elle dévoile se sentir impuissante par rapport à cela, ce qui affecte sa santé mentale. De plus, elle indique qu'elle doit souvent dénouer les propos violents et discriminants afin de décortiquer ce qui est réel ou stéréotypé vis-à-vis ce qui lui a été dit.

« Aussi, qu'est-ce que ça fait avec les stéréotypes c'est qu'il faut qu'on reste alerte à tout ce qu'ils essayent de nous dire, à toutes les agressions. Je me sens très impuissante par rapport à tout ça, fait que sur le côté santé mentale c'est un peu ça. Ça me déprime aussi, parce que, on nous le répète souvent. Quand on te le répète assez tu penses que c'est réel puis, à moment donné, faut que tu sépares entre qu'est-ce qui est réel, qu'est-ce qui l'est pas puis ça devient très difficile. » (Lee An, *focus group 2*)

Certaines participantes (n=4) dans les deux groupes de discussion ont mentionné qu'elles mettaient en place des actions concrètes à titre de prévention d'une altercation raciste. Plus spécifiquement, Emy-Jade, du premier *focus group*, indique qu'elle met un masque pour couvrir son visage dans le but de cacher ses traits physiques. Bien que cette stratégie permette d'éviter les situations

³³ project 1907. (2021). *Racism Incident Reporting Centre: a community-based reporting tool to track incidents of racism*. <https://www.project1907.org/reportingcentre>

racistes, surtout dans le contexte de la pandémie de la COVID-19, elle nomme qu'elle n'est pas censée « se cacher » publiquement en tant que citoyenne québécoise.

« Bin moi, je pense que, je sais pas si je suis paranoïaque, mais je fais... je mets mon masque par prévention, mais je le mets aussi pour pas qu'on me reconnaisse. Mais, je pense qu'on devrait même pas avoir à se poser la question est-ce que je dois me cacher dans mon pays. »
(Emy-Jade, *focus group 1*)

Quant à Li Jing, elle s'était exprimée sur plusieurs harcèlements psychologiques et des propos racistes qu'elle a subis dans son milieu de travail au courant de l'entretien de groupe. Elle mentionne qu'elle ne peut pas en discuter avec ses collègues, donc il y a une forme d'imposition à maintenir le silence afin d'éviter davantage de représailles. De plus, la participante indique qu'elle craint de se faire discriminer sur ses compétences professionnelles, ce qui fait en sorte qu'elle ne se permet pas de prendre des pauses dans son milieu de travail.

« [J]'ai vécu [du racisme dans mon travail], mais je peux pas m'exprimer [donc], je me sens trop lourd dans mon cœur. [J]e sais [que] je travaille bien. Je travaille fort. Je prends pas la pause de 15 minutes le matin [ni] 15 minutes l'après-midi parce que je veux pas avoir de *blame* "tu travailles pas fort, tu travailles pas assez". » (Li Jing, *focus group 2*)

Les participantes de l'étude sont donc conscientes d'être constamment sur le qui-vive lorsqu'elles sortent de chez elles afin d'éviter de vivre du racisme dans les différents milieux qu'elles fréquentent. Ce poids mental découle donc du fait qu'elles tentent de prévenir des événements racistes en mettant en place des mécanismes par lesquels elles ont un certain contrôle sur la situation.

5.3.1.3 Se comporter pour diminuer les représailles

La charge raciale se définit également lorsqu'une personne racialisée doit gérer ses propres comportements afin de maintenir le confort des personnes privilégiées. Six participantes des deux groupes de discussion ont évoqué plusieurs stratégies qu'elles utilisent pour diminuer les représailles lors d'une situation raciste, notamment de maintenir le silence, de figer, d'ignorer, de quitter les lieux, de contrôler son environnement et d'arrêter des activités spécifiques les mettant à risque.

En effet, les participantes de cette étude rapportent que leurs comportements sociaux doivent s'adapter durant les situations dans le but de diminuer les conséquences, voire d'éviter de vivre une altercation raciste. Une participante du premier groupe de discussion, Alice, explique que « le

rapport de pouvoir » au sein de son travail de service à la clientèle l'empêche de se défendre lors d'une situation raciste perpétrée à son égard. En ne sachant pas si l'administration l'appuierait et la soutiendrait dans son intervention, elle préfère maintenir le silence en ne soulevant pas l'enjeu problématique.

« Bin, j'en parlais tantôt, mais à ma job je sais qu'on me confond souvent avec une autre fille qui travaille là, qui est Asiatique aussi. [...] Je suis comme "t'sais je suis désolé, mais c'est pas moi". Puis, t'sais t'es désolé de pas être la personne qu'ils souhaitent non plus. C'est vraiment bizarre aussi, surtout qu'on est dans un rapport aussi de forces où est-ce que le client a le dessus sur la situation par rapport à toi. Puis, tu peux pas t'offenser par rapport à ça. Puis aussi, il y a le rôle de tes boss qui joue là-dedans. Donc, c'est de savoir est-ce qu'ils te "backeraient" dans ces décisions-là que tu prends par rapport à cette personne-là. Donc c'est plus, ça devient plus du ressort de l'individu, ça revient d'un ressort comme... D'un autre cadre qui est de travail. »
(Alice, *focus group* 1)

D'autres participantes indiquent avoir figé durant les situations racistes qu'elles ont vécues. Quant à Sophie, elle a expliqué son état d'âme après avoir vécu une attaque verbale lorsqu'elle faisait ses commissions dans son quartier. Elle dit « ne plus penser drette », que « tout est embrouillé » et qu'elle était dans un « brain fog³⁴ ». Emy-Jade mentionne s'être sentie en état de paralysie parce qu'elle s'est sentie fortement blessée par les propos dits. Or elle ne désirait pas l'expliquer à la personne concernée.

« Oui, pour moi, bin... Quand je me sens attaquée personnellement, comme individuellement, bien, avant je figeais parce que je... ça me blessait trop et je me disais "ah esti ça vaut pas la peine". » (Emy-Jade, *focus group* 1)

Emy-Jade a d'ailleurs ajouté qu'elle a décidé d'ignorer de telles situations, ne désirant pas éduquer la personne et dépenser l'énergie à cet égard. Cette position lui permet de se préserver mentalement :

« Je vais le laisser passer puis il y a quelqu'un d'autre qui va s'en charger. T'sais, le karma ou... il va se faire apprendre que c'est pas bien de lancer "un chintok" à un *stop* puis de repartir. Puis, de toute façon il était pas prêt pour le dialogue, fait que même si moi je gaspille de la salive, ça va sortir de sa tête. » (Emy-Jade, *focus group* 1)

Lorsque Li Jing mentionne être restée silencieuse lorsqu'elle a été témoin d'une situation raciste dans un lieu public impliquant un de ses enfants, elle dit avoir ressenti de la culpabilité. Elle

³⁴ Ce terme se définit comme étant « un état habituellement temporaire d'une capacité mentale diminuée marqué par l'incapacité de se concentrer ou de penser ou de raisonner clairement » (voir Merriam-Webster. (s.d.). brain fog. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/brain%20fog>)

explique qu'elle n'a pas répliqué aux propos racistes afin de défendre son enfant. Elle se considère pour cela comme n'étant pas « une bonne mère ».

« À ce moment-là, je sais pas comment réagir. Comment je peux y aller pour parler avec cette madame? C'est... Je sais pas, fait que dans le fond, j'étais silencieux. J'ai pas parlé. Après je me suis dit, je suis pas une bonne mère pour aller comme... pour protéger mes enfants. » (Li Jing, *focus group 2*)

Du côté de Sophie, elle précise qu'elle fait des choix spécifiques dans le but de mieux contrôler l'environnement où elle se situe, ne désirant pas être confrontée à des situations racistes comme celles qu'elle a vécues durant sa jeunesse.

« [...] des fois, j'ai l'impression que je reste à Montréal plus longtemps parce que j'ai cette illusion, ou pas illusion, qu'il y a peut-être moins de racisme parce qu'il y a plus de couleurs. T'sais moi, je suis allée à [nom d'un cégep], le cégep le plus multiethnique de la gang. Fait que t'sais, pour essayer de défaire ça [...] » (Sophie, *focus group 2*)

Li Jing mentionne que confrontée à une situation raciste qui s'est passée dans le transport en commun, où un monsieur bridait ses yeux devant elle, elle a décidé de quitter le lieu, plutôt que de réagir ouvertement, à titre de mécanisme de défense personnelle.

« Après un moment donné, je suis tanné. Après j'ai dit : "Ok je dis monsieur je veux pas, à ce moment-là j'ai plus envie de parler." J'ai plus envie de parler, après j'ai... [la participante fait un signe de main et bruit qu'elle a quitté les lieux]. » (Li Jing, *focus group 2*)

Enfin, cinq d'entre elles mentionnent d'avoir arrêté des activités de vie quotidienne, notamment en lien avec leur participation citoyenne à la lutte contre le racisme. Certaines ont vécu un arrêt de travail ou ont choisi de freiner des décisions ou des choix pour éviter de vivre davantage du racisme. Pour Soriya, elle mentionne qu'elle a effacé des vidéos ludiques d'elle sur les réseaux sociaux malgré qu'elle ait trouvé cela très « empowering » au début. Elle explique être dégoûtée par rapport à soi-même vu qu'elle a participé au phénomène de la fétichisation raciale des femmes asiatiques, et ce, malgré que cela s'est fait de manière inconsciente.

« Comment est-ce que je peux contribuer ou ne pas contribuer à la fétichisation de la femme asiatique, t'sais? Parce que au début pour moi c'était très *empowering*. Mais, c'est justement cette narrative-là de dire "ah, mais t'sais, nous tes fans, tes fans hommes, on te donne des compliments pourquoi que tu prends ça... t'sais pourquoi t'es défensive? Pourquoi est-ce que t'aimes pas ça l'attention qu'on te donne?" Mais là, je comprends à quel point c'est toxique, puis c'est t'sais, à la fin je me sens pas plus validée comme personne de la société ou comme, je me sens pas mieux ou... Je me sens pas plus belle non plus parce que j'ai de l'attention t'sais d'hommes sur l'internet là. [...] Mais là, j'ai "déleté" ces vidéos-là parce que je me sens un

peu dégoûtée envers moi-même là, d'avoir un peu participé, t'sais, inconsciemment à ça. »
(Soriya, *focus group 1*)

Les stratégies évoquées par les participantes de l'étude dans cette section démontrent qu'elles sont souvent conscientes lorsqu'elles sont confrontées à un propos ou un comportement raciste. Toutefois, elles font le choix intentionnel de se comporter de manière à diminuer les représailles potentielles ou des confrontations avec les personnes de la classe dominante. Conséquemment, elles décident de ne pas déranger et de composer avec les discriminations raciales vécues.

5.3.2 La charge émotionnelle : maintenir le confort de la classe dominante

Mis à part d'avoir une peur constante sur leur conscience qu'un événement raciste leur arrive ou envers leurs proches, ainsi que de devoir surveiller leurs propres comportements pour éviter de vivre du racisme, les participantes déclarent qu'elles doivent également maintenir le confort des personnes blanches. En effet, toutes les participantes de l'étude ont mentionné qu'elles ressentent souvent cette pression et cette responsabilité de bien représenter les communautés asiatiques, tel que de nuancer leurs propos pour éviter d'offusquer les personnes blanches, d'éduquer l'entourage sur le racisme et de tolérer la double victimisation envers elles.

Plus précisément, Lee An indique qu'elle ressent une pression indue à maintenir une bonne image avec les personnes blanches pour ne pas nuire à la réputation des autres femmes asiatiques. Il y a donc cette responsabilisation quant au fait de devoir représenter l'ensemble des femmes asiatiques lorsqu'elle est en situation minoritaire dans son milieu de travail, par exemple.

« T'sais tant mieux pour nous autres si on dit qu'on est bon, mais ça crée beaucoup [...] de la pression pour nous, t'sais, en tant qu'asiatique. Tu dois te dire que tu dois être bon. Tu dois te dire que tu dois être meilleure que les autres. Sinon, t'agis en tant que représentant de tous les autres bridés, t'sais. Puis, j'aime pas ça avoir cette pression-là. J'ai l'impression que si je performe mal, si mettons je fais quelque chose de travers avec un blanc, une blanche, bin lui va le reporter que genre "Ah oui, j'ai rencontré une Chinoise puis elle est un peu bof là, elle est pas super bonne en math, elle fait honte un peu à tous les autres là". Je sais pas, mais, entre blancs, ils doivent pas... en fait entre nous, on dit pas ça des blancs. T'sais je veux dire, un blanc ne représente pas toutes les autres personnes blanches. Fait que je sens qu'il y a beaucoup de pression pour les stéréotypes qu'on nous met. » (Lee An, *focus group 2*)

Quant au témoignage de Sophie, celle-ci indique qu'elle doit négocier la tonalité de sa voix, les mots utilisés et nuancer la formulation de ses phrases lorsqu'elle tente d'expliquer de manière délicate à une personne blanche comment la situation l'a affectée. Elle est consciente qu'elle est

souvent confrontée à leur fragilité, notamment d'avoir la crainte de se faire dénoncer quant à leurs propos ou leurs comportements racistes.

« Puis, je trouve ça un peu “rushant” puis [...] j'ai beaucoup un entourage blanc, puis quand j'essaye d'expliquer gentiment, puis avec plein de douceur, à mon entourage quand ils font quelque chose qui est blessant. Justement, ils sont tellement offensés, puis ils ont tellement peur justement que je les *call-out* sur leurs privilèges, puis sur le fait qu'ils ont dit quelque chose de raciste. Je dis même pas à mes ami.e.s : “Vous êtes racistes.” Non, je dis : “Ça, ça a été raciste ce que t'as dit”. » (Sophie, *focus group 2*)

5.3.2.1 La responsabilisation et une double victimisation des femmes asiatiques

En tant que femmes asiatiques, les participantes sont conscientes que leurs corps se font constamment sexualiser, par conséquent elles sont plus propices à vivre de la violence sexuelle. Sophie a dévoilé durant l'entretien de groupe qu'elle est une survivante d'agression sexuelle et raconte qu'elle s'est fait doublement victimiser par des enquêteurs de police. Elle explique qu'ils l'ont blâmée sur son choix vestimentaire et le fait qu'elle est une femme d'origine asiatique. Or, selon elle, son identité ethnique est hors de son contrôle personnel, ce qui la met dans une position où elle est « responsable de son agression » telle qu'expliquée dans son témoignage :

« [Lorsque j'étais une jeune adulte], j'ai eu une tentative d'enlèvement avec agression sexuelle et après [les enquêteurs de police] m'[ont] dit : “C'est à cause que t'es Asiatique”. Puis, on m'a victimisé après, là-dessus, on m'a dit : “Ah, bin c'est de ta faute, t'étais en shorts”. Je suis comme oui, c'est en plein milieu du mois de genre juin, t'sais! J'ai le droit d'être en shorts! Puis, c'est comme encore plus dégueulasse que genre, de se faire dire c'est parce que c'est mon ethnicité. Je peux pas me protéger du fait [que je suis asiatique], puis j'ai pas décidé d'être asiatique. » (Sophie, *focus group 2*)

En ce qui concerne la responsabilisation, Emy-Jade précise qu'elles ont souvent la tâche de devoir éduquer et sensibiliser les personnes blanches sur les enjeux du racisme alors qu'elles vivent un traumatisme dû à la violence qu'elles ont subie. Elle indique qu'elle désire être traitée et reconnue comme un « être un humain » au même titre que les autres.

« Parce que, si je suis comme traumatisée, puis en plus j'ai la tâche et le fardeau d'éduquer ou de sensibiliser, t'sais, mon cerveau il peut pas là. J'ai régulé ça parce qu'il doit comme “process” le trauma. [...] Je veux pas non plus dire qui je suis, je veux juste que tu comprennes que t'as blessé un être humain là que, qui a un cerveau puis qui est pareil que toi. [...] » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Du côté du deuxième groupe de discussion, ce « fardeau » ou cette responsabilité supplémentaire que les femmes asiatiques doivent porter pour « éduquer » les personnes blanches quant au

racisme, voire de les consoler est également décrié. On mentionne qu'elles doivent régulièrement rassurer les personnes blanches lorsqu'un enjeu de racisme est soulevé. Il en résulte qu'elles ne peuvent pas dénoncer leur état de subalternité en tant que femmes asiatiques.

« [...] je trouve que le fardeau est beaucoup sur nous en fait. C'est ça le problème, c'est à nous de faire l'éducation des Blancs. Puis, les Blancs après qu'ils sont comme "pauvre de moi, elle m'accuse d'être raciste", puis là qu'il faut que tu les consoles. » (Sophie, *focus group 2*)

Les participantes de l'étude ont explicité le fait qu'elles se font fréquemment victimiser à double reprise lorsqu'il y a une discrimination raciale vécue. À la base, si elles vivent déjà des inégalités sociales dues à leur positionnement social, elles ont la responsabilité supplémentaire d'éduquer les personnes blanches sur le racisme, et ce, tout en maintenant une bienveillance envers elles, afin d'éviter d'être perçues comme bourreau.

5.3.2.2 Éduquer, reconforter et protéger : un travail supplémentaire pour les femmes asiatiques

Durant les deux discussions pour cette étude, toutes les participantes ont témoigné du fait qu'elles sentent que c'est un travail mental supplémentaire de devoir éduquer les personnes sur le racisme. De plus, certaines d'entre elles ont évoqué le fait qu'elles doivent aussi reconforter et protéger les membres de leur famille (fratrie et enfants) en leur expliquant et en déconstruisant les stéréotypes raciaux envers les communautés asiatiques.

Alice illustre dans son témoignage qu'elle reconnaît la charge mentale additionnelle, en tant que femme asiatique, à faire l'éducation des personnes blanches sur le racisme anti-asiatique. En conséquence, elle se contente de le faire en respectant ses limites personnelles, ce dont elle nomme « se respecter soi-même » dans les événements racistes.

« Je pense que ça demande énormément de *labour* comme mentalement, d'éduquer la personne et tout ça. Puis, tout dépendamment comment je suis disposée mentalement ou je vais le faire, ou non. Tout dépendamment c'est qui aussi. Je pense que je vais me le permettre de le faire, mais je pense que c'est correct que n'importe qui dise comme "Je suis pas prête à faire ce genre d'éducation là". C'est se respecter soi-même, c'est de se mettre aussi, de respecter aussi ses limites dans ce genre de situation là. » (Alice, *focus group 1*)

Quant à Soriya, elle mentionne qu'elle a plus de difficulté à s'exprimer publiquement sur des enjeux de racisme qui deviennent souvent polarisés, voire mal compris pour plusieurs personnes. Elle a donc couramment un sentiment de culpabilité sur le fait qu'elle « n'a pas éduqué la personne » et de s'être exprimé par rapport à ses sentiments à la suite à des situations de racisme.

« Mais quand c'est rendu comme une personne, t'sais même mes parents, j'ai de la difficulté à hausser la voix ou comme à faire vraiment valoir honnêtement ce que je ressens. Donc, après ça, ça devient de la culpabilité parce que "Ah bien là, t'as pas exprimé à quel point ça te dérangeait, t'as pas éduqué la personne". T'sais, c'est vraiment des sentiments puissants, puis très forts que tu ressens quand tu te fais discriminer ou quand tu vis des situations de racisme là. » (Soriya, *focus group 1*)

Le réconfort est aussi un travail émotionnel auquel les femmes asiatiques s'adonnent lors d'un événement raciste vécu par un membre de la famille. Selon Lee An, ce rôle est entrepris dans le but d'éviter que la personne, en l'occurrence sa sœur dans l'extrait qui suit, tente « de rentrer dans le moule », c'est-à-dire d'intérioriser le racisme anti-asiatique.

« Puis, je lui ai expliqué que c'est un stéréotype, puis t'sais je l'ai réconfortée, je l'ai rassurée. Mais c'est aussi très difficile d'enlever ça dans la mentalité d'un enfant quand qu'il essaye de faire de son mieux, mais on attend encore mieux, t'sais. Tu pourrais jamais atteindre ça, t'sais "l'expectation" des autres personnes. Puis ça, c'est vraiment triste parce qu'on nous met dans des moules [...] » (Lee An, *focus group 2*)

Ce travail d'éducation sur les stéréotypes raciaux envers les communautés asiatiques, spécifiquement envers les personnes chinoises, est également fait par Li Jing auprès de ses enfants. Elle dévoile toutefois que c'est parfois difficile de le faire, car elle ne sait pas toujours « comment réagir ou éduquer » ses enfants face aux propos discriminatoires dits dans leur école primaire.

« Fait que j'aimerais parler, je m'excuse, je veux juste ajouter une chose ici. Fait que, quand même on a dit "ching, chang, chong" dans la classe de mon garçon. Fait qu'une journée il a parlé de ça fait que je sais pas comment réagir ou éduquer. » (Li Jing, *focus group 2*)

D'ailleurs, en tant que parent, elle doit non seulement éduquer ses enfants sur le racisme anti-asiatique afin de les aider à traverser les périodes difficiles à l'école due aux discriminations vécues, mais elle ressent aussi la nécessité de les protéger en tentant d'utiliser les mécanismes formels de plainte. Elle témoigne qu'elle a confronté la direction scolaire par rapport aux notions enseignées qui participent à la discrimination envers ses enfants. Toutefois, l'administration a tendance à nier le racisme dans cette situation. Conséquemment, elle se sent souvent démunie pour dénoncer le racisme anti-asiatique. L'éducation sur le racisme est donc le seul moyen pour soulager ses enfants, selon la participante.

Somme toute, les participantes de cette étude ont articulé et traduit les différentes façons dont la charge raciale est vécue chez les femmes québécoises d'origine asiatique. D'une part, elles sont

conscientes de leurs agissements en public pour éviter de vivre du racisme. D'autre part, elles s'attribuent une responsabilité supplémentaire quant au fait de devoir adopter des comportements sociaux qui aident autrui; elles reçoivent donc une pression quotidienne à endurer les agressions raciales, autant celles qui sont flagrantes que celles perçues étant comme non offensantes. Leur silence qui a priori est un mécanisme de défense contre les attaques racistes maintient, au final, le confort des personnes blanches dû à une imposition insidieuse de leurs privilèges.

5.4 Les mécanismes de résistance : déconstruire l'image de la victime du racisme

Au-delà d'être simplement des victimes du racisme anti-asiatique, les participantes de cette étude ont également démontré qu'elles font preuve de résistance et qu'elles possèdent de la sorte une agentivité face au racisme genré qu'elles vivent quotidiennement. Dans cette dernière section de la présentation des données, les mécanismes de résistance, la reprise du contrôle de leur narration, le processus de guérison et le militantisme contre le racisme anti-asiatique seront explorés.

5.4.1 Les mécanismes de résistance envers le racisme anti-asiatique

Un des premiers mécanismes de résistance vis-à-vis le racisme anti-asiatique utilisés par les participantes de l'étude est de n'offrir aucune information supplémentaire après avoir soulevé le caractère raciste du propos. En effet, deux participantes du premier *focus group* mentionnent qu'elles ne donnent aucune explication et elles se permettent de laisser la personne dans l'ignorance.

« Il y a des opinions contraires aussi, mais c'est pas non plus... Ça arrête un peu de [ne pas] normaliser qu'est-ce qu'il dit, ou qu'est-ce qu'elle dit comme commentaire. Mais, c'est ça moi je fais généralement, je fais juste, comme "Bin, non c'est pas ça". Puis, après je me réserve le droit de juste le laisser là [...] » (Alice, *focus group* 1)

Du côté de Soriya, elle reconnaît qu'elle ne va pas directement dans la confrontation, car il lui manque des outils pour répliquer sur le moment. Lorsqu'une situation dérangeante arrive, son d'esprit n'est pas prêt à être exposé à ce type de discussion. Toutefois, en respectant cette limite personnelle, elle prend également le temps de réfléchir rétrospectivement quant à la nature des propos discriminatoires qui lui ont été dits.

« Puis moi, mes stratégies en ce moment c'est vraiment pas de la confrontation. J'ai pas l'énergie [...] J'ai beaucoup de gêne, je suis vraiment gênée comme personne avec les gens. Puis quand c'est la confrontation, je me mets directement à pleurer. Fait que je suis pas capable de formuler une réponse qui puisse comme, sur laquelle je peux t'sais me tenir sur mes deux

pieds là. C'est seulement quand j'ai le temps de faire de la rétrospection que je suis capable de voir à quel point la situation était violente ou diminuante. Puis qu'après que je peux former t'sais un "Ah ok, je comprends à quel point c'était raciste, à quel niveau c'était raciste ou à quel point c'était sexiste comme commentaire". » (Soriya, *focus group 1*)

Ignorer les violences racistes sur les réseaux sociaux ou lors d'une discussion avec une tierce personne devient un mécanisme de résistance plutôt que de la fuite. Pour Soriya, elle souhaite un jour être apte à formuler des arguments contre le racisme anti-asiatique.

« Mais, dans la vie de tous les jours sinon c'est beaucoup d'ignorer la violence que je reçois, puis que je vis là. Puis, même sur internet c'est beaucoup ça que je fais, puis t'sais j'espère arriver un jour à un point où je vais être capable de formuler des arguments [...] » (Soriya, *focus group 1*)

Le respect de soi-même en écoutant leurs limites personnelles, soit en n'offrant aucune explication, soit en ignorant les propos mentionnés, est une forme de résistance face aux discriminations raciales dans lesquelles les participantes y sont confrontées.

5.4.1.1 Une meilleure affirmation de soi, en se valorisant soi-même

Cinq participantes venant des deux groupes de discussion ont démontré qu'elles sont aptes à s'affirmer lorsqu'une situation déclenche des émotions négatives. Alice rapporte qu'il est important de s'exprimer sur son désaccord vis-à-vis des propos discriminatoires. Elle nomme que « ce combat contre les micro-agressions envers les Asiatiques » se doit d'être fait avec ses capacités personnelles dans le but de démontrer la variété des opinions et d'ébranler le statu quo.

« Mais après je pense que j'ai développé aussi une espèce de réflexe où est-ce que je fais juste un peu de... [...] Faut être confortable mentalement avec ça, t'sais je veux dire, je veux pas non plus impliquer à tout le monde. On se bat contre ce genre de micro-agressions comme qu'on peut vraiment. Faut vraiment considérer que tout le monde a sa manière de réagir différemment. Mais, je pense que c'est vraiment important de comme montrer son désaccord. Comme de dire juste : "Non, je suis pas d'accord avec ce que tu dis", de la manière que tu veux. Juste une espèce de "Non" pour montrer que la personne, qu'est-ce qu'elle dit, il y a des opinions contraires [...] » (Alice, *focus group 1*)

Quant à Li Jing, elle explique qu'elle a confronté de jeunes enfants qui ont harcelé sa famille en faisant des imitations de sons à connotation raciste (c'est-à-dire des sons imitant ce qu'ils croient être « la langue asiatique ») lors d'une marche dans leur quartier résidentiel à Montréal. Ce témoignage offert est un bel exemple d'affirmation de soi vu que la participante a mentionné initialement qu'elle a tendance à être plus silencieuse et timide dans ce type de confrontation.

« Ils [font] comme des imitations des Asiatiques, de parler je sais pas... des Vietnamiens, des Chinois, ils [font] juste [faire des sons à connotation raciste]. Après moi, je suis rendu dans le... je suis dans le plein de rue et puis j'ai tourné ma tête. J'ai dit : "As-tu des problèmes? Si tu voulais prendre, apprendre quelques mots je peux te le dire gentiment". [...] » (Li Jing, *focus group 2*)

Du côté d'Emy-Jade, elle souhaite déconstruire « le mythe de minorité modèle », car il est dommageable, selon elle, pour les femmes asiatiques. Elle évoque le désir d'avoir « une Mulan moderne », c'est-à-dire un modèle où la femme asiatique s'émancipe du carcan de la docilité et de la soumission en devenant « plus violente » dans le sens figuré, plus précisément d'être vocale et d'avoir du leadership dans la lutte antiraciste.

« Ce que je voulais dire aussi c'est que, genre, avec le mythe du bon immigrant, j'aimerais ça, je trouve ça dommage, j'aimerais ça comme être plus violente. Mais de la bonne façon comme faire des manifs, des contingents asiatiques, peut-être utiliser des slogans violents, t'sais sous le prétexte de la liberté d'expression, mais j'admire beaucoup la rage des personnes afro-descendantes ou autochtones. Puis là je me rends compte que finalement on a vraiment été socialisé à être silencieux, muet, parce que même... Bin en tout cas moi, je me disais genre j'aimerais ça voir comme [une] Mulan moderne. T'sais, une femme vraiment asiatique violente avec du leadership. » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Selon les participantes de l'étude, l'affirmation de soi et la valorisation personnelle sont des éléments centraux permettant celles-ci de se libérer de l'image attendue des femmes québécoises asiatiques. Bien que les événements racistes font resurgir chez elles des émotions négatives, celles-ci démontrent que les femmes asiatiques canalisent et transforment leur colère soit en émettant des opinions, soit en protestant sur les actes racistes commis. Ainsi, elles déconstruisent l'image toxique « de la bonne minorité » encore présente dans la société québécoise.

5.4.1.2 Contre-argumenter pour éduquer

Toutes les participantes du premier groupe de discussion soulèvent l'idée qu'il y a une nécessité de répliquer pour « lutter contre l'ignorance ». Malgré que celles-ci aient reconnu la charge mentale de devoir éduquer la population sur le racisme anti-asiatique, elles croient qu'il est nécessaire d'émettre au moins leurs opinions afin d'éviter de participer à l'oppression envers les communautés asiatiques. Emy-Jade indique qu'elle s'est préparée au préalable une liste de plusieurs répliques afin d'éduquer les gens sur le racisme anti-asiatique, tout en diminuant cette charge mentale et émotionnelle.

« Mais j'ai comme compris que ça, c'était vraiment pas productif [d'ignorer], je pense. Parce que finalement, personne fait [l'éducation contre le racisme anti-asiatique]. Bin si tout le monde pense comme moi, non. Fait que, là, je vais, j'ai comme, je me suis fait comme une banque de répliques. » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Quant à Soriya, elle explique qu'elle contrôle davantage ce qu'elle tolère sur les réseaux sociaux, soit en bloquant ou supprimant des commentaires et des utilisateurs dans les applications numériques. Elle démontre également sa résistance en répliquant des grossièretés, enlevant ainsi cette image de la narration de la docilité qui baigne directement dans l'orientalisation des femmes asiatiques.

« Mais, t'sais moi tout ce que je fais c'est comme bloquer le commentaire ou comme supprimer le commentaire ou t'sais des fois je vais répondre comme "you're so fucking rude" ou genre "shut up" ou t'sais des trucs comme ça. » (Soriya, *focus group 1*)

Pour sa part, Marie-Ly spécifie qu'elle a tendance à répliquer aux propos racistes puisqu'elle trouve cela d'abord « valorisant » (*empower*) et elle croit que cela permet de prévenir qu'une autre personne asiatique se fasse insulter. Elle reconnaît toutefois son privilège en tant que personne d'origine asiatique mixte dans laquelle son phénotype se rapproche davantage d'une personne blanche. Conséquemment, cela diminue les chances d'être fragilisée lors d'une discussion sur le racisme avec une personne blanche.

« T'sais, il y en a qui dise "Ah c'est facile là, t'es en arrière d'un clavier", mais t'sais, moi je le fais dans la face du monde là! Puis, ça me "empower" d'une certaine façon. En même temps je me dis *crime* t'sais, venant de moi. Puis c'est là que je parle tout le temps de mon privilège, mais venant de moi là... t'sais, c'est chiant de dire ça là, mais ça passe déjà un petit peu mieux. Fait que peut-être que je vais avoir évité une... t'sais comme une insulte à quelqu'un dans le futur. T'sais, peut-être que je vais avoir sensibilisé cette personne-là. Peut-être que cette personne-là, elle allait peut-être insulter comme, ou genre sans le savoir ou peu importe... Je sais pas, moi je vois ça [...] » (Marie-Ly, *focus group 1*)

Cette reprise de pouvoir sur la discrimination raciale vécue se fait en offrant des arguments pour délégitimer le racisme anti-asiatique perpétré envers elles. En étant conscientes du stéréotype « positif » des femmes asiatiques, les participantes croient à l'importance de le déconstruire en défiant les comportements attendus.

5.4.2 La reprise d'une voix confisquée

Six participantes des deux groupes de discussion ont évoqué l'importance de se réappropriier le narratif dominant qui cherche à catégoriser les femmes asiatiques. Plus précisément, elles

indiquent réfuter les stéréotypes envers les femmes asiatiques, en refusant d'adhérer aux perceptions racistes à leur égard ainsi qu'en déconstruisant les stéréotypes racistes populaires.

Sally remarque que les femmes asiatiques se sont davantage prononcées sur le racisme anti-asiatique depuis la résurgence des crimes haineux due à la COVID-19. Elle réclame une telle reprise de paroles par les femmes asiatiques afin de dénoncer le racisme perpétré à leur égard et envers les communautés asiatiques en général.

« Puis maintenant, enfin, on décide “Ok assez c'est assez, on va parler pour soi.” Puis, je suis contente qu'on fait ça parce que je trouve que c'était le temps. Pour vrai, on peut pu comme se laisser faire comme ça c'est vraiment rendu trop. » (Sally, *focus group 2*)

Quant à Emy-Jade, elle tente de « se réapproprier » le narratif à l'égard des femmes asiatiques en prenant la parole sur les enjeux politiques liés au racisme anti-asiatique. Elle dénonce le mépris sexiste envers les femmes asiatiques, car lorsqu'elles se fâchent, elles sont étiquetées comme étant « hystériques », voire elles se font « discréditer » eut égard à leurs dénonciations des oppressions vécues.

« [...] puis là, je suis en train aussi de me dire que t'sais, pour les attaques plus sexistes que quand on se faisait traiter d'hystérique ou [...] si on était fâchées, ça venait vraiment [nous] discréditer... Ou quand même moi je dis “Ah, je vais nuire à la société si je prends parole.” Je pense que c'est juste mettre ses limites puis se faire respecter. Puis là j'essaye [...] de me réapproprier ce narratif-là [...] » (Emy-Jade, *focus group 1*)

En étant conscientes que les femmes asiatiques sont perçues comme étant apolitiques et leurs valeurs se retrouvent seulement sur le plan sexuel, les participantes expliquent qu'il y a de plus en plus de dénonciations des inégalités vécues. Les femmes asiatiques se libèrent donc des images stéréotypées en faisant des prises de parole publiques afin de dire : « C'est assez le racisme anti-asiatique ».

5.4.2.1 Le refus d'adhérer aux perceptions racistes

En ajoutant à l'idée d'une réappropriation de la voix des femmes asiatiques, les participantes du deuxième groupe de discussion, Lee An et Sophie, mentionnent qu'elles refusent d'adhérer aux stéréotypes racistes et sexistes envers les femmes asiatiques. Plus précisément, Lee An précise que la majorité des femmes québécoises d'origine asiatique parlent la langue française. Il y a donc cette affirmation identitaire selon laquelle elles ne sont pas des étrangères, déconstruisant ainsi le

stéréotype racial de l'étranger perpétuel. Conséquemment, comme Lee An en témoigne, celle-ci refuse de se percevoir comme étant différente de la société québécoise :

« On dirait que je me sentais jamais assez différente étant donné que t'sais, on parle toutes français, on essaye d'avoir l'accent québécois parce que c'est celui-là qu'on a appris, mais t'sais on se sentait pas comme... T'sais je me sens pas comme une étrangère dans mon propre pays, t'sais. Quand je m'en vais à une épicerie je me dis pas je serai pas capable de m'exprimer, quand je m'en vais à l'école, on dirait que je refuse de croire que je suis différente, on dirait que je refuse de croire que j'y appartiens pas quand c'est tout ce que j'ai connu dans ma vie. »
(Lee An, *focus group 2*)

De plus, Lee An explique qu'en grandissant, elle a contesté l'image offerte des corps stéréotypés des femmes asiatiques, c'est-à-dire minces et infantilisés (ne possédant pas de poitrine ou de fessier), en soulignant qu'elles possèdent diverses morphologies. Quant à Sophie, elle déclare être à l'opposé de l'image stéréotypée de « la femme asiatique docile et exotique ». L'expression d'être « une banane » signifie d'ailleurs qu'« une personne est jaune (asiatique) à l'extérieur et blanche à l'intérieur (adhère aux normes occidentales) », soulevant ainsi cette appartenance à une double identité opposée. Toutefois, Sophie dénonce l'opposition des identités clichées en définissant que les femmes asiatiques peuvent être révoltées, revendicatrices et libertines; des caractéristiques souvent aperçues chez « les femmes occidentales ».

« Moi, je suis tellement le contraire. Je suis "loud". Je suis pas soumise. Je suis pas silencieuse. Je suis pas mystérieuse. Je dis tout le temps j'ai tu l'air d'une banane, d'une mangue, non, t'sais je suis pas exotique comme un fruit là. » (Sophie, *focus group 2*)

L'identité des femmes asiatiques est alors plus complexe comparativement aux images clichées de celles-ci. En déconstruisant les attentes sociétales sur la sexualisation et la racialisation des corps des femmes asiatiques, cela permet de combattre les biais implicites apposés sur elles.

5.4.2.2 La déconstruction des stéréotypes raciaux envers les femmes asiatiques

D'ailleurs, durant l'entretien du *focus group 2*, Sophie et Lee An désiraient déconstruire les stéréotypes populaires selon lesquels les personnes d'origine asiatique « mangent des chiens » ou « sont bonnes en mathématique ». En effet, pour sa part, Sophie est devenue émotive lors de la discussion sur le stéréotype « manger des chiens », car c'est une pratique réelle durant le temps de guerre au Vietnam. Elle explique à travers son témoignage que cette pratique est un instinct de survie dû à l'abominable condition de vie des citoyens vietnamiens :

« Il y a bien du stock qu'on jase, je suis désolée si je suis un peu émotive, toute ma rage finit par comme ressortir en brillant. [...] il y a plusieurs choses que je voulais t'sais comme rebondir [...] par exemple l'affaire de manger du chien là, je sais que c'est un comme stéréotype là, j'suis plate de rentrer là-dedans là, mais ma mère elle a déjà mangé du chien. Mais c'est parce qu'elle était tellement pauvre qui restait plus rien à manger. Ils volaient pour manger. Ils avaient plus rien. Ils se sont fait complètement couper leurs rations à cause qu'ils ont envoyé leurs enfants comme sur des bateaux [pour fuir la guerre]. Puis ils se sont fait prendre. T'sais, fait que pour moi le fait de manger du chien c'est comme... Sont rendus tellement à dernier recours qu'ils ont été obligés de faire ça. Fait que, t'sais c'est comme, je la trouve pas drôle. T'sais, je la trouve vraiment pas drôle. » (Sophie, *focus group 2*)

Quant à Lee An, elle déconstruit le stéréotype « d'être bon en mathématique » en expliquant que les mathématiques sont un langage universel dans lequel elle pouvait communiquer avec sa mère. L'excellence de cette matière n'est pas une caractéristique innée chez les populations asiatiques, mais plutôt le résultat d'un soutien et d'un moment de qualité avec un parent durant leur enfance.

« Un autre stéréotype que je trouvais important c'est qu'on était bon en mathématique. Moi, ça s'avère à ce que c'est vrai parce que, étant donné que ma mère elle parlait pas français, la seule langue qu'elle était capable de communiquer puis m'aider à l'école c'est les mathématiques. Parce que c'est comme une langue universelle. Puis, t'apprends à ton enfant 1 plus 2, puis elle t'achète comme un... J'avais un genre de bouclier en bambou là, puis elle comptait avec moi, puis c'était bien "cute". Je trouvais ça vraiment mignon, fait que j'ai appris à compter. Je faisais ma caissière quand j'étais jeune. Fait que t'sais ma mère elle me félicitait parce qu'elle était pas capable de voir mes devoirs en français, puis corriger mes devoirs en français, donc elle me félicitait pour mes devoirs en mathématiques. Alors, j'ai vraiment développé une force [c'est] pour ça que je suis [dans le domaine des finances]. » (Lee An, *focus group 2*)

Sophie et Lee An ont démontré que les stéréotypes raciaux des personnes asiatiques ont comme objectif d'altérer la population. Bien que les stéréotypes proviennent souvent « d'une part de vérité », celles-ci les déconstruisent en dévoilant l'origine de ceux-ci.

5.4.3 Le processus de guérison des femmes asiatiques

Au courant des entretiens auprès des participantes de cette étude, plusieurs personnes ont signalé être en processus de guérison. En effet, vivre le cumul de plusieurs micro-agressions, dont des propos ou des comportements non-verbaux, qui envoient un message d'hostilité, de mépris ou d'altération des personnes racialisées, peut engendrer un traumatisme racial (*racial trauma*) (Nadal et al., 2019). Soriya offre son témoignage dans ce passage :

« [...], mais en même temps je suis encore dans un processus de *healing* là, je dirais. » (Soriya, *focus group 1*)

Quant à Emy-Jade, celle-ci utilise des approches artistiques afin de traverser ses difficultés personnelles dues au trauma racial vécu. Pour elle, les arts lui permettent de canaliser ses émotions et les extérioriser dans le but de ressourcer son énergie à nouveau.

« Puis, comme je fais beaucoup d'art thérapie. J'essaye d'écouter de la musique, d'écrire, de peindre mes émotions, surtout dans mon journal intime. Comme, je vais pas insulter tout le monde, vu que c'est comme personnel, fait qu'il faut que je le sorte de mon corps sinon ça m'envenime et ça "drain" mon énergie. Fait que je [prends] le papier, c'est comme ça que je vais m'occuper de ma santé mentale. [...] » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Si certaines, comme Alice et Emy-Jade témoignent de l'usage de plusieurs mécanismes de résistance, d'autres comme Soriya témoignent quant à elles ne pas se sentir encore apte à en utiliser. Elle souligne être en processus de déconstruction de ses propres biais envers les femmes asiatiques et d'accepter sa responsabilité dans la perpétration du racisme anti-asiatique auparavant.

« Moi perso, [...] j'admire vraiment votre courage [Alice] et [Emy-Jade]. Parce que, je pense que je suis vraiment dans un point dans ma vie où je suis en train de comme reconnaître comment est-ce que j'ai des propres biais sur la femme asiatique. » (Soriya, *focus group 1*)

5.4.3.1 La nécessité d'une réappropriation identitaire

Dans ce processus de guérison, les participantes ont d'ailleurs signalé la nécessité de se réapproprier leur identité ethnique. Plus précisément, certaines d'entre elles ont renoué avec la culture des parents ou de leur origine, soit par les voyages (c'est-à-dire retourner sur leur terre natale), l'apprentissage des aspects culturels via les arts, la musique et la nourriture, etc. Sally partage une anecdote où elle s'est sentie fière pour la première fois de ses origines à la suite de sa découverte de la culture du K-POP (musique coréenne) :

« Je m'en souviens quand j'étais au secondaire, pour la première fois j'ai réappris ma culture par YouTube. Puis, pour la première fois, j'étais tellement fière de moi. » (Sally, *focus group 2*)

En ce qui concerne Sophie, elle croit qu'il est important de fréquenter des lieux culturels où des personnes d'origine asiatique se rejoignent afin de pouvoir échanger et partager sur les aspects de la culture. En ayant accès à cette diversité de personnes, cela permettrait de se connaître à nouveau sur le plan identitaire, notamment pour les gens n'ayant pas eu cette opportunité durant la jeunesse, selon elle.

« [...] puis, c'est aussi parce qu'on vit des réalités similaires, puis je me suis dit, j'ai envie de partager. J'ai envie d'apprendre à connaître du monde. Je sais pas, je pense qu'il y a quelque chose d'enrichissant d'avoir de la diversité au tour de nous [...] » (Sophie, *focus group 2*)

L'un des éléments pour un processus de guérison des traumatismes raciaux chez les femmes asiatiques serait d'abord l'auto-analyse de ses propres déclencheurs (*triggers*) et la rémission de sa propre participation au racisme anti-asiatique. L'utilisation des approches artistiques telles que l'art thérapie, la musique, etc. dans le but de ventiler ses émotions ainsi que dans la découverte de soi sont utilisées par certaines participantes afin de renouer avec leur identité ethnique. Ensuite, l'opportunité de se rassembler pour connecter avec d'autres femmes asiatiques demeure un autre moyen qui permet aux femmes asiatiques de redécouvrir positivement la partie identitaire qui était une source de honte durant leur enfance.

5.4.3.2 Être entourée de femmes asiatiques dans un espace non-mixte

Un autre processus de guérison que les participantes de cette étude souhaitent mettre en place est un espace où elles peuvent être entre femmes asiatiques afin de collectiviser ensemble leur vécu traumatique. Sally, du *focus group 2*, explique que le fait de côtoyer d'autres personnes racialisées ayant des vécus similaires lui a permis de comprendre que plusieurs de ses expériences étaient bel et bien racistes.

« [...] on dirait depuis, on va dire, mon cégep quand j'ai pu justement avoir comme plus d'ami.e.s de couleurs, connaître plus sur ma culture puis de savoir ok, tout ce que j'ai vécu pendant toute ma vie, c'était vraiment du racisme. » (Sally, *focus group 2*)

Pour Alice, les espaces de guérison « par et pour » les femmes asiatiques sont nécessaires, car cela favorise l'empathie solidaire. Elle explique que ce type d'espace permet de se faire valider sur ses expériences, et surtout d'être en sécurité en prévenant tout type de *gaslight*. De plus, cela évite également de s'autocensurer et de pouvoir s'exprimer aisément par rapport aux violences vécues.

« [...] je considère pas ça nécessairement une stratégie dans l'action [immédiate], mais je pense de discuter dans des espaces où est-ce qu'il y a des personnes qui sont une minorité visible, je pense que moi ça m'aide personnellement [...] J'ai beaucoup d'ami.e.s blancs donc c'est difficile en discuter avec eux parce que je sais tout aussi bien que oui, ils peuvent avoir l'empathie, oui il y a tout ça, mais je veux dire, il y a quelque qui manque puis je veux dire, ils ont beau être des formidables ami.e.s, je veux dire parler avec des personnes qui sont des minorités je pense qu'il y a une empathie différente. Une compréhension différente. Puis, je pense qu'il y a aussi une validité dans comment tu ressens les choses qui est vraiment plus satisfaisantes puis aussi qui amène une plus grande validité, où est-ce que toi tu vas essayer de

dire, ah non, mais c'est pas ça si grave que ça, qu'est-ce qui s'est passé. Ces personnes-là vont t'amener le soutien de dire, bin non, t'sais, faut pas tu dénigres qu'est-ce qui s'est passé, mais faut pas non plus que comme, t'sais... Je trouve que ce genre d'espace là ça m'aide un peu à "gager" mes ressentis. Ça m'aide aussi à m'exprimer puis de pas être "too much", de pas comme... T'sais de vraiment me sentir bien, de me sentir confortable puis comme de pouvoir faire un peu face à ce genre de sentiment là. [...] » (Alice, *focus group 1*)

Kimberly s'est également exprimée sur ces espaces de collectivisation en évoquant l'idée qu'ils permettent de susciter une résilience chez certaines personnes, car elles peuvent « mettre des mots sur leur vécu » qu'elles croyaient à être les seules à vivre.

« [...] une chose qui a changé, en tout cas pour moi avec la COVID, puis avec [la fondation du Groupe d'Entraide Contre le Racisme au Québec (GECREAO)], [...] on est en mesure de mettre des mots sur un vécu qu'on croyait isoler. » (Kimberly, *focus group 2*)

Ces espaces de guérison également appelés « safe space », c'est-à-dire un lieu sécurisant, permettent aux femmes racialisées de partager sur les traumas raciaux, sans honte et sans jugement. Sophie illustre dans cet extrait qu'elle s'est sentie pour la première fois écoutée et entendue par les autres participantes, démontrant ainsi tous les impacts positifs des espaces réservés *par et pour* les femmes asiatiques :

« [...] pour moi, c'est quelque chose que je pense qui est vraiment important. Ça serait d'avoir une communauté avec des gens qui peuvent nous aider qui nous ressemble. [...] Puis, comme, je parlais beaucoup de l'isolation. En ce moment je suis comme, c'est un de mes premiers gros "safe space" avec des femmes asiatiques que j'ai que je suis comme, vous savez pas à quel point vous me faites du bien les filles là. [...] T'sais, j'ai pas accès à ça dans ma vie de tous les jours à cause de mon parcours et encore moins en ce moment avec la pandémie. » (Sophie, *focus group 2*)

Les participantes de cette étude démontrent donc les bénéfices d'avoir des espaces réservés uniquement pour les femmes asiatiques. En ayant comme but de créer une résilience collective, ces espaces sont importants pour leur guérison personnelle. En effet, le fait de partager son vécu en s'entourant avec des femmes asiatiques permettrait de diminuer le stress de se faire invalider dans leur témoignage ainsi que de mieux comprendre leur propre réalité grâce à l'intellectualisation des expériences et de déconstruire les oppressions systémiques qui ont comme conséquence d'intérioriser le racisme anti-asiatique chez plusieurs personnes de la société québécoise.

5.4.4 Le militantisme de la lutte contre le racisme anti-asiatique : la fin d'une omerta

Depuis la résurgence flamboyante du racisme anti-asiatique durant la pandémie de la COVID-19, les communautés asiatiques au Québec se sont davantage positionnées sur le plan politique et médiatique pour dénoncer la haine contre les Asiatiques. Soriya témoigne dans cet extrait qu'elle a observé de plus en plus de personnes qui se mobilisent pour dénoncer le racisme anti-asiatique :

« Je trouve qu'en temps de pandémie, ça a peut-être un peu plus... On dirait que l'écart se fait plus voir. Comme il y a vraiment ceux qui vont "stand" leur "ground" par rapport au "Anti-Asian Hate", le "Asian Hate" en fait. » (Soriya, *focus group 1*)

Pour Emy-Jade, le sentiment de colère et de rage au début de la pandémie face aux crimes haineux envers les communautés asiatiques l'ont mobilisée à revendiquer et militer dans la lutte antiraciste.

« Puis là, je pense que là c'est plus de la colère. Ça se détend, mais comme je vais plus avoir de la haine, je pense, puis que ça va se transformer en, soit en groupe d'entraide ou en militantisme. Fait que ça a évolué, je pense. » (Emy-Jade, *focus group 1*)

Cette fibre militante s'est également éveillée chez Sally qui dénonce le racisme anti-asiatique sur les réseaux sociaux.

« Et puis, je m'en souviens à quel point j'étais enragée. Parce que moi, je suis extrêmement militante, sur les réseaux, mais juste dans la vie en général [...] » (Sally, *focus group 2*)

D'ailleurs, Li Jing a participé à sa première manifestation antiraciste avant l'entretien de groupe. Elle indique que cette motivation à dénoncer le racisme anti-asiatique est pour offrir un meilleur avenir à ses enfants. Elle souhaite que ses enfants n'aient pas de conséquences psychologiques en grandissant.

« [...] l'autre jour, j'ai participé à la manifestation. J'amène les enfants, et puis à ce moment-là, j'appelle Julie, juste pour savoir [les informations sur la marche contre le racisme anti-asiatique]. C'est la première fois je participais à une manifestation. Moi, je veux pas que les enfants, ils sentent lourds. » (Li Jing, *focus group 2*)

Auparavant, les communautés asiatiques étaient perçues comme « la minorité silencieuse » vu que celles-ci demeurent plus passives dans la lutte antiraciste au Québec. Toutefois, les participantes ont démontré qu'il y a plusieurs mobilisations pour dénoncer le racisme anti-asiatique depuis l'annonce de la pandémie mondiale où les personnes asiatiques se font foudroyer par des attaques racistes dans les lieux publics.

5.4.4.1 S'unir ensemble comme action citoyenne

Plusieurs mobilisations ont été réalisées au Québec afin de dénoncer le racisme anti-asiatique par des militant.e.s de différentes origines asiatiques. Plusieurs participantes croient toutefois qu'il est nécessaire d'avoir une meilleure solidarité entre les communautés asiatiques ainsi que mieux introduire également les personnes d'origine asiatique mixte. En effet, les participantes d'origine asiatique mixte ont reflété sur l'idée que la discrimination au sein des communautés asiatiques, où une forme « de purisme » est présente, tend à délégitimer certaines personnes qui veulent militer pour la cause. Sophie précise qu'il est important d'avoir une solidarité transversale au sein des communautés asiatiques, surtout dans le contexte social actuellement :

« [...] je pense que c'est le temps qu'on crée de la solidarité, spécialement en ce moment avec la pandémie. » (Sophie, *focus group 2*)

En effet, Sally dénonce les discriminations interethniques dans les communautés asiatiques au Québec où des tensions perdurent à cause des enjeux politiques du pays et des périodes de guerre. Ce sont des conflits qui doivent être soulignés et discutés au sein des communautés asiatiques si une réelle collaboration désire s'établir entre elles pour la lutte antiraciste, selon elle. De plus, Sally indique l'importance de « s'unir ensemble » dorénavant pour lutter contre le racisme anti-asiatique, car les communautés ont tendance à travailler en silo.

« On a déjà de la misère on dirait d'être uni dans nos propres communautés, dans nos propres cultures. Encore moins si on regarde dans les autres pays, t'sais. Les Asiatiques, on s'aime pas tant que ça. Je sais pour un fait que les Coréens détestent les Japonais pour mourir. Puis, t'sais vice-versa, fait que je trouve, déjà de base, peut-être c'est triste tout ce qui se passe en ce moment, mais peut-être ça va vraiment nous aider aussi à s'unifier puis justement nous aider là à ce supporter. [...] Parce que avant c'était plus comme chacun pour soi. Maintenant, peut-être, on va être capable plus de s'épauler. [...] » (Sally, *focus group 2*)

Les participantes évoquent donc une lutte panasiatique contre le racisme anti-asiatique dans laquelle il est nécessaire d'inclure toutes personnes de divers positionnements identitaires.

5.4.4.2 Des personnes alliées performatives ou réelles?

Dans cette lutte antiraciste, plusieurs citoyen.ne.s québécois.e.s se sont démontré.e.s surpris.e.s que les personnes d'origine asiatique vivent du racisme. Bien que les communautés asiatiques soient perçues comme étant plus discrètes, Sally déclare qu'elle dénonçait le racisme envers les Asiatiques, et ce, depuis le début de la pandémie. Toutefois, elle observe qu'aucune personne de

son entourage non-asiatique n'en discutait malgré qu'ils.elles ont participé à divers événements antiracistes durant l'été 2020.

« J'en parlais vraiment beaucoup [des crimes haineux envers les Asiatiques], puis c'était silence radio. Tous les amis avec qui, justement, j'ai milité cet été... Il y avait zéro support. Zéro support. » (Sally, *focus group 2*)

Deux participantes, chacune d'un groupe de discussion, ont soulevé une différence quant aux soutiens envers le mouvement social *Black Lives Matter* (BLM) pour les communautés afrodescendantes et celui du *Stop Asian Hate* pour les communautés asiatiques. Plus précisément, elles ont remarqué que la population québécoise non-asiatique était beaucoup plus vocale pour dénoncer les enjeux de la brutalité policière envers les personnes noires plutôt que les crimes haineux liés à la propagande du « virus chinois ». Soriya explique qu'il y a une forme de normalisation du racisme anti-asiatique où les actes racistes sont plus acceptés. Puis, lorsqu'une personne asiatique dénonce, cela est perçu comme étant de la victimisation plutôt qu'une forme de résilience.

« T'sais je veux pas comparer les phénomènes, t'sais je veux pas comparer pour le fait de comparer ou comme pour minimiser un mouvement. Mais, exemple, "Black Lives Matter", que je supporte, t'sais, à 100 % aussi. On dirait que les gens étaient beaucoup moins gênés de dénoncer le racisme qui se fait avec la brutalité policière envers les noirs alors que le racisme envers les Asiatiques c'est comme presque normalisé. Puis, c'est presque comme, ah non bien, on peut rien y faire. T'sais, c'est comme, "le gars était con juste ignore le". "Ah, protège-toi" ou t'sais essaye de... C'est comme du "victim blaming", c'est beaucoup de "victim blaming" j'ai l'impression envers les asiatiques. (Soriya, *focus group 1*)

Du côté de Kimberly, celle-ci est encore ébranlée par la tuerie en Atlanta aux États-Unis où six femmes asiatiques ont été ciblées dans cet homicide. Dans son témoignage, elle dénonce les personnes blanches de son entourage qui se sont prononcées lors du BLM et de la situation de George Floyd³⁵, mais un silence s'est imposé concernant le crime envers les femmes asiatiques à Atlanta. Pour elle, cela envoie un message que « sa vie est moins importante » pour s'en soucier.

« Puis, en particulier là, excusez-moi si je suis redondante, mais ça m'a vraiment déçu de la réaction qui a eu à la suite des meurtres de mercredi dernier. D'une part, oui je suis vraiment contente des allié.e.s, de mes ami.e.s qui se sont levé.e.s et tout, mais de mon autre entourage qui sont tellement militant pour le "Black Lives Matter", pour toutes les autres causes et tout,

³⁵ En 2020 à Minneapolis, le meurtre d'un homme afro-américain, George Floyd, par un policier blanc a été mondialement médiatisé. Cette indignation a resurgi au sein des communautés noires au Québec dont plusieurs manifestations ont été réalisées pour dénoncer la brutalité policière et le profilage racial envers les communautés afrodescendantes (Weine et al., 2020).

puis pas que c'est pas important, mais vous êtes où quand il s'agit de la communauté asiatique? Vous êtes où? Ma vie elle est aussi peu importante que ça? Ma voix, elle est si peu importante que ça? Donc, ça m'amène vraiment à poser cette question » (Kimberly, *focus group 2*)

Quant à Soriya qui a fait les mêmes observations que Kimberly, elle indique que le message envoyé souligne également une minimisation des violences à l'égard des communautés asiatiques. Elle explique toutefois qu'il y a seulement « un racisme », mais celui-ci se reflète de manières différentes envers les diverses communautés racialisées au Québec vu qu'elles « vivent le racisme différemment ». Pour elle, il importe de ne pas hiérarchiser le racisme entre les communautés racialisées et faire en sorte qu'une discrimination raciale soit perçue plus importante qu'une autre.

« [...] c'est vraiment pas pour diminuer les mouvements qu'il y a par rapport aux autres ethnicités, aux autres minorités... Mais quand je vois mon entourage ou quand je vois les réseaux sociaux s'enflammer pour des incidents, des tragédies ou des choses inacceptables qu'il y a envers les autres communautés, ces mêmes personnes-là je ne les vois pas s'indigner de la même façon pour les atrocités qui arrivent envers les personnes asiatiques. Et ça je trouve ça extrêmement décevant puis pour moi ce que ça m'envoie comme message c'est que, premièrement, c'est comme si nos vies valaient moins. C'est comme si notre vécu valait moins ou c'est comme si on minimisait, mais je pense que ce qu'il faut absolument comprendre c'est que toutes les minorités vivent des discriminations, mais le vivent différemment. Mais, ce différemment-là ne veux pas dire que c'est pour le moins important. » (Soriya, *focus group 1*)

Pour d'autres participantes comme Sophie et Sally, celles-ci perçoivent qu'il y a plusieurs performances de la part des personnes proclamant être des allié.e.s en ce qui concerne le mouvement contre le racisme anti-asiatique. En effet, Sophie indique que ce sont souvent des personnes blanches qui se proclament « woke » (éveillé) sur les inégalités sociales qui perpétuent des discriminations envers les personnes asiatiques de manière inconsciente. Du côté de Sally, elle conçoit que les personnes vont rédiger des messages de soutien aux communautés asiatiques vu que c'est une tendance sur les réseaux sociaux et que ces personnes « désirent être du bon côté », ce qui est décevant vu que ces types d'action ne sont pas sincères et ne promeuvent pas un changement social réel.

« Mais là j'ai remarqué, quand ça a commencé à être de plus en plus populaire on va dire, c'est que ça commençait à devenir un "trend". Là, j'en voyais de plus en plus de gens qui commençaient à montrer leur support. J'en voyais de plus en plus de gens qui t'sais, qui en parlait sur les réseaux puis ça me dégoute parce que c'est tellement performatif. Puis, à la fin ça règle rien. Parce que, si on fait juste ça pour le "trend", t'sais récemment je sais qu'il y avait des gens qui mettaient des carrés jaunes sur Instagram puis je trouve ça complètement stupide (rires). Comme, ça fait absolument rien, il y a rien qui change. » (Sally, *focus group 2*)

Les participantes au sein des deux groupes de discussion ont dénoncé les actions performatives de la part des personnes blanches qui se disent soutenir le mouvement antiraciste. Le désir des personnes alliées « d’être de bonnes personnes » peut susciter chez les femmes asiatiques des émotions de frustrations et de déception en raison de la fausse sincérité face aux changements systémiques des inégalités sociales.

Les participantes démontrent que l’émancipation des femmes asiatiques est faite par l’entremise d’une reprise de paroles qui leur ont été confisquées depuis longtemps, en raison de l’imposition du stéréotype de la minorité modèle sur celles-ci. Les femmes asiatiques sont conscientes des oppressions qu’elles vivent et elles ne demeurent pas passives. Bien que certains comportements puissent être perçus comme une forme de passivité, voire de la fuite, les participantes démontrent que la plupart de ces derniers sont des mécanismes de résistance réfléchis qui leur permettent de cheminer dans leur processus de guérison individuelle, tout en participant au sein de la lutte antiraciste pour dénoncer le racisme systémique au Québec.

Chapitre 6 : Présentation des données

Notre premier objectif dans notre étude est de mettre en lumière les expériences de racisme genre vécu par les femmes d'origine asiatique au Québec. En effet, nous croyons que le genre³⁶ joue un rôle significatif dans la discrimination raciale des personnes asiatiques et qu'il y a, conséquemment, une disparité importante entre le racisme envers les femmes asiatiques et celui envers les hommes asiatiques. Nous allons d'abord présenter le processus de racialisation qui est émis chez les femmes d'origine asiatique afin de mettre au jour l'altérisation que leur projette l'image de « l'Autre » au sein de la société québécoise. Par la suite, nous allons décortiquer les préjugés et les stéréotypes envers les femmes asiatiques, ce qui participe à renforcer le racisme anti-asiatique qu'elles subissent. Nos résultats ont aussi démontré que les femmes asiatiques vivent du *racial gaslight*, une forme de violence psychologique.

Le deuxième objectif de notre étude consiste à faire ressortir l'expérience des femmes asiatiques qui subissent le racisme anti-asiatique. Plus précisément, nous nous intéressons à la charge raciale de celles-ci qui doivent porter. Elles doivent en effet consacrer une plus grande attention et négocier pour s'assurer de prévenir ou diminuer des altercations racistes lorsqu'elles sont dans l'espace public. Cette charge supplémentaire sur le plan émotionnel et mental vis-à-vis de soi et d'autrui a des impacts importants sur la santé mentale.

En ce qui concerne le troisième objectif, nous désirons déconstruire l'idée que les femmes asiatiques sont dociles ou victimes. Elles sont conscientes des préjugés et stéréotypes raciaux véhiculés à leur égard et elles utilisent plusieurs mécanismes de résistance et stratégies adaptatives pour naviguer le racisme anti-asiatique vécu (incluant les crimes haineux et les micro-agressions raciales).

Ce présent chapitre sera donc consacré à l'analyse des données présentées dans la section précédente. Cette analyse s'appuie à la fois sur la littérature scientifique et le cadre théorique privilégié dans cette étude.

³⁶ Le genre s'inscrit dans un concept dans lequel les rapports asymétriques de pouvoir entre les femmes et les hommes sont inégaux dans la société (Lapalus, 2015). Cette notion de genre ne signifie pas seulement « les rôles sociaux liés au sexe », mais elle renvoie plutôt un système de classement et d'assignation à des fonctions selon l'identité, soit masculine (étant supérieur) ou féminine (étant inférieur) (Roman, 2014; Wattier, 2019).

6.1 Le processus d'altérisation : la racialisation et l'orientalisation des femmes québécoises d'origine asiatique

Dans le cadre de cette étude, les femmes québécoises d'origine asiatique sont conscientes du processus de racialisation émis à leur égard. Ce processus tend à les homogénéiser comme appartenant à un même groupe monolithique. Or, le terme « Asiatique » est une catégorie socialement construite qui est souvent fondée sur une croyance erronée, soit sur le plan géographique en amalgamant le pays en un seul continent, soit sur le plan biologique en supposant qu'il y a des liens de parenté entre personnes asiatiques ou en définissant l'identité ethnique selon les traits physiques. En effet, l'homogénéisation des personnes d'origine asiatique fait en sorte qu'elles sont catégorisées comme provenant uniquement de l'Asie de l'Est (principalement la Chine). D'ailleurs, elles sont perçues principalement comme étant d'origine chinoise.

Les femmes asiatiques sont donc considérées comme étant « toutes pareilles » malgré leurs différentes identités ethniques et culturelles vu qu'elles possèdent toutes le même phénotype (traits physiques). Celles-ci ne possèderaient donc pas, selon cette perception, une identité unique et une individualité propre à elles. Cette homogénéisation a également été soulevée dans l'étude de Coloma (2013) où la population canadienne différencie seulement l'Asie de l'Est et l'Asie du Sud, invisibilisant dans la foulée l'Asie du Sud-Est et l'Asie du Nord-Est, dont une grande majorité de la population québécoise qui provient de ces communautés. Cela s'explique en partie par le fait que les deux plus grands groupes ethniques provenant de l'Asie au Canada sont les Chinois.e.s (de Hong Kong, de la Chine continentale) et les Sud-Asiatiques (principalement de l'Inde, du Pakistan et du Sri Lanka) (Tiwari & Wang, 2008). Les peuples asiatiques du Sud-Est sont souvent regroupés avec ceux de l'Est dans les statistiques canadiennes (Padgett et al., 2020). Or, cette homogénéisation est discriminatoire envers les personnes d'origine asiatique, car en les considérant comme étant un bloc monolithique, cela masque une importante diversité au sein du groupe. Non seulement leur passé diffère en matière d'immigration, mais aussi leur statut socioéconomique, les langues primaires, leur religion, leurs valeurs et croyances culturelles se distinguent aussi (Shih et al., 2019; Vo, 2019).

De plus, notre étude démontre que les femmes asiatiques se font souvent rappeler par les personnes blanches québécoises qu'elles ne possèdent pas d'identité québécoise réelle à cause de leur apparence physique, bien que plusieurs d'entre elles sont d'origine mixte (ayant des traits

« blancs » par l’entremise d’un parent blanc). Plus précisément, nos participantes expliquent que plusieurs d’entre elles ne possèdent pas nécessairement les yeux en monolithe, ce que la société définit comme étant « bridés ». D’ailleurs, l’utilisation du terme « bridé » s’inscrit dans des rapports de force qui projettent l’une image d’une culture docile, aimable, pacifique et obéissante (Ly, 2020). En effet, Grace Ly (2020) explique que la qualification des yeux « bridés » n’a aucun lien avec la forme géométrique, mais plutôt avec l’aspect du contrôle du corps – le terme « brider » se traduit en « une inclinaison à l’aide d’un accessoire avec une utilité telle que : “la bride sert à **diriger** un cheval ou à **maintenir** le pied en place” ». On comprend donc que cette utilisation discriminatoire sert à dominer le corps des personnes asiatiques par la classe dominante tel que témoigner par nos participantes sur les périodes d’intimidation vécues. Conséquemment, cette connotation négative des yeux « bridés » entraîne certaines jeunes filles à vouloir procéder à une chirurgie, la blépharoplastie, pour débrider leurs yeux, comme en témoigne une des participantes à qui elle lui a été fortement suggérée. Dans la même lignée que certains auteurs qui l’interprètent comme une forme « d’intériorisation du standard de beauté américain » par les femmes asiatiques (Kaw, 1991; Snell & Tsai, 2017; Wong et al., 2017), la volonté de se « débrider » les yeux témoigne d’une forme de colonisation par la société occidentale des corps asiatiques. En effet, la personne en vient à rejeter cette partie identitaire d’elle-même en utilisant la chirurgie plastique. De plus, ce discours sur « les yeux bridés », ce trait physique qui détermine la globalité du continent de l’Asie, suggère la soumission et la serviabilité du peuple asiatique. Comme elles l’ont témoigné, les participantes à l’étude se font souvent intimider par des inconnus qui étirent leurs paupières pour se moquer d’elles. L’altérisation des communautés asiatiques, qui émet une distanciation claire entre les « Eux » et le « Nous », se définit donc, en somme, par leur interchangeabilité et par la description uniforme de leurs yeux.

Plusieurs recherches ont démontré que les personnes d’origine asiatique sont considérées comme des « personnes presque blanches » (*honorary whites*), mais elles ne sont pas exemptées des traitements sexistes et racistes (Bonilla-Silva, 1997; Chou & Taylor, 2019; Shih et al., 2019). Par conséquent, au sein de ce fameux système social racialisé omniprésent dans la société québécoise, une forme de hiérarchie s’est créée où les personnes asiatiques demeurent positionnées comme à la fois en proximité, mais n’atteignant jamais l’égalité avec la blancheur³⁷ (Kimoto, 2018). En

³⁷ La blancheur est un concept plutôt qu’une caractéristique uniquement corporelle. Cette catégorie existe en se positionnant dans l’espace par rapport aux autres catégories raciales (Kimoto, 2018), car la création d’un « Autre » implique également la création

effet, le fait que le racisme est fondé sur un système, la majorité blanche (la classe dominante) renforce son positionnement social en exploitant, en contrôlant et en maintenant les autres dans une catégorie à part, souvent considérée comme « groupes ethniques ». Cela permet la création des frontières sociales (les étiquettes raciales) entre lui-même (le Blanc) et les autres races (Bonilla-Silva, 1997). « Le [processus de] racialisation par conséquent [est] toujours relationnel; racialiser un groupe, c'est le positionner par rapport à au moins un autre » (Stanley, 2016, p. 9). Puis, les distinctions raciales sont utilisées pour la création d'une catégorie de « l'autre » par les caractéristiques phénotypiques, c'est-à-dire des traits biologiques hérités comme le ton de la peau, la texture des cheveux, les traits physiques du visage, etc. (Bonilla-Silva, 1997). Ainsi les idéologies racistes et sexistes, qui traitent les groupes dominés comme des objets dépourvus d'une pleine subjectivité humaine se perpétuent.

Pour résumer, les participantes de cette étude ont témoigné qu'elles vivent d'abord une forme de profilage lié à leur homogénéisation. Ce raccourci cognitif se manifeste aussi lorsqu'on sous-entend que toutes les personnes d'origine asiatique possèdent un lien de parenté, soit en leur mentionnant qu'elles « sont toutes des frères ou des sœurs », soit en considérant les populations d'origine asiatique comme « des Chinois.e.s », et ce malgré le fait qu'il y ait plus de 50 origines géographiques différentes en Asie et qu'il existe donc plusieurs autres cultures, langues et histoires coloniales très différentes d'un pays à un autre en Asie (Ang, 2001; Ly, 2020; Park, 2020). Ce type d'association est basée sur la race; les personnes asiatiques se font ainsi profiler et identifier sur la simple base de leur phénotype.

De plus, les participantes expriment que ce sont les personnes non-asiatiques québécoises qui vont déterminer « si elles sont véritablement des Québécoises » en se basant sur leurs traits physiques qui ne correspondent pas aux normes de la majorité à cause de leurs yeux. Cette exclusion basée sur l'ethnie a été historiquement exploitée par John Alexander Macdonald, qui a soutenu l'exclusion des « Chinois.e.s » en 1885, en les considérant comme des « étrangers.ères » qui n'avaient aucun instinct, sentiment, ni d'aspiration envers l'Empire britannique (Stanley, 2016). Ainsi, bien que les remarques ou commentaires de cet ordre peuvent paraître a priori inoffensifs,

d'un « même » (Bonilla-Silva, 1997). Cette hiérarchie raciale permet de favoriser une position de pouvoir supérieur qui permet la classe dominante à recevoir une plus grande rémunération économique ainsi qu'avoir accès à des meilleures professions professionnelles et d'occuper des positions importantes dans le système politique (Bonilla-Silva, 1997). Le système racialisé est un moyen de créer et de faire respecter l'ordre social où les opportunités différentielles et les inégalités sont structurées dans le but d'avantager la classe dominante (Collins, 1986).

les participantes de cette étude ont dévoilé que cela a des effets néfastes sur le plan identitaire. À force d'être renvoyées à l'image de l'étrangère, elles en viennent à remettre en question leur acception au sein de la société québécoise. Conséquemment, être appelée « une Chinoise » sans avoir été questionnée sur son origine pose un problème et participe à la racialisation des communautés asiatiques.

6.1.1 L'utilisation des stéréotypes afin de dominer

La création des stéréotypes sert à affirmer les classifications et la racialisation de certains individus ou groupes en cristallisant des comportements individuels et institutionnels qui diffèrent de l'idéologie dominante en Amérique du Nord (Vo, 2019). En effet, les stéréotypes sont reproduits parce qu'ils reflètent la position et le statut distinct d'un groupe dans la société (Bonilla-Silva, 1997). Plus précisément, la classe dominante projette leurs propres constructions de l'Asie, et ce, de manière unidirectionnelle (Itzigsohn & Brown, 2015). Les Asiatiques vivant au Canada ont toujours été la cible de stéréotypes, de préjugés et de discriminations (Leong et Okazaki, 2009 dans Padgett et al., 2020). Notre étude a démontré que le Québec n'est pas à l'abri de cette problématique. Deux stéréotypes principaux sont soulevés par les participantes de cette étude, notamment celui de l'*étranger perpétuel* et celui de la *minorité modèle*. Nous discuterons également de deux stéréotypes ethnosexuels qui orientalisent les femmes asiatiques, soit la *Fleur de Lotus* ou la *Dame de Dragon* (voir Tableau 2).

L'image de l'étrangère dans la société québécoise. Il est bien reconnu au sein de la littérature que le stéréotype de l'étranger perpétuel participe au racisme anti-asiatique vu qu'il fait référence à la tendance des personnes blanches à traiter les personnes d'origine asiatique comme des étrangères qui n'ont aucune appartenance sociale en Amérique du Nord (Chang & Morris, 2015; Dang & Kline, 2015; Kawai, 2005; Lee & Waters, 2020; Sue et al., 2007a). Notre étude démontre que cette représentation est véhiculée par la croyance selon laquelle les personnes asiatiques sont des étrangères ou nées à l'étranger étant donné qu'elles ne maîtriseraient pas la langue française. Par conséquent, les individus de la classe dominante communiquent uniquement en anglais avec elles. Lorsqu'elles s'expriment en français, des étonnements et des propos discriminatoires tels que « tu parles bien français » sont donnés, ce qui renforce cette image stéréotypée du « touriste ».

De plus, il arrive de manière récurrente que les participantes se font aborder par des inconnus ou leur entourage en se faisant dire « ching, chang, chong », imitant ainsi la « langue chinoise ». Cette expression sous-entend que la langue chinoise est d'une complexité inutile et extravagante, ce qui participe au stéréotype de l'étranger et donc à l'altérisation des personnes d'origine chinoise et, par extension, des autres peuples asiatiques (Ly, 2020). En effet, l'expression « ching, chang, chong » est une extension du langage raciste, car le but est de se moquer de la personne en émettant un son censé imiter la langue chinoise; en sous-entendant que la civilisation chinoise est entièrement insaisissable (Ly, 2020). D'ailleurs, l'expression « c'est du chinois », qu'une participante a donnée en exemple, participe au racisme anti-asiatique. Plus précisément, cette expression fait allusion au fait qu'il y a « une langue plus facile et accessible, c'est-à-dire la langue française, renvoyant l'image d'être la neutralité » (Ly, 2020). Toutes ces expressions renforcent en fait le stéréotype du péril jaune qui perpétue l'idée que les populations asiatiques sont différentes et qu'elles sont essentiellement des touristes au Québec.

L'alimentation exotique qui ne respecte pas la norme de la société en Occident telle que « manger des chiens, des chats et des chauves-souris » se maintient dans la croyance populaire québécoise. Toutefois, les participantes ont démenti cette croyance erronée, en soulignant dans la fouée comment celle-ci renforce la perception des Asiatiques comme des étrangers. Cette image d'étrangère est également reconduite par la pandémie de la COVID-19 qui réactive les craintes associées au « péril jaune ». Le coronavirus proviendrait, selon ces craintes, d'un « réservoir » ou d'une contamination animale (French & Monahan, 2020); renforçant ainsi l'amalgame voulant que toutes les personnes asiatiques aient une alimentation hors-norme.

Le péril jaune se manifeste également par la croyance que le corps des femmes asiatiques peut propager le virus dû à leurs corps différents et leurs cultures (Kawai, 2005). En effet, une participante de notre étude souligne comment les femmes asiatiques sont perçues comme menaçantes pour la société québécoise en raison de leur capacité reproductive, c'est-à-dire en donnant naissance à des enfants asiatiques dans le but de dominer les terres québécoises. Cette crainte envers les femmes asiatiques n'est toutefois pas nouvelle. Thobani (2018) explique que cette représentation est présente depuis l'imposition des politiques d'exclusion des immigrants chinois, car « la sexualité et la capacité de reproduire des femmes de la Chine et de l'Asie du Sud étaient considérées comme une menace pour la production du Canada » (p. 162). La racialisation des femmes asiatiques est donc intrinsèquement liée aux corps. Les termes comme « la maladie »,

« le virus » et « l'hypersexualisé » renforcent l'orientalisation des femmes asiatiques en accentuant les différences corporelles et en réaffirmant les différences raciales (Park, 2020).

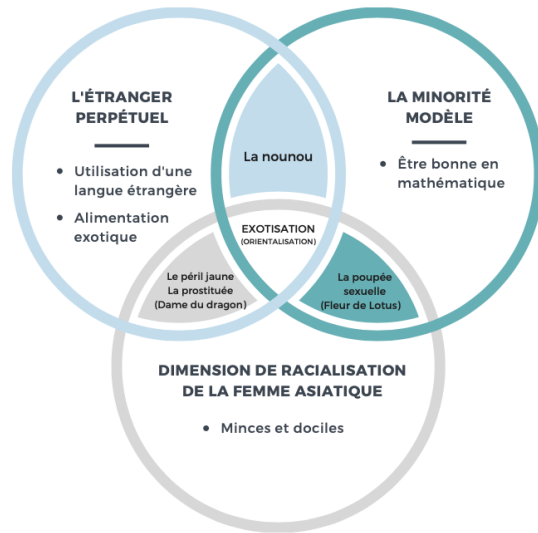
La minorité modèle travaillante. Le deuxième stéréotype qui ressort de notre étude est celui de la minorité modèle qui, contrairement au stéréotype négatif de l'étranger perpétuel, semble, a priori, positif. Cependant, ces deux stéréotypes sont inséparables (Kawai, 2005). Nos résultats dénoncent au contraire le mythe de la minorité modèle comme étant discriminatoires envers les femmes asiatiques. Reproduisant l'image de la docilité, de la discrétion, de la soumission et la non-confrontation, le mythe de la minorité modèle, omniprésentes dans le paysage québécois, renforce le stéréotype que les personnes asiatiques « ne dérangent pas ». Ce stéréotype populaire présente les communautés asiatiques comme ayant des succès dans le domaine académique, économique et culturel, ce qui perpétue l'idée qu'elles sont des personnes calmes, prospères, ambitieuses, sans problèmes et apolitiques comparativement aux autres groupes racialisés non-asiatiques (Dang & Kline, 2015; Ho, 2014; Kay et al., 2013; Mayuzumi, 2015; Padgett et al., 2020; Park, 2020; Pon, 2015), renforçant ainsi le statu quo.

Cette représentation est d'ailleurs reconduite dans l'image infantilisante véhiculée au sujet des femmes asiatiques, à qui l'on demande d'être inconditionnellement souriantes et joyeuses. Notre étude démontre également que le statut de la minorité modèle entretient la croyance que les personnes asiatiques accordent une grande importance à la réussite scolaire, notamment par les mathématiques. Plusieurs recherches ont d'ailleurs fait ressortir que l'attribution d'intelligence associée à leur groupe d'appartenance ethnique fait partie des micro-agressions raciales à l'encontre des communautés asiatiques (Houshmand et al., 2014; Sue et al., 2007a). Bien que cette image accentue cette qualité d'être « des peuples travailleurs », cela peut fragiliser leur estime de soi, car il se peut que ces individus cherchent à se valider en tentant de correspondre à ce stéréotype. Bien que ce mythe soit présent pour qualifier une population entière, notre participante, Lee An, a déconstruit l'idée que la provenance n'est pas un critère d'excellence provenant de la biologie. Pour elle, sa réussite en mathématiques s'explique en raison des moments de qualité partagés avec sa mère durant l'aide aux devoirs. Comme les mathématiques sont un langage universel, ils étaient le seul moyen de communiquer avec sa mère qui ne maîtrise ni le français ni l'anglais.

À l'intersection des deux stéréotypes soulignés par nos participantes, les femmes d'origine asiatique se font objectiver par la représentation « d'être des travailleuses domestiques ». Ce stéréotype est aussi ressorti dans l'étude de Nadal et ses collègues (2015), qui montre que les personnes assument que les femmes asiatiques ont un statut inférieur vu qu'il est facile de dominer leur corps. Cette représentation démontre la convergence des deux principaux stéréotypes. D'une part, elles sont perçues comme ayant une bonne éthique familiale (Park, 2020) et comme étant obéissantes et serviles envers la classe dominante (Cho, 1997). D'autre part, elles ne sont pas des citoyennes québécoises légitimes vu que leur rôle principal est de bénéficier à la classe dominante (Park, 2020). L'image de la « nounou » participe à la domination du corps des femmes asiatiques, surtout lorsqu'elles sont à proximité des personnes blanches, comme lorsqu'elles sont en couple ou qu'elles ont des enfants d'origine mixte.

Les résultats de notre étude démontrent donc que l'intersection entre les mythes de la minorité modèle et de l'étranger perpétuel participe au concept de « triangulation raciale », tel que souligne Kawai (2005). En d'autres termes, le maintien du mythe de la minorité modèle sert en tant que bouc émissaire afin que la classe dominante puisse ignorer ses responsabilités et ses privilèges dans la lutte contre le racisme (Kay et al., 2013; Park, 2020). De plus, ce stéréotype dit « positif » a des influences néfastes sur les individus, les familles et les communautés asiatiques, car il donne l'impression que ces groupes sont monolithiques et comparables (Chou, 2008; Shih et al., 2019). Nos participantes dénoncent le fait que les stéréotypes ont été construits dans le but de racialisier le corps des personnes d'origine asiatique en assumant qu'elles partagent des traits uniformes. Puis, la dimension du genre (être une femme), participe à l'exotisation de ces deux stéréotypes en leur envoyant une image de poupée sexuelle ou de prostituée, ce qui participe à l'objectivation et la fétichisation de « leurs différences raciales ».

Tableau 2. Les stéréotypes envers les femmes d'origine asiatique



6.2 L'orientalisation des femmes d'origine asiatique : être un objet sexuel fétichisé

L'exotisation des femmes d'origine asiatique, c'est-à-dire le fait de les reléguer dans une catégorie exotique, telle que décrite par l'étude de Sue et ses collègues (2007a), est également ressortie dans les témoignages des participantes. Les données de notre étude actuelle arrivent à la même conclusion que celle de Keum et ses collègues (2018), soit que les femmes asiatiques vivent des micro-agressions raciales sexospécifiques, notamment 1) être fétichisées et exotisées sexuellement; 2) être perçues comme des femmes soumises; et 3) être restreintes à une image corporelle restrictive et normée. Il existe une image fantasmée des femmes asiatiques qui passe par la sexualisation de leur corps perçu comme étant exotique : elles sont réduites à l'image de la « poupée chinoise » ou « la geisha », ou encore de la prostituée, participant ainsi au racisme sexuel et à leur objectivisation sexuelle. Cette exotisation a d'ailleurs été démontrée par d'autres études qualitatives (Keum et al., 2018; Le et al., 2020; Nadal et al., 2015) qui montrent que les femmes asiatiques sont objectivées ou déshumanisées à cause de leur race ou leur ethnicité.

La fétichisation raciale et l'exotisation des femmes asiatiques. Plus précisément, le racisme sexuel est une forme d'oppression qui se manifeste de façon plus particulière dans un contexte sexuel, où l'ethnicité ou la couleur de la peau peuvent acquérir une valeur singulière lors des rencontres affectives ou sexuelles (McBride, 2005). Le fétichisme racial est quant à lui une préférence sexuelle qui s'oriente spécifiquement vers un groupe racialisé selon Plummer (2007). Ces deux enjeux sont en fait problématiques.

Les personnes qui témoignent de cette préférence se basent sur la notion de race comme critère de sélection pour avoir des relations affectives ou sexuelles. Toutefois, les participantes de notre étude ont dénoncé ce type de comportement comme étant irréfutablement problématique. En effet, les femmes asiatiques se voient souvent désirées à cause d'un ensemble de stéréotypes. Conséquemment, elles sont victimes du fétichisme racial, appelé le *Yellow Fever/Asian fetish* lorsqu'elles sont courtisées en raison de leur appartenance à un groupe ethnoculturel et de leur phénotype asiatique. Souvent, les motivations impliquées dans cette fétichisation raciale des femmes asiatiques sont considérées comme positives ou du moins inoffensives vu qu'elles sont balayées comme un compliment et non une offense. Cependant, le fait que cela soit perçu comme une « préférence esthétique » ou « personnelle » cache une marchandisation des corps des femmes asiatiques qui les hypersexualisent au sein de la société à prédominance blanche. Les fétiches raciaux dépendent en effet toujours de stéréotypes raciaux plutôt que des caractéristiques esthétiques (Zheng, 2016). Kchouk (2020) rappelle à cet égard, en parlant de la notion du racisme sexuel, que « le contexte sexuel exacerbe le racisme en donnant à la “race” une valeur singulière définissant ainsi le racisme sexuel comme étant l'expression de l'érotisation et de l'objectivation de l'autre, perçu à travers des stéréotypes ethnosexuels et objets de fétichisme racial ou de rejet sexuel sur la base de la race » (p. 31-32). Ainsi, selon le témoignage des participantes, les femmes asiatiques vivent davantage de difficultés lors de la recherche d'un partenaire intime et même dans les relations de couple, notamment en raison de la race et du sexisme qui influencent leur réalité subjective, ce qui les différencie des autres femmes non-asiatiques.

La femme asiatique dominée : « la geisha » soumise québécoise. L'utilisation des termes comme « la *geisha* » et la « *China doll* » renvoie à des stéréotypes ethnosexuels sur les femmes asiatiques qui leur accordent une valeur sexuelle les maintenant dans une position de subordination et de contrôle. En effet, les femmes d'origine asiatique se font racialisées sur le plan sexuel³⁸, ce qui crée des impacts importants sur leur identité vu qu'elles doivent négocier à la fois des normes féminines genrées de la société et celles culturellement spécifiques (Ninh, 2018). Comme démontré par le témoignage des participantes de notre étude, celles-ci sont conscientes d'être souvent perçues comme des poupées sexuelles, c'est-à-dire d'être des objets sexuels conquis, soumis et hypersexuels. Elles dénoncent notamment le fait que les médias et la pornographie ont perpétué

³⁸ Dans notre étude, nous regroupons sur le plan sexuel : les relations sexuelles, les rencontres amoureuses, les dragues en ligne, etc. Cet ensemble de comportements sexuels n'est donc pas distingué vu qu'il est sous la métonymie du terme « sexuel ».

des stéréotypes ethnosexuels sur le corps des femmes asiatiques via l'hypersexualisation et la passivité de celles-ci, influençant les processus sociaux et cognitifs généralisés à l'ensemble des femmes asiatiques. L'image des femmes asiatiques en Occident n'est pas seulement incarnée par l'individu, mais elle est également façonnée par les relations avec les structures institutionnelles dans lesquelles les discours orientalistes sur les femmes provenant de l'Asie dérivent de l'histoire canadienne impérialiste et des discussions contemporaines sur la citoyenneté (Park, 2020; Zheng, 2016). De plus, ce type de discours infantilise les femmes asiatiques et leur enlève un pouvoir d'agir.

En effet, les femmes asiatiques courent davantage le risque de vivre du harcèlement racial et sexuel en raison des stéréotypes raciaux sexualisés (Cho, 1997; Ninh, 2018). Parmi nos participantes, certaines ont témoigné avoir vécu une agression sexuelle, et ce, dû à leur phénotype. Plusieurs auteurs (Buchanan et al., 2018; Cho, 1997; Park, 2020) expliquent que les violences sexuelles subies par les femmes asiatiques peuvent être liées aux représentations de leurs corps comme des « des choses prêtes à être violées », malgré les avances sexuelles non-désirées reçues par celles-ci. Cette orientalisation les déshumanise et participe à les dépersonnaliser et à les homogénéiser, ce qui contribue au rouage d'objectification de leurs corps. Les femmes asiatiques doivent donc souvent négocier leur féminité en faisant face aux idéologies féminines traditionnelles telles que les attentes selon lesquelles elles doivent être passives et sensuelles (Ang, 2001; Arisaka, 2000) ainsi qu'aux idéologies racistes qui les étiquettent comme des êtres hypersexuelles et dévergondées (Buchanan et al., 2018; Le et al., 2020, p. 202; Nadal et al., 2015; Pyke & Johnson, 2003). Ce type de violence est une retombée de la trame narrative de *Madame Butterfly* et *Miss Saigon* où les femmes asiatiques sont perçues comme des êtres qui doivent se faire sauver par un homme blanc (Park, 2020). Les stéréotypes racialisés et genrés envers les femmes asiatiques, soit le *Fleur de lotus*, la *poupée chinoise (China doll)* ou la *geisha*, étaient basés sur l'idée qu'elles sont des objets de fantasmes sexuelles masculines, un produit des pouvoirs coloniaux et militaires occidentaux (Cho, 1997; Park, 2020).

L'étiquette de la prostituée chinoise. Comme le soulèvent les participantes, les femmes asiatiques ont aussi tendance à être perçues comme des escortes et des travailleuses du sexe lorsqu'elles sont en compagnie d'un homme de la classe dominante, malgré que celui-ci soit un parent ou un partenaire amoureux. Cette image remonte d'ailleurs à la période d'esclavage des peuples chinois où les femmes étaient dépeintes comme des manipulatrices, des traîtresses séductrices et peu

fiables (Fong, 1997; Park, 2020). L'héritage de la prostituée chinoise et de la fille esclave persiste donc toujours, et ce dans le Québec d'aujourd'hui aussi. Dans le but de la rabaisser, des personnes en autorité ont dit à l'une des participantes que le seul travail qu'elle peut accomplir est la prostitution. Ainsi, que ça soit des travailleuses du sexe chinoises, la *geisha* dans le salon de thé japonais ou les filles des bars au Vietnam, l'image des femmes asiatiques renvoie aux figures de prostituées exotiques et séduisantes (Chow, 1987). Ces images ont créé un ensemble d'attentes quant à la façon dont les sociétés occidentales perçoivent et interagissent avec celles-ci (Shih et al., 2019). Elles sont souvent perçues comme des êtres qui manquent d'agentivité et qui doivent répondre aux besoins sexuels et aux fantasmes des hommes, fabriquant ainsi une image racialisée de la féminité asiatique.

La sexualisation des corps des femmes asiatiques. Avec l'image de la féminité racialisée des femmes asiatiques, les participantes de cette étude dénoncent les commentaires inappropriés sur leur corps, leur sexualité et leurs attraits, tel que soulignés dans la littérature (Keum et al., 2018; Sue et al., 2007a). En effet, les femmes asiatiques subissent des pressions particulières liées à leur corps quant au fait de devoir maintenir un gabarit de petite taille et de répondre à l'idéal de minceur au sein des cultures asiatiques (Wong et al., 2017). Les participantes dénoncent le fait que leur corps est davantage sexualisé que les femmes blanches. Les femmes asiatiques sont perçues comme étant faciles à dominer, des êtres sexuels avec qui il est possible de faire n'importe quelle pratique sexuelle.

Somme toute, l'orientalisation s'opère par les préjugés sur les femmes asiatiques. Bien que les images projetées sur ces dernières semblent positives, aucun stéréotype n'est réellement favorable. Tout stéréotype reflète en effet des croyances généralisées et essentialistes à propos d'un groupe racial, enlevant ainsi l'hétérogénéité de la féminité des femmes asiatiques. L'étude de Zheng (2016) a démontré à cet effet que valoriser les traits physiques comme une condition préalable aux rencontres sexuelles ou romantiques est oppressant pour les femmes asiatiques, car elles sont déjà jugées et appréciées de manière disproportionnée par leur capacité à se conformer aux normes de beauté féminine plutôt que par leur intellect ou d'autres qualités.

Les femmes racialisées ont souffert historiquement d'exploitation, de colonisation, d'esclavage, de persécution, et d'exclusion sur la base de leur phénotype. Ces différences basées sur la race incarnent des dimensions sociales, économiques et politiques des inégalités de vie, y compris les

possibilités en matière de santé, d'éducation, d'emploi, de relations, de protection juridique. Ces inégalités affectent davantage les femmes racialisées (Zheng, 2016). Les fétiches raciaux, dont le *Asian fetish*, dépendent des stéréotypes raciaux basés sur leurs caractéristiques esthétiques. La négociation de leur féminité est influencée par les attentes traditionnelles des femmes (sexistes) ainsi que les stéréotypes ethnosexuels sur les femmes racisées (racistes). À ce jour, il est démontré que les représentations médiatiques, notamment les vidéos, les magazines et la pornographie peuvent influencer les personnes sur leur perception de la féminité (Park, 2020). De même, selon Jerald et ses collègues (2016), il importe de garder à l'esprit que les stéréotypes ethnosexuels tant positifs que négatifs servent à renforcer la structure patriarcale et le racisme systémique, favorisant ainsi l'assujettissement des groupes racisés.

Le profilage racial envers les communautés asiatiques. Plusieurs participantes de cette étude ont témoigné de la résurgence des crimes haineux envers les communautés asiatiques depuis l'annonce de la COVID-19. Toutefois, celles-ci ont expliqué que le profilage racial n'est pas un phénomène nouveau pour elles, car la majorité a vécu du racisme basé simplement sur leurs traits physiques ou sur d'autres caractéristiques visibles comme le prénom, tout au long de leur vie. Les résultats de notre étude démontrent que les femmes asiatiques ont l'impression d'être ciblées par des actes racistes, surtout dans les lieux publics, en étant perçues comme plus faciles à attaquer. D'ailleurs, les personnes d'origine asiatique mixte sont conscientes qu'elles bénéficient du privilège d'avoir des traits « non-asiatiques », ce qui leur permet d'être protégées de remarques discriminatoires. Pourtant, plusieurs participantes, autant mixtes ou de deuxième génération, ont souligné s'être fait intimider ou déformer leur prénom, ce qui enlève toute la reconnaissance de leur patrimoine asiatique.

6.3 Des actes discriminatoires basés sur le « racial gaslight »

Parmi les résultats ressortis dans notre étude, les participantes expliquent qu'en tant que femmes asiatiques, elles ont rarement la possibilité de discuter de leur souffrance quant au racisme genré qu'elles subissent. Le racisme anti-asiatique est souvent non-reconnu dans les sociétés occidentales (voir Shih et al., 2019). Lorsqu'elles tentent de dénoncer des expériences en lien notamment avec la fétichisation raciale, la discrimination et le profilage racial, elles se font ignorer ou diminuer (*gaslight*) par leurs pairs non-asiatiques, créant ainsi chez elles une incapacité de parler de leur douleur. Rappelons que le terme *gaslight* signifie une manipulation de la perception

de la réalité d'une personne, et que le *racial gaslight* est un processus politique, social, économique et culturel qui perpétue et normalise une réalité qui se dit « neutre » (la blancheur) tout en pathologisant ceux qui y résistent (Davis & Ernst, 2019). Les participantes de notre étude ont plutôt soulevé la dimension individuelle du *racial gaslight*, c'est-à-dire les discriminations qu'elles vivent lors des altercations interpersonnelles.

Parmi les tactiques utilisées envers une femme asiatique par une personne qui dit un propos ou perpétue un comportement raciste, les techniques de minimisation par le déni ou la blague, l'imposition des opinions non-sollicitées pour contrôler l'échange, la décrédibilisation et la délégitimation des dénonciations, ainsi que la déresponsabilisation utilisant les discours d'intention, sont différents mécanismes qui reproduisent le *racial gaslight* individuel. Des auteurs expliqueront que ces comportements correspondent plutôt à des micro-agressions raciales telles que banaliser et diluer le racisme par la blague (Hamisultane, 2021), invisibiliser et ignorer les expériences du racisme anti-asiatique (Sue et al., 2007a). Nadal et ses collègues (2021) expliquent que le *gaslight* envers les personnes racialisées participe aux microinvalidations et aux microinsultes³⁹ – des formes de micro-agression raciale selon la taxonomie conçue par Sue et ses collègues (2007b). Ils reconnaissent toutefois que le *gaslight* des expériences vécues par les personnes racialisées prend souvent forme par l'imposition d'une émotion excessive et exagérée. On a tendance à dire qu'elles sont « obsédées » par le racisme, le sexisme, voire les deux (Nadal et al., 2021).

Nous sommes d'avis qu'il est important de soulever cette expérience de *racial gaslight* de manière distincte, car l'objectif de la personne qui perpète le racisme est de dominer à nouveau par la confiscation de la voix des victimes. Cela participe aussi à l'invisibilisation du racisme anti-asiatique, amenant ainsi la population à croire que, vu qu'il n'y a pas de dénonciation publique, le problème est inexistant. Cette manière d'agir permet aux groupes dominants de se déculpabiliser vis-à-vis du racisme genré, puis le *gaslight* engendre chez les femmes asiatiques une insécurité quant à leurs propres perceptions des expériences du racisme anti-asiatique. Les résultats de Rodrigues et ses collègues (2021) démontrent de manière similaire à notre étude que

³⁹ Les microinvalidations sont une forme de micro-agressions, souvent dans l'inconscience individuelle, dont celles-ci prennent l'apparence par des comportements ou des remarques verbales qui rejette ou invalide les expériences et l'identité raciale d'une personne (Chang & Morris, 2015; Sue et al., 2007b). Puis, les microinsultes consistent à rabaisser les personnes d'un groupe subalterne à travers les discours discriminatoires de manière subtile (Chang & Morris, 2015), souvent par des biais inconscients (Nadal et al., 2021), telles que nier, rejeter et minimiser les réponses, les opinions, les émotions, les pensées, les sentiments ou les réalités expérientiels d'une personne racialisée (Sue et al., 2007b).

l'intériorisation du *gaslight* amène les femmes racialisées à se demander si elles sont réellement victimes d'incivilité ou de harcèlement racial ou bien si elles réagissent de façon excessive à ces expériences, voire en ayant provoqué et mérité ce traitement négatif. Au final, le *racial gaslight* permet de maintenir le statu quo de la classe dominante blanche en pathologisant les mécanismes de résistance des personnes racialisées (Berenstain, 2020; Davis & Ernst, 2019).

Nous avançons également l'argument que l'image d'infantilisation des femmes asiatiques projette la perception qu'elles ne sont pas légitimes pour se défendre lors d'une altercation raciste, tel que souligné par plusieurs de nos participantes. En effet, il y a une projection de l'inconfort et de l'offense de la part des personnes blanches sur les femmes asiatiques lorsqu'un propos raciste ou un comportement raciste est dénoncé. Par le *racial gaslight*, la classe dominante tente de rationaliser la situation en argumentant que l'intention derrière l'acte ou la parole n'était pas raciste. Pourtant, le racisme n'est pas une question d'intention, mais se reflète par des propos stéréotypés. Ceci émet des préjugés ou des comportements qui renvoient ce message discriminatoire, provenant par des biais ou des raccourcis intellectuels. À force de vivre plusieurs expériences de racisme, notamment le *racial gaslight*, cela peut nuire considérablement à la santé mentale et au bien-être des femmes racialisées (Buchanan et al., 2018; Jerald et al., 2017; Kawai, 2005; Le et al., 2020; Lewis et al., 2013; Nadal et al., 2021; Ong et al., 2017; Padgett et al., 2020; Remedios et al., 2011; Szymanski & Lewis, 2016; Wong & Halgin, 2006).

6.4 La charge raciale : le coût mental du racisme des femmes asiatiques

« [E]n tant que personne défavorablement racialisées, il nous revient la tâche épuisante d'expliquer, de traduire, de rendre intelligibles les situations violentes, discriminantes ou racistes. Notre responsabilité est double: endurer, puis délicatement trouver un dénouement heureux aux agressions et injustices, petites ou grandes, subies. [...] il nous revient de gérer et de rassurer la classe dominante et les membres qui la composent. C'est-à-dire qu'il revient aux dominés, de ne pas faire état de leur subalternité afin de ne pas déranger la classe dominante et les membres qui la composent. Et même lorsque des discussions autour de cette inégalité se tiennent, le groupe dominant doit pouvoir garder son confort, son privilège, sa centralité. » (Soumahoro, 2020, p. 135)

Le deuxième objectif de notre étude consiste à documenter les effets du racisme genré sur la santé mentale des femmes asiatiques qui font face à des stéréotypes raciaux, sexistes et des discriminations raciales basées sur leur phénotype. Tout d'abord, les participantes de notre étude ont mis en lumière l'intériorisation du racisme anti-asiatique dans leurs comportements sociaux.

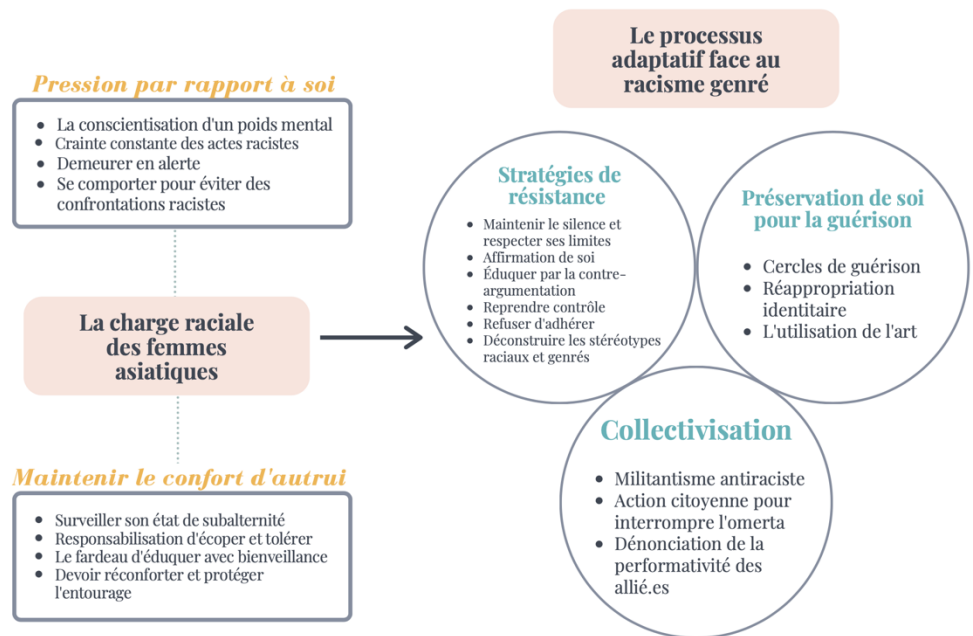
En effet, celles-ci indiquent ressentir de la honte associée au fait d'être une personne d'origine asiatique, avoir une faible estime de soi qui s'exprime dans une forme de crise identitaire, et se sentir détachées émotionnellement de leur identité culturelle. Il est reconnu au sein de la littérature qu'à force d'être dépeints par des stéréotypes ethnosexuels, les membres d'un groupe racialisé en viennent à croire et à accepter ceux-ci (Nadal et al., 2021), et ce, d'autant plus que « l'apparence positive » est séduisante pour les communautés asiatiques (Kawai, 2005). D'ailleurs, ces expériences de racisme sexiste qui conduisent à de l'objectification sexuelle peuvent rendre les femmes asiatiques plus vulnérables à l'auto-objectification chronique, les amenant à ressentir de la honte corporelle, de l'anxiété d'apparence et de la dévaluation raciale (Le et al., 2020). L'intériorisation de ces stéréotypes ethnosexuels racistes contribue à faire en sorte que les personnes racisées en viennent à se conduire de manière cohérente aux stéréotypes (Jerald et al., 2017; Nadal et al., 2021). De plus, nos résultats concordent avec les recherches antérieures sur le déni d'identité des personnes asiatiques. Considérées comme des étrangères perpétuelles, celles-ci ont tendance à dévaluer leur identité asiatique et à s'identifier à la culture occidentale (Nadal et al., 2021; Padgett et al., 2020). En effet, lorsque les personnes internalisent les messages oppressifs véhiculés par la société, celles-ci peuvent participer aux micro-agressions à l'encontre des autres groupes racialisés ainsi que de leur propre groupe ethnique, telles qu'adopter un comportement de haine envers soi-même (c'est-à-dire de tenter de changer des traits physiques, de réfuter l'identité ethnique, etc.) (Nadal et al., 2021). De même, les femmes racisées subissent les torts du sexisme et des préjugés sexuels raciaux (objectivant leur corps et leur comportement) en désirant être des femmes soumises ou encore hypersexuelles. Par conséquent, celles-ci ont de la difficulté à se défendre face aux violences sexuelles (par exemple, faire respecter leur consentement sexuel) (Ninh, 2018; Ward et al., 2020; Zheng, 2016). Ce n'est pas récemment que les femmes racialisées subissent des violences sexuelles dues aux stéréotypes ethnosexuels. En effet, ceux-ci ont émergé lors de l'esclavage et de la période coloniale afin de rationaliser l'agression sexuelle des femmes racialisées par des hommes blancs (Park, 2020; Ward et al., 2020).

De plus, la question d'autovalidation de sa valeur personnelle et de ses compétences professionnelles a été soulevée par deux participantes. Les personnes racialisées peuvent avoir tendance à amorcer des comportements violents tels que le déni et les vives réactions émotionnelles provenant de la fragilité blanche (Pierre, 2019), ce qui remet souvent, voire systématiquement, en question leurs identités. En étant conscientes que ces expériences sont des

retombées du processus de racialisation et d’orientalisation de leur identité, les femmes asiatiques portent une charge mentale supplémentaire lorsqu’elles sont poussées à requestionner leur validité subjective.

Nos résultats démontrent en effet que les femmes d’origine asiatique au Québec vivent avec une charge raciale tant par rapport à soi (pressions identitaires) que par rapport aux autres (maintenir leur confort). Elles utilisent en conséquence des mécanismes de résistance ainsi que des stratégies d’adaptation afin de les aider à naviguer les expériences de racisme genré dans leur vie quotidienne (voir Tableau 3).

Tableau 3.
La charge raciale et le processus de résistance face au racisme genré des femmes asiatiques



Subir de la pression par rapport à soi. Les participantes de notre étude sont conscientes du poids mental qui provient des micro-agressions raciales et sexistes. Les effets cumulatifs de ce type de stress sont connus sous le nom de la « fatigue du combat racial » (*racial battle fatigue*) (Morales, 2014) ou encore la « conscience de la stigmatisation raciale » (Ong et al., 2017). Les données probantes indiquent en fait qu’en plus de l’exposition réelle à la discrimination, les personnes racialisées, en étant conscientes d’être stéréotypées et discriminées, auront tendance à percevoir une plus grande discrimination envers elles-mêmes et les membres de leur groupe, créant ainsi une plus grande vigilance face au racisme (Ong et al., 2017). Les participantes expliquent qu’elles possèdent une crainte constante de vivre du racisme dans des lieux publics, et ce sentiment est

davantage plus présent depuis la pandémie de la COVID-19. Certaines des participantes déclarent qu'au lieu de craindre le coronavirus qui peut menacer leur vie, elles craignent plutôt la probabilité qu'un crime haineux ou un acte raciste soit commis envers un membre familial. Conséquemment, celles-ci auront tendance à mettre en place des mécanismes de prévention afin de se protéger d'une altercation raciste. Cette hypervigilance a comme but d'éliminer ou réduire les expériences et les facteurs de stress causés par le racisme anti-asiatique en se préparant mentalement et socialement, tel que mettre un masque en public pour camoufler les traits asiatiques, surveiller leur éthique de travail ou arrêter de pratiquer des activités spécifiques dans les lieux publics. Nadal et ses collègues (2021) ont également expliqué dans leur récente étude que les gens racialisés subissant continuellement des micro-agressions peuvent intérioriser des stéréotypes raciaux négatifs à titre de moyen de protection contre les potentielles représailles.

Le maintien du confort d'autrui. Les participantes ont expliqué que, lors des altercations racistes, elles surveillent leur état de subalternité, c'est-à-dire qu'elles tentent de ne pas trop brusquer l'entourage lorsqu'elles dénoncent le racisme anti-asiatique afin de maintenir un confort de la classe dominante, car elles ne désirent pas vivre une violence supplémentaire. Il y a donc souvent un processus mental dans lequel les femmes asiatiques appréhendent cette double discrimination raciale à chaque fois qu'elles tentent d'éduquer sur le racisme, puis elles doivent faire le « pour » et le « contre » d'éduquer ou non une personne face au racisme anti-asiatique. Certaines d'entre elles nomment cela « un respect de ses limites personnelles ». Ce calcul mental a aussi été documenté par Lewis et ses collègues (2013), qui notent que les femmes racialisées vont évaluer la situation grâce à la stratégie de « *pick and choose* leurs combats » pour ensuite utiliser une stratégie d'adaptation.

Nos participantes expliquent d'ailleurs qu'elles doivent majoritairement encaisser les effets d'une déresponsabilisation des personnes ayant eu des propos ou comportements racistes à leur égard. Ainsi, l'inégalité raciale se reflète précisément dans la manière que les femmes asiatiques doivent négocier les interactions dans l'échange avec la personne afin d'éviter une altercation et même de diminuer les malaises, ce qui en retour permet de maintenir le privilège et le confort de la classe dominante. Malgré le fait que les femmes asiatiques aient à effectuer un travail émotionnel pour répondre, résister ou négocier avec ces stéréotypes ethnosexuels, l'image perpétuée envers leur corps crée justement une double féminisation qui augmente leur capital sexuel (Zheng, 2016).

Conséquemment, il y a un silence assourdissant qui pèse au sein de la société québécoise, les empêchant ainsi dénoncer les violences sexuelles à leur égard. Plutôt, on leur fait porter le fardeau d'éduquer de manière bienveillante et réconfortante sur ses enjeux. Néanmoins, les participantes expliquent qu'elles possèdent plusieurs mécanismes de résistance et d'adaptation afin de naviguer avec la charge raciale qu'elles subissent dus au racisme genré omniprésent dans la société québécoise.

6.5 Au-delà du statut de victime : les mécanismes de résistance et les stratégies adaptatives des femmes asiatiques face au racisme genré

Pour la dernière section des objectifs de notre étude, nos résultats suggèrent que, lorsque les femmes d'origine asiatique sont confrontées à du racisme, elles ont un processus adaptatif qui consiste notamment en l'utilisation de : 1) stratégies de résistance face au racisme genré; 2) stratégies pour se préserver soi-même; et 3) stratégies de collectivisation face au racisme genré. En effet, plusieurs recherches ont fait valoir que les stratégies d'adaptation peuvent jouer un rôle protecteur contre les effets négatifs du racisme genré chez les femmes racialisées (Hernandez et al., 2010; Lewis et al., 2013). Similairement aux études de Lewis et ses collègues (2013), il a été identifié qu'après avoir vécu des micro-agressions racistes sexistes, les femmes racialisées ont tendance à avoir des réactions de résistance, collectives et protectrices.

Tout d'abord, parmi les *stratégies de résistance*, les participantes mentionnent maintenir le silence à la suite d'une altercation raciste afin de respecter leurs limites personnelles. Plus précisément, l'acte d'ignorer est une forme de résistance face à la violence vécue. Certaines femmes asiatiques choisissent délibérément de ne pas éduquer ou offrir d'explication sur les enjeux du racisme, laissant ainsi la personne dans l'ignorance. Bien que le maintien du silence est une stratégie pour se protéger soi-même (Shih et al., 2019), cette stratégie est à double tranchant parce qu'elle invisibilise la voix des Asiatiques dans la lutte antiraciste et donc, les exclut dans la discussion sur la compréhension des expériences de discrimination (Kimoto, 2018). Toutefois, maintenir le silence est un choix contraint, une forme d'obligation de se taire, car les formes de micro-agressions racistes sont rarement reconnues comme étant réelles dans les représentations collectives (Hamisultane, 2021). *De facto*, la dénonciation des personnes agressées n'est pas reconnue non plus (Hamisultane, 2021). Ceci s'explique par le fait que l'héritage sociohistorique crée cette forme de rapport de domination et d'oppression envers les personnes racialisées

(Bonilla-Silva, 1997), plutôt que de les soutenir dans la dénonciation de ces micro-agressions raciales et sexistes.

Si certaines femmes asiatiques décident d'utiliser le silence comme une stratégie de résistance, d'autres vont plutôt *s'affirmer et contre-argumenter* à titre de résistance contre le racisme genré. Ces deux stratégies permettent de libérer les femmes asiatiques du carcan de l'attente sociétale à l'effet qu'elles soient dociles et soumises. En effet, en confrontant son agresseur, les participantes participent à combattre le statu quo. Cette forme de résistance a également été documentée par la littérature (Hernandez et al., 2010; Lewis et al., 2013). L'utilisation de leur voix pour donner des réponses directes ou des commentaires pour éduquer sur le racisme permettent de réduire la culture dominante qui les maintenait au silence. Ainsi, plusieurs participantes ont nommé le fait qu'elles refusaient d'adhérer aux stéréotypes racistes et sexistes envers les femmes asiatiques en les déconstruisant. Bien que les stéréotypes puissent provenir des réalités ou des conditions matérielles vécues par un groupe racialisé, les stéréotypes peuvent aussi découler d'une véritable ignorance ou d'une perception rigide et déformée (Bonilla-Silva, 1997). Nos résultats mettent en lumière le fait que plusieurs des stéréotypes négatifs proviennent d'une véritable ignorance des réalités sociohistoriques et socio-économiques de la population asiatique. Les déconstruire permet alors de démanteler les mécanismes qui maintiennent leur position en tant que subordonnée.

La préservation de soi pour un processus de guérison est une deuxième stratégie pour s'adapter à la charge raciale vécue par les femmes asiatiques au quotidien. Pour se faire, les participantes de notre étude proposent et mettent l'accent sur la nécessité d'avoir des espaces non-mixtes, c'est-à-dire des rencontres pour échanger « par, pour et avec » les femmes asiatiques. Ce type d'espace est reconnu comme une manière de politiser et dénoncer les expériences individuelles et collectives difficiles, voire traumatisantes, qui sont souvent autrement invisibilisées (Pierre, 2019). En effet, nos données sont similaires avec les autres recherches scientifiques concernant les espaces non-mixtes (Jones, 2015; Lewis et al., 2013), car les femmes asiatiques ont besoin de ces cercles de guérison afin de favoriser l'empathie, se sentir validées, d'être aptes à contextualiser le racisme et se créer un réseau de soutien. Il est d'ailleurs reconnu que les communautés asiatiques ont plus tendance à utiliser des services non-professionnels, y compris les groupes de soutien en ligne, les groupes d'entraide et les lignes d'assistance téléphonique (Augsberger et al., 2015). Les participantes expliquent aussi que cette stratégie est un facteur de protection, car elles se sentent libres de s'exprimer dans un réseau qui les soutienne et où elles peuvent recevoir la validation de

leurs expériences du racisme genré avec d'autres femmes asiatiques. Des recherches antérieures ont documenté sur les « syster circles » des femmes afrodescendantes (Jones, 2015; Szymanski & Lewis, 2016). Ces groupes de soutien peuvent être très utiles pour leur fournir un espace sûr (*safer space*) afin d'obtenir du soutien d'autres femmes qui vivent également le racisme et le sexisme, en particulier dans les environnements à prédominance blanche (Jones, 2015; Szymanski & Lewis, 2016). Ainsi, interagir avec un groupe de femmes asiatiques augmente le sentiment d'appartenance et de communauté et permet de collectiviser leur résilience.

En effet, certaines participantes ont signalé qu'elles sont dans un processus de ***réappropriation de leur identité ethnique et culturelle***. Pour certaines, l'une des façons est de voyager et d'explorer avec les arts, la musique et la nourriture. De plus, fréquenter des lieux culturels leur permet de mieux apprivoiser leur identité de femmes asiatiques, car elles n'ont pas eu cette opportunité durant leur jeunesse. Pour d'autres, ce processus de guérison est plutôt une forme d'auto-analyse de leurs propres actions ayant participé au racisme anti-asiatique. Tout comme la recherche de Houshmand et ses collègues (2014) a montré, les participantes de cette étude ont mentionné que le sentiment d'appartenance à leur groupe ethnique (ici, les Asiatiques) permet d'atténuer une partie de la détresse associée à la discrimination raciale et sexiste vécue. Une autre façon consiste à utiliser l'approche artistique, telle que l'art thérapie, pour procéder à une forme de désintoxication des micro-agressions raciales et sexistes vécues, car l'art permet de s'exprimer et ventiler sur les oppressions vécues. Ceci est également une forme de *self-care* (autosoins).

Finalement, les stratégies de ***collectivisation*** sont une troisième forme de résistance, qui s'expriment par le militantisme antiraciste, l'action citoyenne et les dénonciations des actes performatifs dans le but de rompre l'omerta sur le racisme anti-asiatique. Les participantes ont souligné que le militantisme contre le racisme anti-asiatique est davantage présent au sein des communautés asiatiques. Il vise notamment à dénoncer les micro-agressions et les stéréotypes raciaux vécus. Ainsi, la dénonciation des femmes asiatiques de la fétichisation raciale et des stéréotypes ethnosexuels participe, par le même discours, aux luttes historiques des femmes qui ont montré que « le personnel est politique » (Jones, 2015) afin de mettre en pratique l'*empowerment*. De plus, les visées de changement social par ***les actions citoyennes*** sont davantage portées aujourd'hui par les communautés asiatiques qu'auparavant, selon les participantes. Toutefois, elles croient qu'une meilleure mobilisation pour construire une solidarité entre les différentes communautés asiatiques ainsi qu'avec les personnes d'origine mixtes ou

adoptées est nécessaire. Elles dénoncent cette forme d'élitisme entre les membres des communautés qui leur empêche d'avoir une lutte panasiatique contre le racisme anti-asiatique au Québec.

Pour conclure cette section, les participantes remarquent le phénomène de « performance » au sein des personnes « alliées⁴⁰ » pour contrer le racisme anti-asiatique, également appelé le *performative allyship*. Ce terme signifie un ensemble de mesures prises par l'allié.e pour accroître son capital social personnel plutôt que de s'investir dans un engagement social pour un réel changement (Chen, 2021). Les participantes ont remarqué que les formes de soutien en ligne sur les médias sociaux sont généralement performatives, car la dénonciation est de plus en plus présente. Conséquemment, cesdits allié.e.s désirent être « du bon côté ». Toutefois, les participantes nomment le fait que cette alliance performative peut avoir des effets délétères en créant chez elles de la frustration ou de la démoralisation face au manque d'authenticité. Ce type de comportement est enraciné profondément au sein de la suprématie blanche. Il peut créer des conflits entre les différents groupes racialisés ainsi qu'auprès de la classe dominante de la société, renforçant ainsi les tensions, plutôt que de remédier aux injustices sociales et de dénoncer le racisme.

⁴⁰ Ce terme ne peut provenir d'une autodéclaration, car seules les communautés luttant pour leurs causes peuvent l'offrir. Néanmoins, cela veut dire que la personne lutte pour une cause qui ne l'affecte pas personnellement (Papillon, 2020), donc celle-ci appartient à un groupe dominant ou oppresseur dans lequel elle détient des privilèges comparativement aux membres des groupes marginalisés (Sharma, 2019).

En conclusion : quelques pistes de réflexion pour le travail social

L'objectif de ce mémoire de maîtrise était d'explorer le vécu du racisme genré et de la charge raciale des femmes d'origine asiatique. Il existe, encore à ce jour, un manque flagrant d'études disponibles sur les expériences discriminatoires des femmes d'origine asiatique au Canada, spécifiquement au Québec dans un contexte francophone. L'effacement de leurs expériences au sein de la littérature est, somme toute, à déplorer, car il perpétue le discours selon lequel les communautés asiatiques sont des « minorités modèles » : elles réussissent généralement sur le plan socio-économique, elles sont très instruites et, par conséquent, elles ne sont point discriminées ou ne vivent pas de problème de santé mentale (Cheng et al., 2017; Le et al., 2020; Shih et al., 2019).

Or, toutes les participantes de cette étude ont unanimement exprimé avoir vécu au Québec des expériences de racialisation et d'orientalisation fondées sur des représentations stéréotypées des femmes d'origine asiatique. Les images problématiques qui sont souvent invisibilisées, reposent notamment sur les mythes du péril jaune, de la *Dame de dragon* manipulatrice, de la séduisante et hypersexuelle *poupée chinoise*, de la nounou travaillante et la minorité modèle ayant une intelligence accrue en mathématique. Chacune des participantes a critiqué l'exotisation simultanée qui les altère en tant que personne « exotique », créant ainsi une négociation identitaire continue dans laquelle cette forme de reconfiguration participe au maintien de la hiérarchie sociale et raciale où les communautés asiatiques sont « en dessous » de la classe dominante blanche, mais « au-dessus » d'autres groupes racialisés. Notre étude conclut donc qu'à ce jour, les caractéristiques esthétiques et raciales (provenant des stéréotypes) font l'objet d'une fixation où celles-ci sont perçues comme des « outsiders » de la société québécoise, c'est-à-dire qu'elles maintiennent un statut de seconde classe en tant que subordonnée; un amalgame provenant de la vision occidentale vu que c'est une perception façonnée à travers l'histoire canadienne. De plus, les femmes asiatiques de cette recherche ont souligné que l'orientalisation de leur identité ethnique les insiste à mettre de côté tous les éléments de la culture asiatique afin d'être assimilée davantage à la culture occidentale. On perçoit donc que le rapport dominant-dominé se maintient entre les différentes classes dues à l'institution coloniale qui cultive un système de classification et de domination privilégiant la blancheur, et ce même dans les communautés asiatiques. Ainsi, il est essentiel de reconnaître que les personnes de groupes historiquement marginalisés naviguent constamment dans des identités multiples qui coexistent de manière cohérente (Nadal et al., 2021).

De plus, les femmes asiatiques vivent de la discrimination raciale sexiste et elles sont davantage profilées socialement depuis la pandémie de la COVID-19. Elles ont parlé des tactiques de manipulation (*racial gaslight*) perpétrées envers elles et qui affectent leur santé mentale. Prédisposées par leur conscience accrue de l'invisibilité du racisme anti-asiatique et des stéréotypes ethnosexuels répandus au sein de la société québécoise, les femmes asiatiques doivent naviguer les activités quotidiennes avec un poids supplémentaire, nommé la charge raciale. Ainsi, notre étude a permis de faire progresser la littérature sur les femmes asiatiques en portant une attention sur les stratégies d'adaptation utilisées en réponse aux expériences du racisme genré. En effet, les réponses des femmes asiatiques face à cette charge supplémentaire du racisme genré sont soulignées par des mécanismes de résistance, des stratégies adaptatives individuelles (par exemple, négociation identitaire) et collectives (par exemple, des espaces sûrs non-mixtes) pour un processus de guérison.

Somme toute, les réponses des participantes quant aux représentations sociales de leur identité ethnique ont illustré un processus de construction identitaire qui continue à créer un caractère ethnique distinctif chez les femmes asiatiques. Inévitablement, les fantasmes sexuels racistes ont un impact dans l'espace social et les femmes asiatiques en sont les victimes de premières lignes, car les protagonistes, souvent des personnes blanches, vont les fétichiser sexuellement selon les stéréotypes ethnosexuels existants dans nos sociétés. Notre étude met alors en lumière les inégalités sociales et sociopolitiques dans lesquelles les voix des femmes asiatiques demeurent inaudibles, voire ignorées lors des dénonciations des oppressions vécues. C'est la raison pour laquelle des femmes d'origine asiatique unissent leurs voix pour parler sans tabou du racisme genré et sexuel à leur égard.

Des pistes d'intervention en travail social

À la lumière des résultats de cette recherche, il est important de penser à des pistes d'intervention qui répondent aux besoins des femmes asiatiques au Québec. Il semble incontournable que les travailleurs et travailleuses sociales évitent de distinguer le racisme et le sexisme comme des formes distinctes de discrimination qui affectent les femmes asiatiques, car cela sous-estime le vécu de leurs oppressions et les conséquences négatives sur leur santé mentale. Ainsi, nous croyons qu'il est important d'accroître la sensibilisation quant aux enjeux du racisme genré que vivent les

femmes asiatiques, soit par l'utilisation des approches intersectionnelles et antiracistes dans leur intervention afin de mieux comprendre comment leurs réalités sont influencées en tant que personne racialisée (ainsi qu'orientalisée dans leur cas) et par d'autres facteurs contextuels comme le statut d'immigration, la classe, etc. Il a été reconnu par les participantes que l'intériorisation du racisme genré puisse avoir des conséquences sur leur développement identitaire. Par conséquent, il serait important sur le plan clinique de travailler à réduire, voire prévenir que les femmes asiatiques ne se blâment pas soi-même pour avoir eu des comportements discriminatoires à l'égard de leurs communautés. Ainsi, l'intégration de la justice sociale dans l'approche des travailleurs et travailleuses sociales est nécessaire lorsqu'ils.elles explorent les problèmes d'une femme asiatique. En tenant compte des normes sociales et des valeurs culturelles de celles-ci ainsi qu'en abordant les interactions du pouvoir, du privilège et de l'oppression sur leur santé mentale, cela permet de mieux comprendre les iniquités structurelles et sociétales qui peuvent reproduire des stéréotypes et comment les femmes asiatiques peuvent elles-mêmes internaliser des images et des expériences d'oppression.

Afin de favoriser l'émancipation des femmes asiatiques, des approches d'intervention sont à prioriser. Tout d'abord, il est reconnu dans la littérature que les personnes d'origine asiatique priorisent l'utilisation des groupes d'entraide, spécifiquement en ligne, ce qui les permet d'avoir accès à des services de santé mentale de manière anonyme (Augsberger et al., 2015). En effet, il est nécessaire d'être conscient que les personnes racialisées sont parfois moins enclines à communiquer avec leurs réseaux de soutien au sujet d'altercations racistes et sexistes afin de ne pas leur exposer un traumatisme indirect (Szymanski & Lewis, 2016). De plus, les travailleurs et travailleuses sociales doivent disposer des ressources accessibles pour faciliter le processus de référencement, en s'assurant que ce sont des milieux sécuritaires ayant des approches selon les besoins de la personne (par exemple, pratique anti-oppressive, antiraciste, intersectionnelle, etc.). L'utilisation des livres d'entraide ou de l'auto-développement et des sites internet pour s'informer sur les enjeux de santé mentale sont d'ailleurs à prioriser (Augsberger et al., 2015).

De plus, grâce à l'essence du militantisme pour dénoncer les injustices systémiques, il est nécessaire que les organismes qui militent sur les enjeux de discrimination raciale ou de genre, tels que les milieux féministes, doivent s'efforcer de mieux inclure les femmes asiatiques afin de leur permettre de ressentir de *l'empowerment*. D'ailleurs, en tant que collectivité, la mise en place d'actions pour prévenir les micro-agressions raciales et sexistes en éduquant les auteurs.trices

potentiel.le.s avant même qu'ils.elles n'en commettent est primordiale afin de réduire la charge raciale des femmes asiatiques. En effet, nous devrions plutôt nous efforcer d'empêcher le racisme genré de se produire, plutôt que de remettre le poids mental sur les femmes asiatiques, comme par l'utilisation des stratégies adaptatives ou de régulation ou de l'activisme (Le et al., 2020). Nous croyons que divers établissements, tels que les milieux scolaires et d'emploi, devraient envisager de faciliter des conversations afin que les gens puissent reconnaître les enjeux liés à leur positionnement et nommer les dynamiques du pouvoir racial pour prévenir les micro-agressions (Nakaoka & Ortiz, 2018). En effet, il est reconnu que les mouvements d'activiste antiraciste ont aidé les universitaires à comprendre davantage les identités raciales comme des projets politiques construits plutôt que des simples réflexions personnelles dues aux craintes de la différence (Omi & Winant, 2014). Notre étude démontre que nous ne pouvons pas effacer le concept de race, et donc, nous ne sommes pas dans une société « post-raciale », voire « post-coloniale » (Park, 2020; Zheng, 2016). Notre société est à ce point racialisée qu'être sans identité raciale, c'est risquer de ne pas avoir d'identité (Omi & Winant, 2014). D'ailleurs, pour œuvrer en faveur de la justice sociale et du changement social, nous croyons que dans les espaces de militantisme (antiracistes, féministes, etc.), la mise en œuvre d'une analyse intersectionnelle des identités est nécessaire afin d'outiller et d'affiner la compréhension des relations qui relient les individus aux groupes raciaux (Chun et al., 2013). Enfin, il est impératif de comprendre comment les oppressions s'incrustent et s'articulent autant sur le plan institutionnel que sur le plan individuel. Afin de résoudre ce problème social et d'assurer une meilleure cohésion sociale, il est nécessaire d'avoir des changements institutionnels et culturels qui interrompent les schèmes de violences structurelles à l'égard des communautés asiatiques.

Annexe A : La grille d'entretien semi-dirigé

Titre du projet : *Une domination invisibilisée : l'exploration du vécu des femmes qui subissent du racisme anti-asiatique*

GUIDE D'ENTREVUE DE GROUPE

Introduction de la recherche

- Brève présentation de soi (prénom et fonction) et de l'étude (son but).
- Rappeler à la personne la raison de sa présence et son utilité pour l'étude.
- Faire un survol du déroulement de la séance (durée et contenu) et préciser que c'est l'unique séance.
- Rappeler aux participantes que l'entretien sera enregistré et expliqué et que c'est à des fins de fidélité de transcription de contenues.
- Rappeler l'importance de garder la confidentialité ce qui est dit dans l'entrevue de groupe
- Rappeler qu'une liste de ressources leur sera remise afin d'aider les personnes en cas d'inconfort durant la rencontre.
- Offrir une période de question concernant les informations de la recherche.
- Obtenir le consentement éclairé verbalement des participantes.
- **Valeurs clés pour la création d'un safer space** : ouverture, respect, confidentialité et autres (par les participantes)

ACCUEIL

- Chacun son tour, veuillez vous présenter.
- Que signifie pour vous la catégorie de « femme asiatique »?

LES DISCRIMINATIONS RACIALES ET SEXISTES

- Comment percevez-vous que les gens perçoivent les femmes asiatiques?
- Quels stéréotypes croyez-vous que les femmes asiatiques subissent au Québec?
- Les femmes d'origine asiatique peuvent vivre des expériences dans lesquelles les discriminations peuvent être subtiles ou encore se faire invalider. En pensant à vos propres expériences personnelles, pourriez-vous décrire une situation dans laquelle vous avez vécu du racisme et du sexisme?

LES EFFETS RESSENTIS

- Face aux situations de discrimination dont vous nous avez partagés, quelles sont les répercussions que cela a eues par la suite sur vos comportements dans la vie quotidienne?
- Comment cela a un impact sur votre santé mentale lorsque vous êtes confrontés à être stéréotypés, ou de vivre du racisme et/ou du sexisme?

STRATÉGIES POUR CONTRER LE RACISME GENRÉ

- Quelles sont les actions que vous utilisez lorsque vous êtes confrontées à une situation raciste et sexiste?
- De quelles manières avez-vous géré ces expériences en général?

FERMETURE/AUTRE

- Désirez-vous aborder un autre sujet ou ajouter autre chose?

Annexe B : Le certificat d'éthique

| | | | |
|--|---|--|--|
| Université d'Ottawa Bureau d'éthique et d'intégrité de la recherche | | University of Ottawa Office of Research Ethics and Integrity | |
| | | 28/02/2021 | |
| CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE CERTIFICATE OF ETHICS APPROVAL | | | |
| Numéro du dossier / Ethics File Number | | S-01-21-6341 | |
| Titre du projet / Project Title | | Une domination invisibilisé : l'exploration du vécu des femmes asiatiques qui subissent du racisme anti-asiatique | |
| Type de projet / Project Type | | Mémoire de maîtrise / Master's major research paper | |
| Statut du projet / Project Status | | Approuvé / Approved | |
| Date d'approbation (jj/mm/aaaa) / Approval Date (dd/mm/yyyy) | | 28/02/2021 | |
| Date d'expiration (jj/mm/aaaa) / Expiry Date (dd/mm/yyyy) | | 27/02/2022 | |
| Équipe de recherche / Research Team | | | |
| Chercheur / Researcher | Affiliation | Role | |
| Julie TRAN | École de service social / School of Social Work | Chercheur Principal / Principal Investigator | |
| Dahlia NAMIAN | École de service social / School of Social Work | Superviseur / Supervisor | |
| Conditions spéciales ou commentaires / Special conditions or comments | | | |
| | | | |
| 550, rue Cumberland, pièce 154 550 Cumberland Street, Room 154 Ottawa (Ontario) K1N 6N5 Canada Ottawa, Ontario K1N 6N5 Canada | | | |
| 613-562-5387 • 613-562-5338 • ethique@uOttawa.ca / ethics@uOttawa.ca www.recherche.uottawa.ca/deontologie www.recherche.uottawa.ca/ethics | | | |

Annexe C : Les affiches de recrutement

Sur Facebook :



Participant^{es} recherchées
Dans le cadre d'une recherche de maîtrise en service social à l'Université d'Ottawa, sous la direction de Dahlia Namian (Ph.D)

**Une domination invisibilisée :
l'exploration du vécu des femmes qui
subissent du racisme anti-asiatique**

En quoi ça consiste?
Faire une entrevue de groupe en ligne (Zoom) entre 4 à 7 personnes, de 60 à 90 minutes en mars 2021, sur les sujets suivants:

- Votre vécu face au sexisme et racisme en tant que femme asiatique
- Les conséquences des discriminations raciales et sexuelles sur votre vie quotidienne
- Vos stratégies pour contrer et prévenir face au racisme genre
- Votre perception sur les besoins des femmes asiatiques pour les services en santé mentale
- Votre opinion sur les barrières d'accès aux services d'aide en santé mentale

Critères d'admissibilité:

- S'identifier comme femme asiatique
- Être âgée de plus de 18 ans
- Résider dans la province du Québec
- Être en mesure de lire et communiquer en français
- Avoir vécu et reconnaître le racisme et le sexisme dans la dernière année

 Une compensation financière de 25\$ en carte cadeau Amazon est offerte pour votre participation

 Participation volontaire et confidentielle
Le safe space sera priorisé dans cette échange grâce à des principes clés.

**Vous êtes intéressée à participer ou vous avez d'autres questions?
Contactez:**

Julie Tran
Candidate à la maîtrise en service social
Courriel : jtran036@uottawa.ca

 Cette étude a reçu l'approbation du Bureau d'éthique et d'intégrité de la recherche de l'Université d'Ottawa (certificat : S-01-21-6341).

Sur Instagram :





Dans le cadre d'une recherche de Julie Tran, candidate à la maîtrise en service social à l'Université d'Ottawa, sous la direction de Dahlia Namian (Ph.D)

Participant^{es} recherché^{es}

Pour la recherche:

Une domination invisibilisée : l'exploration du vécu des femmes qui subissent du racisme anti-asiatique



Informations

DÉROULEMENT : EN QUOI ÇA CONSISTE ?

- Faire une entrevue de groupe en ligne (vidéoconférence) entre 4 à 7 personnes
- Durée : 60 à 90 minutes
- En mars 2021

POUR PARTICIPER

CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ

- S'identifier comme femme asiatique
- Être âgée de plus de 18 ans
- Résider dans la province du Québec
- Être en mesure de lire et communiquer en français
- Avoir vécu et reconnaître le racisme et le sexisme dans la dernière année

SUJETS DISCUTÉS POUR LA RECHERCHE

- Votre vécu face au sexisme et racisme en tant que femme asiatique
- Les conséquences des discriminations raciales et sexuelles sur votre vie quotidienne
- Vos stratégies pour contrer et prévenir face au racisme genre
- Votre perception sur les besoins des femmes asiatiques pour les services en santé mentale
- Votre opinion sur les barrières d'accès aux services d'aide en santé mentale

COMPENSATION FINANCIÈRE

- Une carte cadeau de 25\$ chez Amazon est offerte pour votre participation

ENGAGEMENT

- Participation volontaire et confidentielle
- Le safe space sera priorisé dans cette échange grâce à des principes clés.

INTÉRESSÉE? VEUILLEZ S.V.P. CONTACTER :

Julie Tran

Candidate à la maîtrise en service social
Courriel : jtran036@uottawa.ca



 Cette étude a reçu l'approbation du Bureau d'éthique et d'intégrité de la recherche de l'Université d'Ottawa (certificat : S-01-21-6541).

Annexe D : La lettre d'invitation

Montréal, 28 février 2021

Objet : Lettre d'invitation pour un projet de recherche

Bonjour,

Je m'appelle Julie Tran. Je suis une femme cisgenre d'origine vietnamienne et je suis étudiante de maîtrise en service social à l'Université d'Ottawa.

J'aimerais vous inviter à participer à un projet de recherche qui étudie sur le vécu des femmes asiatiques lorsqu'elles sont confrontées à des discriminations sexistes et racistes. Plus précisément, l'objectif de cette recherche tente de comprendre la charge raciale, de ses formes et de ses impacts sur les femmes asiatiques. De plus, il s'agira de mieux comprendre les barrières d'accès aux services d'aide en santé mentale.

Actuellement, aucune étude francophone ne s'est penchée de manière systématique sur le mécanisme de profilage racial et social qui touchent la diaspora asiatique au Québec. Pourtant, les Asiatiques constituent la plus grande population minoritaire racialisée au Canada. Cette recherche tente donc de combler ce manque de données empiriques.

Je recherche des participantes qui aimeraient participer à un groupe de discussion qui se déroulera en ligne au mois de Mars 2021. Les participantes sélectionnées pour le groupe de discussion seront choisies sur la base du premier arrivé, premier servi. Pour participer, il faut répondre aux critères suivants :

- S'identifier comme une femme appartenant à la communauté asiatique;
- Être âgée plus de 18 ans;
- Être en mesure de lire et communiquer en français;
- Résider dans la province de Québec;
- Avoir vécu et reconnaître le racisme et le sexisme dans la dernière année (douze derniers mois).

En tant que participante à la discussion de groupe, il vous sera demandé de partager vos points de vue sur les thèmes suivants en tant que personne d'origine asiatique : les discriminations raciales et sexistes vécues, les stratégies utilisées pour contrer ces situations et l'accessibilité aux accès de service en santé mentale. Cette discussion aura une durée de 60 à 90 minutes et un questionnaire devra être rempli. Une carte cadeau de 25\$ chez Amazon vous sera remis afin de remercier à votre participation. D'ailleurs, des notes seront prises et le groupe de discussion sera enregistré sur Zoom à des fins d'analyse. Il vous sera demandé de maintenir la fonction vidéo sur Zoom au début de la rencontre afin d'assurer que cette espace soit sécuritaire et que la discussion soit entre femmes d'origine asiatique. Si vous sentez un malaise durant la discussion, il sera possible que vous fermiez votre caméra si vous le désirez.

Cette étude a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université d'Ottawa (S-01-21-6341). Si vous avez des questions au sujet de cette recherche, veuillez envoyer un courriel à jtran036@uottawa.ca.

Chercheuse principale
Julie Tran
Candidate à la maîtrise en service social
Université d'Ottawa

Directrice de mémoire
Dahlia Namian, Ph.D
Professeure agrégée à l'École de service social
Université d'Ottawa

Annexe E : Le formulaire de consentement



Formulaire de consentement Entrevue de groupe

Titre du projet : *Une domination invisibilisée : l'exploration du vécu des femmes qui subissent du racisme anti-asiatique*

Chercheuse principale : *Julie Tran
École de service social
Faculté des sciences sociales
Université d'Ottawa*

Directrice de mémoire : *Dahlia Naman
École de service social
Faculté des sciences sociales
Université d'Ottawa
(613) 562-5800 poste 4101*

Invitation à participer :

Je suis invitée à participer à la recherche nommée ci-haut qui est menée par Julie Tran, supervisée par Dahlia Namian (Ph.D) dans le cadre de son projet de mémoire de maîtrise à l'École de service social de l'Université d'Ottawa.

But de l'étude :

Le but de l'étude est à approfondir ce qu'est le racisme anti-asiatique et le sexisme que les femmes d'origine asiatique subissent au quotidien ainsi que les répercussions sur le plan psychologique et émotionnel. L'étude tentera également de mieux comprendre les barrières d'accès aux services d'aide en santé mentale pour les personnes asiatiques.

Participation :

Ma participation consistera essentiellement à participer à un groupe de discussion de groupe en ligne. Je partagerai mes réflexions liées à mon vécu en tant que femme asiatique lorsque je suis confrontée à au moins une situation raciste et sexiste, y compris mes stratégies pour les contrer et les barrières dont j'ai pu observer lorsqu'il est temps de rechercher des services d'aide en santé mentale.

Le groupe de discussion aura lieu en ligne en mars 2021 et durera environ 60 à 90 minutes. Le groupe de discussion sera enregistré sur Zoom et des notes seront prises à des fins d'analyse pour la recherche. À la suite de la rencontre, je devrai remplir et renvoyer à la chercheuse principale un questionnaire qui me sera envoyé par courriel afin d'obtenir mes données socio-démographiques.

Il est possible que je sois invitée à participer dans une entrevue individuelle par vidéoconférence avec la chercheuse principale afin d'approfondir mes opinions sur les thèmes qui ont été discutés durant la rencontre de groupe. Je suis consciente que cette entrevue individuelle est sur une base volontaire. Un courriel d'invitation sera envoyé par courriel afin d'obtenir mon intérêt d'y participer si je l'ai mentionné dans ce formulaire de consentement.

Je serai également invitée pour une deuxième rencontre en ligne avec la chercheuse principale et les autres participantes au mois de mai 2021. Dans cette rencontre, la chercheuse principale présentera des thèmes ressortis (résultats préliminaires) lors de la dernière rencontre. J'aurai la chance de commenter sur les données présentées, les valider ou les invalider, ce qui me permettra de prendre part dans le processus de la recherche. Je suis consciente que cette rencontre est optionnelle et celle-ci sera également enregistrée sur Zoom et des notes seront prises à des fins d'analyse pour la recherche. L'enregistrement de la deuxième rencontre optionnelle servira à titre d'aide-mémoire pour la chercheuse et aucune citation ne sera utilisée pour le projet de recherche. Mon intérêt à y participer sera indiqué à la fin du formulaire de consentement dans la section indiquée afin que la chercheuse principale me contacte pour m'informer la date, l'heure et le lien Zoom de cette rencontre de groupe en ligne.

Risques :

Je comprends qu'il n'y a aucun risque particulier à participer à ce projet. Il est cependant possible que j'éprouve un inconfort émotionnel lié à certaines questions posées lors de l'entrevue de groupe. Il est aussi possible que je sois témoin d'un témoignage d'une autre participante racontant son expérience personnelle liée à des discriminations raciales et sexistes. Si une telle situation se présente, j'aurais la possibilité de prendre une pause au cours de la rencontre, de ne pas répondre à certaines questions, ou bien de mettre fin à ma participation. Il est aussi possible que je sois en désaccord avec des propos d'une participante et vice-versa et cela m'amène un malaise.

J'ai reçu l'assurance de la chercheuse principale que tout se fait en vue de minimiser ces risques grâce à des principes mentionnés au début de la rencontre afin d'assurer un espace de partage sécuritaire. La chercheuse principale mettra des principes au départ pour assurer cet espace positif dans lesquelles il est encouragé de : parler de ses propres expériences vécues, d'être attentive et respectueuse des autres et du temps, de regarder les autres sans jugement et de ne pas essayer de changer les autres avec des idées ou des opinions différentes. De plus, à la fin de la séance, la chercheuse me fournira une liste de ressources d'aide sur le plan psychologique et émotionnel.

Bienfaits :

Ma participation à cette recherche présente une occasion pour m'exprimer sur le sujet. Je contribuerais à l'avancement des connaissances au sujet des effets du racisme anti-asiatique et les répercussions de celui-ci, ce qui pourra permettre le développement de services et d'intervention pouvant aider les personnes des communautés asiatiques. Les données recueillies serviront à rédiger le projet de recherche, à publier des articles scientifiques et à diffuser lors des colloques.

Confidentialité et anonymat :

J'ai l'assurance de la chercheuse principale que la confidentialité est un aspect primordial dans son projet de recherche. En ce sens, plusieurs mesures seront utilisées dans cette étude pour garantir le respect des informations confidentielles. Durant la recherche, un code de confidentialité me sera attribué et les données nominales (noms, âge, etc.) susceptibles de m'identifier seront remplacées. De plus, toutes les informations pouvant m'identifier seront retirées de l'entretien dès l'étape de la transcription. Seules la chercheuse principale et sa directrice de mémoire auront accès à mes informations personnelles. Lors de la diffusion des résultats de ce projet de recherche, mon nom ou toutes autres informations susceptibles de m'identifier ne seront pas divulgués lors de la diffusion des résultats. Un pseudonyme me sera offert afin de garder mon anonymat. Puis, les témoignages très singuliers permettent mon identification ne seront pas utilisés dans les publications.

Je suis toutefois consciente que l'anonymat de ma participation à cette recherche ne pourra pas être totalement garanti, car la chercheuse principale ne pourra pas avoir un contrôle ce qui peut être diffusé par les autres personnes présentes lors de la rencontre de groupe. Cependant, la chercheuse principale s'engage à mettre des balises en place en présentant des principes durant l'accueil afin de sensibiliser tout le monde sur cet enjeu de confidentialité. Les résultats de la recherche seront utilisés de la manière suivante : présentations lors de colloques ou des conférences, la publication d'articles scientifiques publiés dans diverses revues scientifiques et pour l'élaboration de plans d'action.

Conservation des données :

Les données recueillies seront enregistrées à l'aide d'un enregistreur audio numérique et/ou avec le logiciel Zoom lors de la rencontre de groupe. L'enregistrement servira seulement pour la retranscription intégrale de la rencontre et pour analyser ce qui a été discuté. Les seules personnes qui auront accès à mes informations personnelles seront la chercheuse principale et sa directrice de mémoire. Les données recueillies, les formulaires de consentement, les enregistrements, les grilles d'entrevue et les notes seront conservés dans un classeur verrouillé. Les enregistrements des entrevues, ainsi que tous les autres documents numériques contenant des données personnelles, seront placés dans un dossier numérique d'un ordinateur personnel, lequel sera verrouillé par mot de passe. Seulement la chercheuse principale aura accès à mes informations personnelles. Les enregistrements utilisés lors des rencontres seront ensuite supprimés des appareils utilisés par la chercheuse principale.

Après la fin de la recherche, l'intégralité du matériel issu de cette recherche sera supprimée, dans un délai de cinq (5) ans suivant la fin de l'étude.

Compensation :

Afin de remercier de ma participation, une carte cadeau de 25 \$ chez Amazon sera envoyée par courriel dont j'ai fourni dans ce formulaire de consentement. Je recevrai cette carte cadeau même si je choisis de retirer ma participation à tout moment et peu importe la raison.

Participation volontaire :

Ma participation à la recherche est volontaire et je suis libre de me retirer en tout temps, et/ou refuser de répondre à certaines questions, sans subir de conséquences négatives. Si je décide de me retirer du projet, je n'ai qu'à aviser la chercheuse principale verbalement.

Si je choisis de me retirer de l'étude, les données recueillies jusqu'à ce moment seront conservées malgré tout, car il est difficile de retirer des réponses individuelles. Je suis donc consciente qu'il n'est pas possible de retirer complètement les réponses individuelles une fois que la rencontre de groupe de discussion est terminée, car le cœur des données est dans la dynamique du groupe et les échanges faits entre les autres participantes.

Acceptation : Je _____ (nom de la participante), accepte de participer à cette recherche menée par la chercheuse principale Julie Tan, candidate à la maîtrise en service social à l'Université d'Ottawa, dans laquelle elle est supervisée par Dahlia Namian, professeure agrégée de l'École de service social de la Faculté des sciences sociales de l'Université d'Ottawa.

J'atteste avoir lu le présent document et compris les informations le constituant. Mes questions ont été répondues par la chercheuse et j'ai eu suffisamment de temps pour lire ce document. Je comprends que je peux me retirer en tout temps de l'étude sans préjudice ou risque associé. Je certifie qu'on m'a laissé le temps voulu pour prendre ma décision.

Pour tout renseignement additionnel concernant cette étude, je peux communiquer avec la chercheuse principale ou sa directrice de mémoire.

Pour tout renseignement sur les aspects éthiques de cette recherche, je peux m'adresser au Responsable de l'éthique en recherche, Université d'Ottawa, Pavillon Tabaret, 550, rue Cumberland, pièce 154, (613) 562-5387 ou ethics@uottawa.ca.

Il y a deux copies du formulaire de consentement, dont une copie sera conservée par la chercheuse principale et l'autre par la participante.

Signature du participant : _____ Date : _____

Signature de la chercheuse principale : _____ Date : _____



VERSION ÉLECTRONIQUE DU RAPPORT DE RECHERCHE FINAL

Veillez indiquer votre adresse électronique si vous souhaitez recevoir un résumé des résultats de la recherche. Les résultats devraient être disponibles en Septembre 2021.

Courriel : _____

Êtes-vous intéressé à participer à la deuxième rencontre de groupe en ligne (optionnelle) au mois de mai 2021 pour discuter des résultats préliminaires de la recherche, présentés par la chercheuse principale? (SOULIGNER)

Oui Non

Pour les personnes qui sont intéressées à participer à cette deuxième rencontre de groupe, un courriel vous sera envoyé au courant du mois de mai 2021 afin de confirmer la date, l'heure et le lien Zoom de cette rencontre.

Êtes-vous intéressé à participer à une entrevue individuelle (optionnelle) avec la chercheuse principale Julie Tran au mois d'avril 2021 pour approfondir sur les thèmes discutés dans la rencontre de groupe? (SOULIGNER)

Oui Non

Pour les personnes qui sont intéressées à participer à cette entrevue individuelle, la chercheuse principale vous contactera au courant du mois de mars 2021 afin de confirmer votre participation pour la deuxième partie du projet.

Annexe F : Le questionnaire sociodémographique



Titre du projet : *Une domination invisibilisée : l'exploration du vécu des femmes qui subissent du racisme anti-asiatique*

Questionnaire Sociodémographique

1. Âge

a) Quel âge avez-vous ? _____

2. Lieu d'habitation

a) Où est votre lieu de naissance?

Si vous êtes née hors-Canada, quelle année êtes-vous arrivée pour résider dans la province du Québec?

b) Quelle ville habitez-vous présentement?

3. Groupe d'appartenance

a) À quelle(s) groupe(s) ethnique(s)/racisée(s) vous identifiez-vous ? (ex : Quelle communauté asiatique?)

b) Comment identifiez-vous en tant que femme d'origine asiatique?

| | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | Première génération de famille immigrante |
| <input type="checkbox"/> | Deuxième génération de famille immigrante |
| <input type="checkbox"/> | Mixte (parents n'ayant pas les mêmes origines ethniques) |
| <input type="checkbox"/> | Adopté.e |
| <input type="checkbox"/> | Je ne préfère ne pas répondre |
| <input type="checkbox"/> | Autre, précisez : |

4. Identité de genre

a) À quel genre vous identifiez-vous ?

| | |
|--|----------------------------|
| | Femme cisgenre |
| | Femme transgenre |
| | Autre(s), spécifiez : |
| | Je préfère ne pas répondre |

5. Statut professionnel

a) Quel est votre statut professionnel ? (p. ex., : emploi temps plein/partiel, étudiant, chômeur, invalidité, parent au foyer, etc.)

| | |
|--|----------------------|
| | Emploi temps plein |
| | Emploi temps partiel |
| | Étudiant(e) |
| | Chômage |
| | Invalidité |
| | Autre, précisez : |

6. Activisme

a) Considérez-vous comme étant une militante pour une cause qui vous tient à cœur?

| | |
|--|----------------------------|
| | Oui |
| | Non |
| | Autre(s), spécifiez : |
| | Je préfère ne pas répondre |

Si oui, pour quelle(s) cause(s)?

Annexe G : Grille d'analyse thématique

| 1. Expérience de racisme | 2. Impacts sur la santé mentale | 3. Mécanisme de résilience |
|--|--|---|
| <p>1.1 Processus de racialisation</p> <p>1.1.1 Identité liée avec la culture des parents</p> <p>1.1.2 Racialisation par les autres</p> <p>2.1.2.1 Homogénéisation des communautés asiatiques</p> <p>1.2 Orientalisation des femmes asiatiques</p> <p>1.2.1 Se basé sur les traits physiques; image créée par les autres</p> <p>1.2.2 Être toutes des Chinoises</p> <p>1.2.2.1 Ne pas être une réelle Québécoise</p> <p>1.2.2.2 Fantôme de l'Orient</p> <p>1.2.2.3 Sexualisation de leur corps</p> <p>1.2.3 Être interchangeable</p> <p>1.2.3.1 Lien de parenté automatique</p> <p>1.2.4 Discrimination des yeux « bridés »</p> <p>1.3 Stéréotypes raciaux</p> <p>1.3.1 Étranger perpétuel</p> <p>1.3.1.1 Menace péril jaune</p> <p>1.3.1.1.1 Envahir par le corps reproductif</p> <p>1.3.1.2 Être des touristes</p> <p>1.3.1.2.1 Méconnaissance de la langue française</p> <p>1.3.1.3 Parler « asiatique »</p> <p>1.3.1.3.1 Expression discriminatoire</p> <p>1.3.1.4 Manger des aliments « exotiques »</p> <p>1.3.2 Minorité modèle</p> <p>1.3.2.1 Minorité modèle sexuelle</p> <p>1.3.2.1.1 Infantilisation</p> <p>1.3.2.2 Excellence en mathématique</p> <p>1.3.3 La nounou</p> <p>1.3.3.1 Conjointe non-légitime</p> <p>1.4 Fétichisation raciale</p> <p>1.4.1 Exotisation hypersexuelle</p> <p>1.4.1.1 Lors de la recherche d'un.e partenaire</p> <p>1.4.1.2 Expérimentation sexuelle</p> <p>1.4.2 Objectivisation</p> <p>1.4.3 Docilité</p> <p>1.4.4 Corps mince</p> <p>1.4.5 Poupée sexuelle hypersexualisante</p> <p>1.4.6 Image de prostituée</p> <p>1.5 Discrimination basée sur le phénotype</p> <p>1.5.1 Profilage racial</p> <p>1.5.2 Insultes durant l'enfance</p> <p>1.5.2.1 Intimidation du prénom</p> <p>1.5.3 Être une race inférieure</p> <p>1.6 Gaslight race</p> <p>1.6.1 Minimisation</p> <p>1.6.1.1 Nier les réalités</p> <p>1.6.1.2 Masquer sous les blagues</p> <p>1.6.2 Contrôler le narratif des femmes asiatiques</p> <p>1.6.2.1 Imposer les idées</p> <p>1.6.2.2 Recommandations/opinions non sollicitées</p> <p>1.6.3 Défense non-légitime</p> <p>1.6.4 Aucune responsabilité de l'agresseur</p> <p>1.6.4.1 Négociation pour ne pas brusquer</p> <p>1.6.4.2 <i>Asian-shield</i></p> <p>1.6.4.3 L'intention</p> | <p>2.1 Intériorisé le racisme anti-asiatique</p> <p>2.1.1 Honte</p> <p>2.1.1.1 Se détacher de l'identité asiatique</p> <p>2.1.2 Manque d'amour-propre</p> <p>2.1.2.1 Création d'une tension identitaire</p> <p>2.1.2.2 Se sentir moins désirable</p> <p>2.1.3 Se détacher de la culture asiatique</p> <p>2.1.3.1 Changer des traits physiques</p> <p>2.1.3.2 Dissociation de l'entourage asiatique</p> <p>2.1.3.3 Sélectionner l'identité avantageux</p> <p>2.1.4 Questionner sa désirabilité</p> <p>2.1.5 Participer au racisme anti-asiatique</p> <p>2.1.5.1 Perpétuer les stéréotypes raciaux</p> <p>2.2 Questionnement auto-validité</p> <p>2.2.1 Tokénisme</p> <p>2.2.2 Questionner sa validité personnelle</p> <p>2.3 Charge raciale</p> <p>2.3.1 Charge émotionnelle</p> <p>2.3.1.1 Conscientisation du poids mental</p> <p>2.3.1.1.1 Épuisement</p> <p>2.3.2 Appréhension des actes racistes</p> <p>2.3.2.1 Plus violent</p> <p>2.3.2.2 Peur pour sa sécurité</p> <p>2.3.2.2.1 Être sur la défensive</p> <p>2.3.2.3 Peur d'un crime haineux</p> <p>2.3.2.4 Craintes pour membres de la famille</p> <p>2.3.3 Auto-prévention</p> <p>2.3.3.1 Être en alerte</p> <p>2.3.3.2 Agir pour prévenir le racisme</p> <p>2.3.3.2.1 Mettre un masque pour se cacher</p> <p>2.3.3.3 Maintenir le silence</p> <p>2.3.3.4 Pas de pause au travail</p> <p>2.3.4 Se comporter pour diminuer les représailles</p> <p>2.3.4.1 Rapport de pouvoir</p> <p>2.3.4.2 Quitter le lieu</p> <p>2.3.4.3 Laisser le karma</p> <p>2.3.4.4 Ignorer</p> <p>2.3.4.5 Figer dû à la peur/frustration</p> <p>2.3.4.6 Contrôle de son environnement</p> <p>2.3.4.7 Arrêt des activités</p> <p>2.3.5 Maintient le confort de la personne blanche</p> <p>2.3.5.1 Responsabilisation de la victime</p> <p>2.3.5.1.1 Représenter les Asiatiques positivement</p> <p>2.3.5.1.2 Négocier la communication</p> <p>2.3.5.1.2 Double victimisation</p> <p>2.3.5.2 Devoir éduquer</p> <p>2.3.5.2.1 Réconforter</p> <p>2.3.5.2.2 Protéger les membres de la famille</p> <p>2.3.5.2.3 Faire le premier pas</p> | <p>3.1 Résistance</p> <p>3.1.1 Respecter ses limites personnelles</p> <p>3.1.1.1 Ignorer les situations</p> <p>3.1.2 Affirmation de soi</p> <p>3.1.2.1 Valorisation de soi</p> <p>3.1.3 Contre argumenter</p> <p>3.1.3.1 Éduquer la personne</p> <p>3.1.3.2 Lancer des injures</p> <p>3.1.3.3 Répliquer aux insultes</p> <p>3.2 Contrôle du narratif</p> <p>3.2.1 Réappropriation du narratif</p> <p>3.2.1.1 Positionnement politique</p> <p>3.2.1.2 Dénonciation publique</p> <p>3.2.2 Refus d'adhérer aux perceptions racistes</p> <p>3.2.2.1 Parler en français pour affirmer son identité</p> <p>3.2.2.2 Contester les standards de beauté</p> <p>3.2.3 Déconstruire les stéréotypes</p> <p>3.2.3.1 Manger des chiens pour survivre</p> <p>3.2.3.2 Le langage universel des mathématiques</p> <p>3.3 Processus de guérison</p> <p>3.3.1 Centré sur le trauma racial</p> <p>3.3.1.1 Approche artistique</p> <p>3.3.1.2 Auto-analyse des impacts sur soi</p> <p>3.3.2 Réappropriation identitaire</p> <p>3.3.2.1 Découverte artistique</p> <p>3.3.2.2 Environnement culturel</p> <p>3.3.3 Espace non-mixte</p> <p>3.3.3.1 S'entourer de personnes racisées</p> <p>3.3.3.2 Mettre des mots sur son vécu</p> <p>3.4 Militantisme antiraciste</p> <p>3.4.1 Action citoyenne-militante</p> <p>3.4.1.1 Réseaux sociaux</p> <p>3.4.1.2 Manifestation</p> <p>3.4.2 Éveil social</p> <p>3.4.2.1 S'unir entre communautés asiatiques</p> <p>3.4.2.2 Discussion des conflits inter-ethnique</p> <p>3.4.2.2.1 Légitimité des personnes mixtes</p> <p>3.5 Dénonciation des « alliés »</p> <p>3.5.1 Peu de mobilisation pour StopAsianHate</p> <p>3.5.1.1 Éviter de hiérarchiser le racisme</p> <p>3.5.2 Performativité</p> |

Bibliographie

- Ait Ben Lmadani, F., & Moujoud, N. (2012). Peut-on faire de l'intersectionnalité sans les ex-colonisé-e-s ? *Mouvements*, 72(4), 11-21. <https://doi.org/10.3917/mouv.072.0011>
- Almeida, J. (2019). *Le colorisme : Une discrimination née de l'esclavage et taboue dans les communautés noires*. <http://neoquebec.com/actualites/le-colorisme-une-discrimination-nee-de-lesclavage-et-taboue-dans-les-communautes-noires-part-1/>
- Andersen, M. L., & Collins, P. H. (2007). *Race, Class, and Gender : An Anthology* (6th edition). Thompson Wadsworth.
- Ang, I. (2001). *On not speaking chinese : Living between Asia and the West*. (1^{re} éd.). London: Routledge.
- Annuaire du Canada. (2011). *Adoptions internationales* (no 11-402-X; Chapitre 12 : Enfants et jeunes, p. 178-191). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-402-x/2012000/pdf/children-enfants-fra.pdf>
- Arisaka, Y. (2000). Asian Women : Invisibility, Locations, and Claims to Philosophy. Dans N. Zack, *Women of Color and Philosophy : A Critical Reader* (p. 219-223). New York: Blackwell.
- Ashmore, R. D., & DelBoca, F. K. (1981). Conceptual approaches to stereotypes and stereotyping. Dans D. L. Hamilton, *Cognitive processes in stereotyping and intergroup behavior* (p. 1-35). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Assalone, A. E., & Fann, A. (2017). Understanding the influence of model minority stereotypes on asian american community college students, community college. *Journal of Research and Practice*, 41(7), 422-435. <https://doi.org/Berth10.1080/10668926.2016.1195305>
- Atkin, A. L., Yoo, H. C., Jager, J., & Yeh, C. J. (2018). Internalization of the model minority myth, school racial composition, and psychological distress among Asian American adolescents. *Asian American Journal of Psychology*, 9(2), 108-116. <https://doi.org/10.1037/aap0000096>
- Augsberger, A., Yeung, A., Dougher, M., & Hahm, H. C. (2015). Factors influencing the underutilization of mental health services among Asian American women with a history of depression and suicide. *BMC health services research*, 15(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12913-015-1191-7>
- Barbour, R. (2008). *Doing focus groups*. Sage.
- Baribeau, C., & Germain, M. (2010). L'entretien de groupe : Considérations théoriques et méthodologiques. *Recherches qualitatives*, 29(1), 22.
- Barlow, J. (2013). VOICI LES NOUVEAUX SINO-QUÉBÉCOIS. *L'Actualité*. <https://lactualite.com/societe/voici-les-nouveaux-sino-quebecois/>

- Beauchesne, L. (2006). *Les drogues : Les coûts cachés de la prohibition*. Bayard Canada.
- Benhadjoudja, L. (2015). De la recherche sur les féminismes musulmans enjeux de racisation et de positionnement. Dans N. Hamrouni & C. Maillé, *Le sujet du féminisme est-il blanc? : Femmes racisées et recherche féminisme*. Les Éditions du Remue-ménage.
- Benoit, L., Harf, A., Skandrani, S., & Moro, M. R. (2015). Adoption internationale : Le point de vue des adoptés sur leurs appartenances culturelles. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 63(6), 413-421. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2015.04.008>
- Berenstain, N. (2020). White Feminist Gaslighting. *Hypatia*, 35(4), 733-758.
- Berg, B. L., & Lune, H. (2012). *Qualitative Research Methods for the Social Sciences* (8th Edition). Pearson.
- Bernier, J. (2020, 17 mars). Des Asiatiques victimes de racisme. *Le Journal de Québec*. <https://www.journaldequebec.com/2020/03/17/des-asiatiques-victimes-de-racisme>
- Berthelot-Raffard, A. (2018). L'inclusion du Black feminism dans la philosophie politique : Une approche féministe de la décolonisation des savoirs. *Recherches féministes*, 31(2), 107-124. <https://doi.org/10.7202/1056244ar>
- Bessone, M., & Sabbagh, D. (2015). *Race, racisme, discriminations*. Paris, France: HERMANN.
- Bharat, S. (2006). Dans *Haut-Commissariat des Nations Unies aux droits de l'homme (HCDH) et par l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO), Les dimensions du racisme* (pp. 93-111). http://documentation.codap.org/OHCHR/doc%20thematique/2006_fr_dimensionsracism.pdf#page=99
- Bilge, S., & Fortier, M. (2017). La racialisation. *Ligue des droits et libertés*. <https://liguedesdroits.ca/la-racialisation/>
- Bilge, S., & Roy, O. (2010). La discrimination intersectionnelle : La naissance et le développement d'un concept et les paradoxes de sa mise en application en droit antidiscriminatoire. *Canadian journal of law and society*, 25(1), 51-74. <https://doi.org/10.1017/S0829320100010218>
- Bonilla-Silva, E. (1997). Rethinking Racism : Toward a Structural Interpretation. *American Sociological Review*, 62(3), 465-480. <https://doi.org/10.2307/2657316>
- Bordeleau, J.-L. (2021, février 8). Un racisme plus violent depuis le début de la pandémie, selon la communauté asiatique du Québec. *Le Devoir*. <https://www.ledevoir.com/societe/591063/quebec-un-racisme-plus-violent-depuis-le-debut-de-la-pandemie-selon-la-communaute-asiatique-du-quebec>
- Brady, J. L., Kaya, A., Iwamoto, D., Park, A., Fox, L., & Moorhead, M. (2017). Asian American women's body image experiences : A qualitative intersectionality study. *Psychology of Women Quarterly*, 41(4), 479-496. <https://doi.org/10.1177/0361684317725311>

- Brainerd, C. J., & Reyna, V. F. (2002). Fuzzy-trace theory and false memory. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 164-169.
- Buchanan, N. T., Settles, I. H., Wu, I. H. C., & Hayashino, D. S. (2018). Sexual harassment, racial harassment, and well-being among Asian American women : An intersectional approach. *Women & Therapy*, 41(3-4), 261-280. <https://doi.org/10.1080/02703149.2018.1425030>
- Carpentier, M., & Fiset, C. (2011). *La discrimination systémique à l'égard des travailleuses et travailleurs migrants* (Cat. 2.120-7.29; p. 94). Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ). https://www.cdpedj.gc.ca/storage/app/media/publications/Avis_travailleurs_immigrants.pdf
- Centre international de solidarité ouvrière. (s.d.). *Les travailleuses domestiques ont des droits!* https://www.ciso.qc.ca/wordpress/wp-content/uploads/Fiche-Can-Qc-8.5x-11_4-pages.pdf
- Chan, W., & Chunn, D. (2014). *Racialization, crime, and criminal justice in Canada*. University of Toronto Press.
- Chang, R. (2000). "I love asian women." *Frontiers*, 21, 1-2.
- Chang, R., & Morris, S. L. (2015). "You speak good english" : Stereotyping of the perpetual foreigner. Dans N. D. Hartlep, *Modern Societal Impacts of the Model Minority Stereotype* (Edit., p. 1-34). United States: IGI Global.
- Chen, T. (2021). *Ancestral Healing Supports Anti-Racist Solidarity Building for People of Colour* [Thèse de maîtrise, University of Seattle]. <http://repository.cityu.edu/bitstream/handle/20.500.11803/1297/TangtangChenThesis.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Cheng, A. W., Chang, J., O'Brien, J., Budgazad, M. S., & Tsai, J. (2017). Model minority stereotype : Influence on perceived mental health needs of Asian Americans. *Journal Immigration Minority Health*, 19, 572-581. <https://doi.org/10.1007/s10903-016-0440-0>
- Chung, A. (2021, mars 1). In 2021, Asian Canadians Document Hate Crimes To Be Believed. *HuffPost*. https://www.huffingtonpost.ca/entry/anti-asian-racism-canada_ca_603d08cdc5b682971502118f
- Cho, S. K. (1997). Converging stereotypes in racialized sexual harassment : Where the model minority meets Suzie Wong. *The Journal of Gender, Race, and Justice*, 1, 177-211.
- Chou, C.-C. (2008). Critique on the notion of model minority : An alternative racism to Asian American? *Asian Ethnicity*, 9(3), 219-229. <https://doi.org/10.1080/14631360802349239>
- Chou, R. S., & Feagin, J. R. (2015). *Myth of the model minority : Asian Americans facing racism* (2nd Edition). Routledge.
- Chou, R. S., & Taylor, B. (2019). Yellow fever and yellow impotence : The polarity of Asian-American sexuality. Dans S. Lamb & J. Gilbert, *Cambridge handbooks in psychology*. The

- Cambridge handbook of sexual development : Childhood and adolescence* (p. 241-260). Cambridge University Press.
- Chow, E. N. L. (1987). The development of feminist consciousness among Asian American women. *Gender & Society, 1*(3), 284-299. <https://doi.org/10.1177/089124387001003004>
- Chun, J. J., Lipsitz, G., & Shin, Y. (2013). Intersectionality as a social movement strategy : Asian immigrant women advocates. *Intersectionality: Theorizing Power, Empowering Theory, 38*(4), 917-940. <https://doi.org/10.1086/669575>
- Collins, P. H. (1986). "Learning from the Outsider Within : The Sociological Significance of Black Feminist Thought." *Social Problems, 33*(6), S14-S32. <https://doi.org/10.1525/sp.1986.33.6.03a00020>
- Collins, P. H. (2010). La construction sociale de la pensée féministe noire. Dans C. Verschuur, *Genre, postcolonialisme et diversité de mouvements de femmes, Genève, Cahiers Genre et Développement* (1^{re} éd., p. 155-169). Genève, Paris : L'Harmattan. 10.4000/books.iheid.5879
- Collins, P. H. (2016). *La pensée féministe noire* (2e éd.). Montréal, QC : Les Éditions du remue-ménage.
- Coloma, R. S. (2013). 'Too Asian?' On racism, paradox and ethno-nationalism. *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education, 34*(4), 579-598. <https://doi.org/10.1080/01596306.2013.822620>
- Corbeil, C., & Marchand, I. (2007). Penser l'intervention féministe à l'aune de l'approche intersectionnelle : Défis et enjeux. *Nouvelles pratiques sociales, 19*(1), 40-57. <https://doi.org/10.7202/014784ar>
- Crenshaw, K. W., & Bonis, O. (2005). Cartographies des marges : Intersectionnalité, politique de l'identité et violences contre les femmes de couleur. *Cahiers du genre, 2*(39), 51-82. <https://doi.org/10.3917/cdge.039.0051>
- Dang, C.-S., & Kline, S. L. (2015). "I can't afford for you to flunk" : Positive asian stereotypes and supportive communication for asian college students. Dans N. D. Hartlep, *Modern Societal Impacts of the Model Minority Stereotype* (1^{re} éd.). United States : IGI Global.
- Davis, A. M., & Ernst, R. (2019). Racial gaslighting. *Politics, Groups, and Identity, 7*(a), 761-774.
- Dennis, E. (2018). Exploring the model minority : Deconstructing whiteness through the Asian American example. *Cartographies of Race and Social Difference, 33-48*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-97076-9_3
- Dhume, F. (2016). Du racisme institutionnel à la discrimination systémique ? Reformuler l'approche critique. *Migrations Société, 163*(1), 33-46. <https://doi.org/10.3917/migra.163.0033>

- Dinh, K. T., Ho, I. K., & Tsong, Y. (2018). Introduction to special issue : Trauma and well-being among Asian American women. *Women & Therapy*, 41(3-4), 189-202. <https://doi.org/10.1080/02703149.2018.1425021>
- Dorlin, E. (2005). De l'usage épistémologique et politique des catégories de « sexe » et de « race » dans les études sur le genre. *Cahiers du Genre*, 39(2), 83-105. Cairn.info. <https://doi.org/10.3917/cdge.039.0083>
- Ebenstein, A. (2010). The “missing girls” of China and the unintended consequences of the one child policy. *Journal of Human resources*, 45(1), 87-115.
- Elkouri, R. Les boucs émissaires. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/covid-19/202003/20/01-5265584-les-boucs-emissaires.php>
- Essed, P. (1991). *Understanding everyday racism : An interdisciplinary theory*. Newbury Park, CA: Sage.
- Estocapio, C. (2020). *Battling Yellow Fever : An Analysis of How Fetishized Bodies Manage Identity* [Communication Studies Undergraduate Publications, Presentations and Projects, University of Portland]. https://pilotscholars.up.edu/cst_studpubs/106
- Falcón, S. M. (2008). Mestiza Double Consciousness : The Voices of Afro-Peruvian Women on Gendered Racism. *Gender & Society*, 22(5), 660-680. <https://doi.org/10.1177/0891243208321274>
- Feng, W., Gu, B., & Cai, Y. (2016). The end of China's one-child policy. *Studies in family planning*, 47(1), 83-86.
- Ferzacca, S. (2011). *Canadiens de l'Asie du Sud-Est (Asiatiques du Sud-Est)*. L'Encyclopédie Canadienne. <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/asiatiques-du-sud-est>
- Fong, L. Y. S. (1997). Asian-american women : An understudied minority. *Journal of Sociology and Social Welfare*, 24(1), 91-112.
- Fortier, M. (2020, 10 avril). « T'es un Chinois, retourne dans ton pays! ». *Le Devoir*. <https://www.ledevoir.com/societe/576829/t-es-un-chinois-retourne-dans-ton-pays?fbclid=IwAR0vZdalQFO90XeSLs1cz0lcHhp41IZG8UgKOaesBnSyloT2cH7xviKpPFU>
- Fortin, M.-F., & Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche : Méthodes quantitatives et qualitatives*. Chenelière Éducation.
- French, M., & Monahan, T. (2020). Editorial : Disease surveillance : How might surveillance studies address COVID-19? *Surveillance & Society*, 18(1), 1-11.
- Gagnon, C. (2019). Charge mentale et éthique critique du care : La division du travail dans la sphère domestique comme enjeu de justice sociale. *Ithaque*, 25, 23-44.
- Galerand, E., Gallié, M., & Ollivier-Gobeil, J. (2015). *Travail domestique et exploitation : Le cas des travailleuses domestiques philippines au Canada (PAFR)* (Rapport de Recherche; p.

- 41). PINAY et le Service aux collectivités de l'UQAM. https://sac.uqam.ca/upload/files/publications/communautaire/GALERAND.Elsa_Martin_Gallié.Jeanne-Olivier_Gobeil._PINAY.2015.Travail_domestique_et_exploitation_le_cas_des_travailleuses_domestiques_philippines_au_canada.pdf
- Garneau, S. (2019). Racisme et discrimination raciale : Des repères pour intervenir. Dans L. Rachédi & B. Taibi, *L'intervention interculturelle* (3^e éd., p. 80-104). Montréal : Chenelière Éducation.
- Girard, M. (2020, 7 mars). Coude à coude. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/actualites/sante/202003/06/01-5263664-coude-a-coude.php>
- Goffman, E. (1975). *Stigmate : [Les usages sociaux des handicaps]*. Editions de Minuit.
- Gouvernement du Canada, S. C. (2017, octobre 25). *Recensement en bref : Les enfants issus de l'immigration : un pont entre les cultures*. <https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2016/as-sa/98-200-x/2016015/98-200-x2016015-fra.cfm>
- Grosfoguel, R. (2016). What is racism? *Journal of World-System Research*, 22(1), 9-15. <https://doi.org/10.5195/jwsr.2016.609>
- Guénif-Souilamas, N. (2003). Ni putes, ni soumises, ou très pute, très voilée. *Les inévitables contradictions d'un féminisme sous influence, Cosmopolitiques*, 4, 53-65.
- Hailstock, M. (2015). *Gendered racism in the workplace as experienced by women of color managers* [Doctoral dissertation, Capella University]. <https://www.proquest.com/openview/2828d8d6b3ee427e29f5959069c9bb0e/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Hage, G. (2000). *White nation : Fantasies of white supremacy in a multicultural society* (1^{re} éd.). New York: Routledge in association with Pluto Press.
- Hall, S. (2017). *Les identités et cultures : Politiques des cultural studies*. Paris : Éditions Amsterdam.
- Hamisultane, S. (2021). Personnes descendantes de migrants racisées face aux micro-agressions : Silence, résistance et communauté imaginaire d'appartenance. *Nouvelles pratiques sociales*, 31(2), 163-181. <https://doi.org/10.7202/1076650ar>
- Hamrouni, N. (2016). Malreconnaissance, déni des droits, déshumanisation : En quels termes penser l'injustice faites aux femmes racisées? Dans N. Hamrouni & C. Maillé, *Le sujet du féminisme est-il blanc ? Femmes racisées et recherche féministe* (p. 109-131). Les Éditions du Remue-ménage.
- Hardina, D. (2013). Chapter 3 : Recruiting Potential Participants. Dans *Interpersonal Social Skills for Community Practice* (p. 49-71). Springer Publishing Company.
- Harrison, C., & Tanner, K. D. (2018). Language Matters : Considering Microaggressions in Science. *CBE Life Sciences Education*, 17(1). <https://doi.org/10.1187/cbe.18-01-0011>

- Hernandez, P., Carranza, M., & Almeida, R. (2010). Mental health professionals' adaptive responses to racial microaggressions : An exploratory study. *Professional Psychology: Research and Practice, 41*, 202-209. <https://doi.org/10.1037/a0018445>
- Ho, R. (2014). Do all Asians look alike ? Asian Canadians as model minorities. *Studies on Asia, 4*(2), 78-107.
- Holmes, M. D., & Smith, B. W. (2012). Intergroup dynamics of extra-legal police aggression : An integrated theory of race and place. *Aggression and Violent Behavior, 17*(4), 344-353. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.03.006>
- Hong, G. K. (2018). Intersectionality and intercommensurability : Third world feminism and Asian decolonization. Dans L. Fujiwara & S. Roshanravan, *Asian American feminisms & women of color politics* (p. 27-42). University of Washington Press.
- Houshmand, S., Spanierman, L. B., & Tafarodi, R. W. (2014). Excluded and Avoided : Racial Microaggressions Targeting Asian International Students in Canada. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 20*(3), 377-388. <https://doi.org/10.1037/a0035404>
- Hussein, J. (2020). COVID-19: What implications for sexual and reproductive health and rights globally? *Sexual and Reproductive Health Matters, 28*(1), 1-3, DOI: 10.1080/26410397.2020.1746065
- Imbert, G. (2013). L'entretien semi-directif: À la frontière de la santé publique et de l'anthropologie. *Recherche en soins infirmiers, 3*(102), 23-34. <https://doi.org/10.3917/rsi.102.0023>
- Itzigsohn, J., & Brown, K. (2015). Sociology and the theory of double consciousness : W. E. B. Du Bois's phenomenology of racialized subjectivity. *Du Bois Review: Social Science Research on Race, 12*(2), 231-248. <https://doi.org/doi:10.1017/S1742058X15000107>
- Janghorban, R., Latifnejad Roudsari, R., & Taghipour, A. (2014). Skype interviewing : The new generation of online synchronous interview in qualitative research. *International Journal Of Qualitative Studies On Health And Well-Being, 9*(1), 241-252. <https://doi.org/10.3402/qhw.v9.24152>
- Jerald, M. C., Ward, L. M., Moss, L., Thomas, K., & Fletcher, K. D. (2017). Subordinates, sex objects, or sapphires ? Investigating contributions of media use to black students' femininity ideologies and stereotypes about black women. *Journal of Black Psychology, 43*(6), 608-635. <https://doi.org/10.1177/0095798416665967>
- Jones, L. V. (2015). Black Feminisms : Renewing Sacred Healing Spaces. *Affilia, 30*(2), 246-252. <https://doi.org/10.1177/0886109914551356>
- Julien, C. (2021, mars 17). Le tireur inculpé pour meurtres, la communauté asiatique réagit. *Agence France-Presse, La Presse*. <https://www.lapresse.ca/international/etats-unis/2021-03-17/tueries-d-atlanta/le-tireur-inculpe-pour-meurtres-la-communaute-asiatique-reagit.php>

- Kaw, E. (1991). Steven Polgar Prize Essay (1991). Medicalization of Racial Features : Asian American Women and Cosmetic Surgery. *Medical Anthropology Quarterly*, 7(1), 74-89. <https://doi.org/10.1525/maq.1993.7.1.02a00050>
- Kawai, Y. (2005). "Stereotyping Asian Americans : The Dialectic of the Model Minority and the Yellow Peril." *The Howard Journal of Communications*, 16(2), 109-130.
- Kay, A. C., Day, M. V., Zanna, M. P., & Nussbaum, A. D. (2013). The insidious (and ironic) effects of positive stereotypes. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49, 237-291. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.11.003>
- Kchouk, K. (2020). *Corps privilégiés, corps repoussés : Étude exploratoire du racisme sexuel et de l'exclusion sur le cyberspace de rencontre gai* [Thèse de maîtrise, Université d'Ottawa]. https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/40217/3/Kchouk_Khaled_2020_the%20cc%80se.pdf
- Keller, R. (2011). Comprendre, ou bien la mort ! Réflexion sur une question de base de la recherche qualitative. *Recherches qualitatives*, 10, 17-29.
- Keum, B. T., Brady, J. L., Sharma, R., Lu, Y., Kim, Y. H., & Thai, C. J. (2018). Gendered Racial Microaggressions Scale for Asian American Women : Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 65(5), 571. <https://doi.org/10.1037/cou0000305>
- Khan, K. B., McDonald, H., Baumbusch, J. L., Kirkham, S. R., Tan, E., & Anderson, J. M. (2007). Taking up postcolonial feminism in the field : Working through a method. *Women's Studies International Forum*, 30, 228-242. <https://doi.org/doi:10.1016/j.wsif.2007.03.004>
- Kian, A. (2017). Féminisme postcolonial : Contributions théoriques et politiques. *Cites*, 4, 69-80.
- Kim, M., & Chung, A. Y. (2005). Consuming orientalism : Images of Asian/American women in multicultural advertising. *Qualitative Sociology*, 28(1), 67-91. <https://doi.org/10.1007/s11133-005-2631-1>
- Kimoto, T. (2018). Becoming restive : Orientations in Asian American feminist theory and praxis. Dans L. Fujiwara & S. Roshanravan, *Asian American feminisms & women of color politics* (p. 138-154). University of Washington Press.
- Krueger, R. A. (2014). *Focus groups : A practical guide for applied research*. Sage publications.
- Lapalus, M. (2015). Femicidio / femicidio : les enjeux théoriques et politiques d'un discours définitoire de la violence contre les femmes. *Enfances, Familles, Générations*, (22), 85-113. doi: <https://doi.org/10.7202/1031120ar>
- Lau, R. (2020b, 11 mars). Selective xenophobia: What COVID-19 is teaching us about who we target when it comes to racism. *CTV News Montreal*. <https://montreal.ctvnews.ca/selective-xenophobia-what-covid-19-is-teaching-us-about-who-we-target-when-it-comes-to-racism/1.4848134?cache=yes%3Fclipid%3D104056%3FautoPlay%3Dtrue>

- Le Gall, G., & Meintel, D. (2011). De près et de loin : Les réseaux de parenté des couples mixtes québécois. *Diversité urbaine*, 11(2), 69-89. <https://doi.org/10.7202/1014685ar>
- Le, T. P., Kuo, L., & Yamasaki, V. (2020). Gendered racial microaggressions, feminism, and Asian American women's eating pathology : An intersectional investigation. *Sex Roles*. <https://doi.org/10.1007/s11199-019-01100-5>
- Lee, S., & Waters, S. F. (2020). Asians and Asian Americans' experiences of racial discrimination during the COVID-19 pandemic : Impacts on health outcomes and the buffering role of social support. *Stigma and Health*. <https://doi.org/10.1037/sah0000275>
- Lemieux, G. (2004). *Remixer la cité : La participation citoyenne des jeunes québécois issus de l'immigration et des minorités visibles* (p. 126) [Rapport de recherche]. <http://bel.uqtr.ca/id/eprint/1188/1/6-19-626-20051019-1.pdf>
- Lénel, P., & Martin, V. (2012). La contribution des études postcoloniales et des féminismes du « Sud » à la constitution d'un féminisme renouvelé. *Revue Tiers Monde*, 1, 125-144.
- Lewis, J. A., Mendenhall, R., Harwood, S. A., & Browne Hunt, M. (2013). Coping with gendered racial microaggressions among Black women college students. *Journal of African American Studies*, 17, 51-73. <https://doi.org/10.1007/s12111-012-9219-0>
- Ly, G. (2020). Le lexique de la soumission. *La petite banane*. <http://lapetitebanane.com/index.php/2020/11/25/le-lexique-de-la-soumission/>
- Ma, C. (2021, mai 5). Minorité visible. *L'encyclopédie canadienne*. <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/minorite-visible>
- Machold, A. (2021). Politique du cheveu crépu. Dans A. Pierre, *Empreintes de résistance : Filiations et récits de femmes autochtones, noires et racisées* (p. 32-55). Les Éditions du remue-ménage.
- Maillé, C. (2017). Approche intersectionnelle, théorie postcoloniale et questions de différence dans les féminismes anglo-saxons et francophones. *Politique et Sociétés*, 36, 163-182. <https://doi.org/10.7202/1039828ar>
- Maynard, R. (2018). *NoirEs sous surveillance; Esclavage, répression, violence d'État du Canada*. Montréal, QC : Mémoire d'encrier.
- Mayuzumi, K. (2015). Navigating orientalism : Asian women faculty in the Canadian academy. *Race, Ethnicity, and Education*, 18(2), 277-296.
- Mayuzumi, K. (2015). Navigating Orientalism : Asian women faculty in the Canadian academy. *Race Ethnicity and Education*, 18(2), 277-296. <https://doi.org/10.1080/13613324.2014.946495>
- McBride, D. A. (2005). It's a White man's world. Race in the gay marketplace of desire. Dans D. A. McBride, *Why I hate Abercrombie & Fitch. Essays on race and sexuality* (p. 88-134). New York University Press.

- McGrath, A. R., Tsunokai, G. T., Schultz, M., Kavanagh, J., & Tarrence, J. A. (2016). Differing shades of colour : Online dating preferences of biracial individuals. *Ethnic and Racial Studies*, 39, 1920-1942. <https://doi.org/10.1080/01419870.2015.1131313>
- Meyer, I. H. (1995). Minority stress and mental health in gay men. *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 38-56.
- Mohanty, C. T. (2003). "Under western eyes" revisited : Feminist solidarity through anticapitalist struggles. *Signs: Journal of Women in culture and Society*, 28(2), 499-535.
- Moody, A. T., & Lewis, J. A. (2019). Gendered racial microaggressions and traumatic stress symptoms among Black women. *Psychology of Women Quarterly*, 43(2), 201-214. <https://doi.org/10.1177/0361684319828288>
- Moore, A. (2021, mars 22). Powerful Photos & Video From Montreal's Protest Against Anti-Asian Racism. *MTL Blog*.
- Moore, T. O. (2005). A Fanonian Perspective on Double Consciousness. *Journal of Black Studies*, 35(6), 751-762. <https://doi.org/10.1177/0021934704263839>
- Morales, E. M. (2014). Intersectional Impact : Black Students and Race, Gender and Class Microaggressions in Higher Education. *Race, Gender & Class*, 21(3), 48-66.
- Morasse, M.-E. (2021, mars 2). Un an de pandémie : Les actes racistes contre les Asiatiques multipliés par cinq. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/covid-19/2021-03-02/un-an-de-pandemie/les-actes-racistes-contre-les-asiatiques-multiplies-par-cinq.php>
- Mukkamala, S., & Suyemoto, K. L. (2018). Racialized sexism/sexualized racism : A multimethod study of intersectional experiences of discrimination for Asian American women. *Asian American Journal of Psychology*, 9(1), 32. <https://doi.org/10.1037/aap0000104>
- Mutel, M., & Sibelet, N. (2013). *Introduction au traitement des données*. CIRAD-IAMM-SUPAGRO-UVED: Enquête qualitative – Module « Traiter les données ». http://entretiens.iamm.fr/pluginfile.php/308/mod_resource/content/2/D-Traiter_DONnees/DO_4_TXT_cadre_theorique_mars13_fr.pdf
- Nadal, K. L., Davidoff, K. C., Davis, L. S., Wong, Y., Marshall, D., & McKenzie, V. (2015). A qualitative approach to intersectional microaggressions : Understanding influences of race, ethnicity, gender, sexuality, and religion. *Qualitative Psychology*, 2(2), 147-163. <https://doi.org/10.1037/qup0000026>
- Nadal, K. L., Erazo, T., & King, R. (2019). Challenging definitions of psychological trauma: Connecting racial microaggressions and traumatic stress. *Journal for Social Action in Counseling & Psychology*, 11(2), 2-16.
- Nadal, K. L., King, R., Sissoko, G., Floyd, N., & Hines, D. (2021). The legacies of systemic and internalized oppression : Experiences of microaggressions, imposter phenomenon, and

- stereotype threat on historically marginalized groups. *New Ideas in Psychology*, 63, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2021.100895>
- Nakaoka, S., & Ortiz, L. (2018). Examining racial microaggressions as a tool for transforming social work education : The case for critical race pedagogy. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work*, 27(1), 72-85. <https://doi.org/10.1080/15313204.2017.1417947>
- Ngo, H. V., Neote, K., Cala, C., Antonio, M., & Hickey, J. (2018). The experience of ethno-cultural members with racial profiling. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work*, 27(3), 253-270. <https://doi.org/10.1080/15313204.2018.1474828>
- Niemann, Y. F. (1999). The making of a token: A case study of stereotype threat, stigma, racism, and tokenism in academe. *Frontiers: A Journal of Women Studies*, 20(1), 111-134.
- Ninh, E. K. (2018). Without enhancements : Sexual violence in the everyday lives of Asian American Women. Dans L. Fujiwara & S. Roshanravan, *Asian American feminisms & women of color politics* (p. 69-81). University of Washington Press.
- Omi, M., & Winant, H. (2014). *Racial formation in the United States* (3rd Edition). Routledge.
- Ong, A. D., Cerrada, C., Lee, R. A., & Williams, D. R. (2017). Stigma consciousness, racial microaggressions, and sleep disturbance among Asian Americans. *Asian American Journal of Psychology*, 8(1), 72-81. APA PsycArticles®. <https://doi.org/10.1037/aap0000062>
- Owusu-Bempah, A. (2017). Race and policing in historical context : Dehumanization and the policing of Black people in the 21st century. *Theoretical Criminology*, 21(1), 23-34. <https://doi.org/10.1177/1362480616677493>
- Ozkazanc-Pan, B. (2012). Postcolonial feminist research : Challenges and complexities. *Equality, Diversity and Inclusion: An International Journal*, 31(5), 573-591. <http://dx.doi.org/10.1108/02610151211235532>
- Padgett, J. K., Lou, E., Lalonde, R. N., & Sasaki, J. Y. (2020). Too Asian ? The model minority stereotype in a Canadian context. *Asian American Journal of Psychology*, 11(4), 223-232. <https://doi.org/10.1037/aap0000203>
- Pagé, G. (2016). « Est-ce qu'on peut être racisées, nous aussi ? » : Les féministes blanches et le désir de racisation. Dans N. Hamrouni & C. Maillé, *Le sujet du féminisme est-il blanc ? Femmes racisées et recherche féministe*. Les Éditions du Remue-ménage.
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2016). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (4e éd.). Armand Colin.
- Papillon, M. (2020, juin 3). *Point de vue Emilie Nicolas : Ça veut dire quoi, jouer un rôle d'allié?*Rad. <https://www.rad.ca/dossier/actualite/339/ca-veut-dire-quoi-jouer-un-role-dallie>
- Park, G. (2020). *Not your yellow fantasy : Deconstructing the Legacy of Asian Fetishization*. Bolton : New Degree Press.

- Park, H. (2011). Migrants, Minorities and Economies: Transnational Feminism and the Asian/Canadian Woman Subject. *Asian Journal of Women's Studies*, 17(4), 7-38. <https://doi.org/10.1080/12259276.2011.11666115>
- Park, H. (2012). Interracial Violence, Western Racialized Masculinities, and the Geopolitics of Violence Against Women. *Social & Legal Studies*, 21(4), 491-509. <https://doi.org/10.1177/0964663912443919>
- Parry, B. (1994). Resistance theory/theorising resistance or two cheers for nativism. *Colonial discourse/postcolonial theory*, 172-196.
- Perras, A. (2020, juillet 23). Prenez donc le temps d'apprendre à bien prononcer le nom de vos collègues. *Urbania*. <https://quatre95.urbania.ca/article/prenez-donc-le-temps-dapprendre-a-bien-prononcer-le-nom-de-vos-collegues>
- Pham, N. (2021, 31 mars). Les Asiatiques en ont assez du racisme [entrevue en radiodiffusion]. Dans *Dossier Actualité – Témoignage*. RAD. <https://www.rad.ca/dossier/actualite/425/racisme-asiatique-canada-covid>
- Pierre, A. (2016). Personne racisée ou racialisée. *Ligue des droits et libertés*, 35(2). <https://liguedesdroits.ca/lexique/personne-racisee-ou-racialisee/>
- Pierre, A. (2019). Lutte antiraciste et mouvement communautaire. Dans A. Zaazaa & C. Nadeau, *11 brefs essais contre le racisme : Pour une lutte systémique* (p. 91-108). Les éditions Somme toute.
- Pierre, A. (2021). Introduction. Dans Pierre, Alexandra, *Empreintes de résistance : Filiaisons et récits de femmes autochtones, noires et racisées*. Les Éditions du Remue-ménage.
- Pires, R. (2019). *Ne sommes-nous pas Québécoises?* Les Éditions du Remue-ménage.
- Plummer, M. D. (2007). *Sexual racism in gay communities : Negotiating the ethnosexual marketplace* [Unpublished doctoral dissertation]. University of Washington.
- Pon, G. (2000). Importing the Asian model minority discourse into Canada : Implications for social work and education. *Canadian social work review/Revue canadienne de service social*, 17(2), 277-291.
- Pon, G. (2015). Importing the asian “model minority” discourse into canada : Implications for social work and education. Dans N. Hartlep, *Killing the Model Minority Stereotype : Asian American Counter-Stories and Complicity* (1^{re} éd., p. 83-95).). Charlotte, NC.: Information Age Publishing, Inc. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/ottawa/reader.action?docID=3433381&ppg=117>
- Portaits de Montréal. (2016, novembre 2). Les parents sont ceux qui prennent soin de toi, qui t'élèvent et qui t'aiment. *Urbania*. <https://urbania.ca/article/les-parents-sont-ceux-qui-prennent-soin-de-toi-qui-televent-et-qui-taiment>

- project 1907. (2020). *Racism Incident Reporting Centre*. Project 1907. <https://www.project1907.org/reportingcentre>
- Pyke, K. D., & Johnson, D. L. (2003). Asian American women and racialized femininities : “Doing” gender across cultural worlds. *Gender & Society*, 17(1), 33-53. <https://doi.org/10.1177/0891243202238977>
- Reid, P. T., & Comas-Diaz, L. (1990). Gender and ethnicity : Perspectives on dual status. *Sex roles*, 22(7), 397-408.
- Remedios, J. D., Chasteen, A. L., & Paek, J. D. (2011). Not all prejudices are experienced equally : Comparing experiences of racism and sexism in female minorities. *Group Processes & Intergroup Relations*, 15(2), 273-287. <https://doi.org/10.1177/1368430211411594>
- Richard, N. T., & Wright, S. C. (2010). Advantaged group members’ reactions to tokenism. *Group Processes & Intergroup Relations*, 13(5), 559–569. <https://doi.org/10.1177/1368430210362227>
- Rodrigues, M. A., Mendenhall, R., & Clancy, K. B. H. (2021). “There’s realizing, and then there’s realizing” : How social support can counter gaslighting of women of color scientists. *Journal of Women and Minorities in Science and Engineering*, 27(2), 1-23.
- Roman, D. (2014). Féminicides, meurtres sexistes et violences de genre, pas qu’une question de terminologie ! <https://journals.openedition.org/revdh/645>
- Rowe, D. J. (2021, mars 21). March and vigil in Montreal draws attention to anti-Asian racism. *CTV News*. <https://montreal.ctvnews.ca/march-and-vigil-in-montreal-draws-attention-to-anti-asian-racism-1.5356084>
- Samuels, G. M. (2009). “Being Raised by White People” : Navigating Racial Difference Among Adopted Multiracial Adults. *Journal of marriage and family*, 71(1), 80-94.
- Satzewich, V., & Shaffir, W. (2009). Racism versus professionalism : Claims and counter-claims about racial profiling. *Canadian Journal of Criminology and Criminal Justice*, 51(2), 199-226. <https://doi.org/10.3138/cjccj.51.2.199>
- Schug, J., Alt, N. P., Lu, P. S., Gosin, M., & Fay, J. L. (2017). Gendered race in mass media : Invisibility of Asian men and Black women in popular magazines. *Psychology of Popular Media Culture*, 6(3), 222-236. <https://doi.org/10.1037/ppm0000096>
- Seal, D. W., Bogart, L. M., & Ehrhardt, A. A. (1998). Small group dynamics : The utility of focus group discussions as a research method. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 2(4), 253-266. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.2.4.253>
- Shabanirad, E., & Marandi, S. M. (2015). Edward Said’s Orientalism and the representation of oriental women in George Orwell’s *Burmese Days*. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 60, 22-33. <https://doi.org/10.18052/www.scipress.com/ILSHS.60.22>

- Shams, T. (2015). The declining significance of race or the persistent racialization of blacks ? A conceptual, empirical, and methodological review of today's race debate in America. *Journal of Black Studies*, 46(3), 282-296. <https://doi.org/10.1177/0021934714568566>
- Sharma, A. (2019). Allyship and Social Justice : Men as Allies in Challenging Men's violence and Discrimination Against Women. Dans *Working Across Difference : Social Work, Social Policy and Social Justice* (p. 103).
- Shih, K. Y., Chang, T. -F., & Chen, S. -Y. (2019). Impacts of the Model Minority Myth on Asian American Individuals and Families : Social Justice and Critical Race Feminist Perspectives. *Journal of Family Theory & Review*, 11, 412-428. <https://doi.org/10.1111/jftr.12342>
- Smedley, A., & Smedley, B. D. (2005). Race as biology is fiction, racism as a social problem is real : Anthropological and historical perspectives on the social construction of race. *American Psychologist*, 60(1), 16-26. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.1.16>
- Snell, K., & Tsai, W.-H. S. (2017). Beauty for Asian American Women in Advertising : Negotiating Exoticization and Americanization to Construct a Bicultural Identity. *Advertising & Society Quarterly*, 18(3). <https://doi.org/10.1353/asr.2017.0022>
- Solórzano, D., Ceja, M., & Yosso, T. (2000). Critical race theory, racial microaggressions, and campus racial climate : The experiences of African American college students. *Journal of Negro Education*, 60-73.
- Sororasie. (2020). *Qu'est-ce que l'asio-féminisme ? SORORASIE*.
- Soumahoro, M. (2020). *Le Triangle et l'Hexagone : Réflexions sur une identité noire*. Paris: La Découverte.
- Spivak, G. C. (2003). Can the subaltern speak? *Die Philosophin*, 14(27), 42-58.
- Stanley, T. (2016). John A. Macdonald, "the Chinese" and Racist State Formation in Canada. *Journal of Critical Race Inquiry*, 3(1), 6-34. <https://doi.org/10.24908/jcri.v3i1.5974>
- Statistique Canada. (2013). *Immigration et diversité ethnoculturelle au Canada*. <https://www12.statcan.gc.ca/nhs-enm/2011/as-sa/99-010-x/99-010-x2011001-fra.cfm>
- Statistique Canada. (2018). *Les unions mixtes au Canada*. https://www12.statcan.gc.ca/nhs-enm/2011/as-sa/99-010-x/99-010-x2011003_3-fra.cfm
- Stroink, M. L., & Lalonde, R. N. (2009). Bicultural identity conflict in decond- generation Asian Canadians. *The Journal of Social Psychology*, 149(1), 44-65. <https://doi.org/10.3200/SOCP.149.1.44-65>
- Sue, D. W., Bucceri, J., Lin, A. I., Nadal, K. L., & Torino, G. C. (2007a). Racial microaggressions and the Asian American experience. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 13(1), 72-81. <https://doi.org/10.1037/1099-9809.13.1.72>

- Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M. B., Nadal, K. L., & Esquilin, M. (2007b). Racial microaggressions in everyday life : Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62(4), 271. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.4.271>
- Szymanski, D. M., & Lewis, J. A. (2016). Gendered Racism, Coping, Identity Centrality, and African American College Women’s Psychological Distress. *Psychology of Women Quarterly*, 40(2), 229-243. <https://doi.org/10.1177/0361684315616113>
- The Colour of Poverty – Colour of Change & Chinese & Southeast Asian Legal Clinic. (2019). *Mémoire conjoint au comité sénatorial permanent des affaires sociales, des sciences et de la technologie concernant la division 20 du projet de loi C-97* (p. 7) [Mémoire]. https://www.sencanada.ca/content/sen/committee/421/SOCI/Briefs/COPCOCandCSALC_f.pdf
- Thobani, S. (2018). Navigating colonial pitfalls : Race, citizenship, and the politics of « South Asian Canadian » feminism. Dans L. Fujiwara & S. Roshanravan, *Asian American feminisms & women of color politics* (p. 155-175). University of Washington Press.
- Thomas, K. (2021, mars 15). Asian Montrealer attacked with pepper spray in the Plateau. *Montreal Gazette*. <https://montrealgazette.com/news/local-news/asian-montrealer-attacked-with-pepper-spray-in-the-plateau>
- Thuram, L. (2020). *La pensée blanche*. Mémoire d’encrie.
- Titterton, S. (2021, mars 19). Les tueries d’Atlanta étaient-elles racistes ou misogynes ? Ou les deux? *Agence France-Presse, Le Devoir*. <https://www.ledevoir.com/monde/etats-unis/597269/les-tueries-d-atlanta-etaient-elles-racistes-ou-misogynes-ou-les-deux>
- Tiwari, S. L., & Wang, J. (2008). Ethnic differences in mental health service use among White, Chinese, South Asian and South East Asian populations living in Canada. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.*, 43(11), 866-871. <https://doi.org/doi: 10.1007/s00127-008-0373-6>
- Tracy, S. J. (2013). *Qualitative research methods : Collecting evidence, crafting analysis, communicating impact*. Wiley-Blackwell.
- Trinh, T. M. H., & Trinh, T. M. H. T. (1989). *Woman, native, other : Writing postcoloniality and feminism* (Vol. 503). Indiana University Press.
- Uchida, A. (1998). The Orientalization of Asian Women in America. *Women’s Studies International Forum*, 21(2), 161-174. [https://doi.org/10.1016/S0277-5395\(98\)00004-1](https://doi.org/10.1016/S0277-5395(98)00004-1)
- Vachuska, K. (2020, mars 29). *Initial Effects of the Coronavirus Pandemic on Racial Prejudice in the United States : Evidence from Google Trends*. doi : 10.31235/osf.io/bgpk3
- Velasquez, T. G. (2015). From model minority to “angry Asian man” : Social media, racism, and counter-hegemonic voices. Dans N. D. Hartlep, *Modern societal impacts of the model minority stereotype* (1^{re} éd., p. 90-132). Information Science Reference/IGI Global. 10.4018/978-1-4666-7467-7.ch004

- Velez, B. L., Watson, L. B., Cox Jr., R., & Flores, M. J. (2017). Minority stress and racial or ethnic minority status : A test of the greater risk perspective. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 4*(3), 257. <https://doi.org/10.1037/sgd0000226>
- Vergès, F. (2017). Féminismes décoloniaux, justice sociale, anti-impérialisme. *Tumultes, 48*(1), 157-168.
- Vergès, F. (2019). *Un féminisme décolonial*. Paris : La Fabrique éditions.
- Vergès, F. (2020). *Une théorie féministe de la violence : Pour une politique antiraciste de la protection*. Paris : La Fabrique éditions.
- Villeneuve, B. (2006). La discrimination positive : une présentation. *Vie sociale, 3*, 39-48. <https://doi.org/10.3917/vsoc.063.0039>
- Vo, V. (2019). *Interrupting the " Model Minority" Narrative : The Voices of Vietnamese Canadian Youth* [Doctoral dissertation]. The University of Western Ontario.
- Wanlin, P. (2007). L'analyse de contenu comme méthode d'analyse qualitative d'entretiens : Une comparaison entre les traitements manuels et l'utilisation de logiciels. *Recherches qualitatives, 3*, 243-272.
- Ward, L. M., Jerald, M., Avery, L., & Cole, E. R. (2020). Following their lead? Connecting mainstream media use to black women's gender beliefs and sexual agency. *The Journal of Sex Research, 57*(2), 200-212. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1554741>
- Wattier, S. (2019). La reconnaissance juridique du féminicide: quel apport en matière de protection des droits des femmes? *Revue trimestrielle des droits de l'homme, (118)*, 323-348.
- Weine, S., Kohrt, B., Collins, P., Cooper, J., Lewis-Fernandez, R., Okpaku, S., & Wainberg, M. (2020). Justice for George Floyd and a reckoning for global mental health. *Global Mental Health, 7*, E22. <https://doi.org/10.1017/gmh.2020.17>
- White, A. I. R. (2020). Historical linkages : Epidemic threat, economic risk, and xenophobia. *Perspectives*. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30737-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30737-6)
- Wilder, J. (2010). Revisiting "color names and color notions" : A contemporary examination of the language and attitudes of skin color among young black women. *Journal of Black Studies, 41*(1), 184-206. <https://doi.org/10.1177/0021934709337986>
- Wong, F., & Halgin, R. (2006). The "model minority" : Bane or blessing for Asian Americans? *Journal of Multicultural Counseling and Development, 34*, 38-49. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2006.tb00025.x>
- Wong, S. N., Keum, B. T., Caffarel, D., Srinivasan, R., Morshedean, N., Capodilupo, C. M., & Brewster, M. E. (2017). Exploring the conceptualization of body image for Asian American women. *Asian American Journal of Psychology, 8*(4), 296-307. <https://doi.org/10.1037/aap0000077>

- Wozniak, L. H. (2019). Asiatiques, la communauté invisible ?. *Hommes Migrations*, 1324(1), 187-191.
- Zheng, R. (2016). Why yellow fever isn't flattering : A case against racial fetishes. *Journal of the American Philosophical Association*, 2(3), 400-419. Cambridge Core. <https://doi.org/10.1017/apa.2016.25>
- Ziems, C., He, B., Soni, S., & Kumar, S. (2020). Racism is a Virus : Anti-Asian Hate and Counterhate in Social Media during the COVID-19 Crisis. *arXiv:2005.12423 [physics]*. <http://arxiv.org/abs/2005.12423>