

UNIVERSITÉ DE STRASBOURG

DÉPARTEMENT UNIVERSITAIRE DE MAÏEUTIQUE DE STRASBOURG

Année Universitaire 2021-2022

**REPRÉSENTATIONS ACTUELLES DES MENSTRUATIONS ET RAPPORTS
SOCIAUX DE SEXE**

DIPLÔME D'ÉTAT DE SAGE-FEMME

MÉMOIRE PRÉSENTÉ ET SOUTENU PAR

PERINI Marie

Née le 23/08/1998 à METZ

Président du jury : Mathilde REVERT
Directeur de mémoire : M.Hervé POLESI
Codirecteur : Mme Fanny ROYER

REMERCIEMENTS

Je tiens à adresser mes remerciements les plus sincères aux personnes qui ont participé de près ou de loin à l'élaboration de ce mémoire.

Je remercie mon directeur de mémoire Hervé Polesi, pour son accompagnement, ses précieux conseils, sa bienveillance et pour m'avoir permis d'accéder à de nouvelles connaissances dans le domaine de la Sociologie.

Je remercie ensuite chaleureusement Fanny Royer sage-femme enseignante et codirectrice de ce mémoire pour sa disponibilité, ses conseils, le temps accordé pour les nombreuses relectures et surtout pour son regard critique et constructif sur mon travail.

Je souhaite remercier toutes les femmes qui ont accepté de participer à cette étude, le partage de leurs expériences personnelles permettra, je l'espère, d'améliorer le vécu et la perception des menstruations.

Un grand merci à mes parents et à ma mamie qui m'ont toujours soutenu tout au long de mes études et qui ont cru en moi, même lorsque j'avais des doutes sur mes capacités à affronter ces longues et dures études. Je remercie mes frères et sœurs pour toute la joie qu'ils m'apportent au quotidien. Je remercie également Arthur son soutien et sa patience.

Et enfin un énorme merci à Anaïs, Claire et Danaë qui m'ont accompagné tout au long de ces études, qui m'ont tant fait rire et soutenu malgré les difficultés rencontrées par chacune d'entre-nous.

Table des Matières

I. Introduction.....	5
A. Détour historique pour appréhender les représentations actuelles du sang menstruel.....	5
B. Persistance d'un tabou autour des menstruations.....	9
C. Menstruations et rapports sociaux de sexe.....	10
D. Justification de l'intérêt de l'étude.....	12
E. Question de recherche.....	14
F. Objectifs de recherche.....	14
G. Hypothèses de recherche.....	14
II. Matériel et méthodes.....	16
A. Type d'étude.....	16
B. Population étudiée.....	16
C. Lieu de recrutement.....	16
D. Méthode de recrutement.....	17
E. Grille d'entretien.....	17
F. Recueil des données.....	18
G. Analyse des données.....	18
III. Résultats.....	22
A. Description de la population interrogée.....	22
B. Description de la clinique menstruelle des participantes.....	23
C. Vécu des menstruations.....	26
1. Vécu personnel de la clinique menstruelle.....	27
2. Vécu socio-culturel des menstruations.....	28
2.1 Connaissances scientifiques des menstruations.....	28
2.2 Vécu des ménarches et communication avec l'entourage à l'arrivée de celles-ci.....	30
2.3 Représentations.....	32
2.3.1 Discussions des menstruations avec leur entourage : le tabou persiste-il ?.....	32
2.3.2 Menstruations et sentiment de honte.....	34

D. Vécu et perception des rapports sociaux de sexe.....	37
1. Conscience de l'existence des rapports sociaux de sexe et des inégalités qui en découlent	37
1.1 Existence des rapports sociaux de sexe	37
1.2 Rapports sociaux de sexe : inégalités dans le domaine du travail rémunéré.....	38
1.3 Rapports sociaux de sexe au sein de la famille.....	41
1.4 Rapports sociaux de sexe : inégalités à propos du corps féminin.....	43
IV. Discussion.....	45
A. Interprétation des résultats.....	45
1. Vécu des menstruations.....	45
2. Vécu des rapports sociaux de sexe.....	48
3. Lien entre vécu des rapports sociaux de sexe et vécu des menstruations.....	51
B. Biais de l'étude.....	52
1. Biais de recrutement.....	52
2. Biais méthodologiques.....	52
3. Biais liés au positionnement de l'enquêteur.....	53
4. Biais liés à la complexité des rapports sociaux.....	53
C. Points forts de l'étude.....	54
V. Conclusion.....	54
VI. Bibliographie.....	56
VII. Annexes.....	59

Glossaire

RSS : rapports sociaux de sexe

SOGC : Société des Obstétriciens et Gynécologues du Canada

PBAC : Pictorial Blood Assessment Chart

I. Introduction

Dans le dictionnaire Larousse, les menstruations sont définies comme un « phénomène physiologique caractérisé par un écoulement sanguin périodique (règles) dû à l'élimination de la muqueuse utérine, se produisant chez la femme, lorsqu'il n'y a pas eu fécondation, de la puberté à la ménopause ». Une définition simple pour un phénomène naturel, universel et commun à la moitié de l'humanité.

Les menstruations que beaucoup préfèrent désigner par des expressions telles que « les ragnagnas », « les Anglais ont débarqué », « l'arrivée de l'Armée Rouge » ou encore « les chutes du Niagara », afin d'éviter de les nommer par leur véritable nom, font l'objet d'un tabou, de préjugés et de mythes religieux toujours présents dans la plupart des sociétés et ce depuis des millénaires.

Le terme « tabou » serait selon certains auteurs lié aux menstruations. En effet, le mot tabou viendrait du mot polynésien « tapu » découlant lui-même du mot « tupua » qui aurait signifié à l'origine « menstruations ». Le tabou et les menstruations semblent manifestement être liés d'un point de vue étymologique et historique. (2)

A. Détour historique pour appréhender les représentations actuelles du sang menstruel

Théories scientifiques et croyances religieuses ont alimenté la peur et le tabou du sang menstruel. Au sujet des menstruations, le Lévitique décrit dans L'Ancien Testament « Quand une femme aura un flux, un flux de sang dans sa chair, elle sera sept jours dans son impureté. Quiconque la touchera sera impur jusqu'au soir. Tout meuble sur lequel elle se couchera pendant son impureté sera impur, tout objet sur lequel elle s'assiéra sera impur ». De même dans le Coran les menstruations sont considérées comme « un mal » durant lesquelles l'homme ne doit pas approcher sa femme et encore moins avoir des rapports sexuels avec celle-ci. La femme est aussi exclue des pratiques religieuses durant ses menstruations. Du fait de ces tabous et interdits, la femme est considérée comme inférieure à l'homme « la femme est en religion inférieure à l'homme du fait qu'elle ne prie ni ne jeûne durant ses règles » selon l'imam Al Boukhârî (800 après J.C). De part son sang menstruel la femme est éloignée des pratiques de la vie religieuse ainsi que de la vie sociale par ces textes

religieux. Il y a déjà là un début de ségrégation de genre. L'incompréhension du phénomène des menstruations et de leur caractère périodique, poussent les scientifiques et les grands philosophes à construire de nombreuses théories qui pour la plupart vont participer à l'établissement d'une image négative du sang menstruel. (3) (4)

Durant l'Antiquité, Hippocrate, V^{ème} avant JC. considère que le sang menstruel est nocif. D'autres penseurs et écrivains comme Pline l'Ancien, 1^{er} siècle après JC se sont montrés plus virulents à l'égard des menstruations « *Une femme qui a ses règles fait aigrir le vin doux par son approche, en les touchant frappe de stérilité les céréales* ». Hippocrate prétendait qu'une femme qui n'a pas ses menstruations a un utérus « trop sec » d'autant plus si celle-ci n'a pas de rapport sexuels qui ont l'avantage d'humidifier la matrice et que l'absence d'écoulement des règles pouvait faire perdre la raison aux femmes. « *L'utérus asséché devient plus léger et peut se déplacer vers les autres organes pour aspirer leurs fluides, suffocation, le blanc des yeux se renverse, la femme devient froide. Elle grince des dents; la salive afflue dans la bouche, et elle ressemble aux épileptiques* ». Hippocrate décrit ici ce qu'il appellera plus tard l'hysteria féminine. En approfondissant les recherches, on retrouve une certaine ambiguïté quant aux considérations des règles. D'une part elles sont considérées comme mauvaises, sales et impures mais de l'autre, leur écoulement est nécessaire à la purification de la femme. Ce que la femme expulse est sale mais cela contribue à la rendre elle-même moins sale.

Indépendamment des théories avancées par Hippocrate, Platon et Pline l'Ancien, les menstruations ne sont pas mal vécues par les femmes durant l'Antiquité, elles tiennent même une place forte dans la société. Le sang est chez les Grecs le symbole du passage de la *parthénos* à la *gyné* donc de la vierge à la femme, c'est le témoin de leur capacité à enfanter. Les femmes n'ont à cette époque pas honte de leurs menstruations, c'est pour elles un symbole de bonne santé et de fertilité. Il n'y a donc pas encore de tabou à ce sujet. (5) (6)

Ce n'est qu'à partir du Moyen-Âge que des représentations négatives des règles similaires à celles que véhiculait Pline l'Ancien s'installent jusque dans les croyances populaires.

L'Église craint les femmes, elle s'appuie sur les textes de Lévitique pour exclure la femme de tout acte sacré. Un homme ne devait pas dormir dans le lit de sa femme durant la période des menstrues sous peine d'être également impur : « les hommes doivent s'abstenir des femmes parce que seront conçus des enfants privés de membres, des aveugles, des boiteux, des lépreux » (3)

Les femmes ont durant toute cette période honte de leurs menstruations, elles les cachent, contrairement aux femmes de l'Antiquité, elles ne les espèrent plus. L'Église qui occupe désormais une place très importante dans leur vie, définit les règles comme quelque chose d'impur pouvant corrompre la nature et les hommes.

L'existence de la honte et du tabou des menstruations pouvait jusqu'alors être expliqués par l'incompréhension de ce phénomène et par le manque de considération vis à vis de l'implication des menstruations et des femmes dans la procréation. Le développement des connaissances sur les menstrues pouvait alors détruire légende, mythe et tabou à leur propos.

Après l'élaboration de nombreuses théories sur l'influence des marées ou de la lune sur le cycle féminin, Régnier de Graaf découvre enfin l'existence des gamètes femelles en 1672. C'est véritablement qu'en 1930 que le biologiste Ogino relie l'ovulation et les menstruations en expliquant que l'ovulation survient entre douze et seize jours après les menstruations. Ces découvertes auraient pu signer la fin de cet immense tabou.

En 1920, Schik pourtant médecin, pense encore qu'une femme qui entre en contact avec une rose bien portante durant ses menstruations la fait faner en moins de 10 heures. Ces croyances persisteront encore longtemps, en particulier dans les milieux ruraux où on refusait encore qu'une femme approche un essaim d'abeille par risque de le tuer. En 1949, Simone de Beauvoir argumente malgré elle en la faveur du dérèglement psychologique de la femme réglée, dans son fameux *Deuxième Sexe*. Elle raconte de nombreuses anecdotes au sujet des réactions des jeunes filles face à leurs premières règles *"Chaque fois, la jeune fille retrouve le même dégoût devant cette odeur fade et croupie qui monte d'elle-même - odeur de marécage, de violettes fanées..."* les préjugés sur les règles sont donc encore bien présents...

Les années 60, années de la révolution sexuelle, ont permis une grande avancée dans la libération des mœurs. La Révolution Sexuelle, par son militantisme, a permis dès le début des années 70, de libérer la parole autour du sexe, au cinéma les scènes d'amour sont plus explicites, les pratiques sexuelles s'élargissent, des slogans comme «Faites l'amour, pas la guerre » ou encore «Jouissons sans entraves » s'affichent sur les murs. Les françaises ont désormais accès à la pilule contraceptive c'est un grand pas vers la liberté féminine. Mais quant est-il des menstruations ? L'origine des règles est parfaitement comprise côté médical, les femmes sont également plus instruites. Depuis la circulaire Fontanet du 23 juillet 1973, l'école a une obligation d'information sur la sexualité. Elle doit organiser des séances d'éducation à la « vie sexuelle et relationnelle » et consacrer une partie du

programme de Sciences et vie de la Terre à la reproduction et à la puberté, des ouvrages comme *L'école des Parents* suggèrent aux mères d'accompagner et d'informer leurs filles sur les premières règles. Les serviettes hygiéniques jetables font leur apparition en 1963. Dès 1973, la publicité pour les protections périodiques est autorisée à la télévision. Pour autant les mentalités ont du mal à évoluer, en 1989 lorsqu'une étudiante parisienne demande à plusieurs médecins généralistes de remplir un questionnaire dans le cadre de sa thèse sur le vécu des règles elle récolte les réponses suivantes : « Que peut-on dire sur un pareil sujet ? », « C'est un sujet féministe ? », « C'est une enquête style Marie-Claire ? » (7)

B. Persistance d'un tabou autour des menstruations

Aujourd'hui le marketing des menstruations continue à alimenter le tabou des menstrues. Les publicités n'hésitent pas à utiliser des arguments de vente comme la « fraîcheur » et la « propreté », « Pour une sensation de fraîcheur et de protection aussi pendant vos règles », « Les femmes actives savent à quel point il est important de se sentir propre ». Par leur pouvoir de suggestion, elles contribuent à l'établissement de fausses représentations sur les règles : elles sont considérées comme malodorantes, de plus le terme « hygiénique » et le mot « propre » laissent penser que les menstruations sont quelque chose de sale. L'argument marketing de la discrétion, illustre la persistance du tabou dans notre société, la peur de la tâche sur les vêtements est encore très présente. De plus, la célèbre marque Always a préféré utiliser la couleur bleu pour représenter le sang menstruel ; à ce sujet Christine Fourgeron chef de produit de la gamme Always en 1995 s'explique « Le rouge est exclu pour des raisons évidentes. Le message est suffisamment clair sans être choquant ». (8)

Les menstruations ont la vie dure, les études montrent qu'en France et à travers le monde les menstruations restent tabou, redoutées et même encore incomprises par les adolescentes vivant dans les pays en voie de développement. En effet, les résultats de plus de 80 recherches multipays menées en 2017 montrent que la majorité des adolescentes vivent leurs premières règles sans avoir été informées au préalable. En 2006, l'étude *Health education for adolescent girls. World Health Organisation Regional Office for the Eastern Mediterranean* , a montré que dans la région méditerranéenne, les jeunes filles sont informées sur leurs menstruations en grande majorité après leurs ménarches. Cette confrontation à cette première expérience sans informations au préalable, choque la plupart des jeunes filles qui osent difficilement en parler à leurs parents. Même si les menstruations sont un processus physiologique, elles sont dans le monde encore majoritairement perçues comme une maladie par les jeunes filles. (9) (10)

Dans l'ensemble se sont les mères des jeunes filles qui sont leur première source d'information, l'école informe peu sur le sujet. De plus certaines filles, sont dès leurs ménarches exclues socialement du système scolaire. (11)

En France, le Planning Familial qui intervient sur demande en milieu scolaire souligne dans son rapport de 2015 que la formation du personnel est insuffisante pour pouvoir correctement subvenir aux besoins des jeunes et répondre à leurs questions. Dans un rapport plus récent le Planning Familial indique que les actions d'éducation à la sexualité devraient plus impliquer les parents qui pour beaucoup ont des difficultés à parler ouvertement de la puberté et de sexualité avec leurs enfants. (12)

Robert's and all ont montré qu'à la fois les hommes et les femmes réagissaient négativement lorsqu'une femme laissait tomber un tampon de son sac. Selon Jarrah et Camel la plupart des femmes savent que le phénomène des menstruations est physiologique mais elles éprouvent encore de la honte à leurs égards les poussant à préférer les cacher. (13) (14)

C. Menstruations et rapports sociaux de sexe

Le genre, issu du terme anglais « gender », désigne en français ce qu'on pourrait appeler le « sexe social », c'est à dire l'ensemble des aspects psychologiques et sociaux rattachés à l'identité sexuelle, autrement dit le genre renvoie à la différenciation sociale et culturelle du masculin et du féminin. Ce concept, utilisé comme outil d'analyse en sciences sociales depuis les années 70, sous-entend que le rapport entre les hommes et les femmes se construit par un ensemble de contingences, phénomènes sociaux, c'est un système dynamique. Selon Simone de Beauvoir « *on ne naît pas femme, on le devient* », ainsi l'identité sexuelle n'existe que dans un contexte de regard extérieur. (15)

L'outil du genre ne conteste pas l'existence de différences biologiques et de différences de comportements entre femmes et hommes mais conteste l'idée que ces différences de comportements, de position, découleraient de la nature des hommes et des femmes.

L'historienne Joan Wallach Scott, définit le genre comme « *un élément constitutif de rapports sociaux fondés sur des différences perçues entre les sexes, le genre est une façon première de signifier des rapports de pouvoir* ». (16)

L'étude du genre a en effet permis d'introduire la notion de « rapports sociaux de sexe » c'est à dire l'analyse des rapports de pouvoirs entre femmes et hommes s'exprimant dans nos sociétés au sein des ménages et dans la division du travail.

Les femmes ont été très longtemps absentes de la recherche en sociologie. Dans les études de stratification sociale, les femmes étaient rangées dans la classe sociale de leur mari. En 1971, Nicole Claude Mathieu explique que part ailleurs, le rôle de la femme a été longuement étudié dans la sociologie de la famille. La femme était donc même au sein de la sociologie, exclue du monde du travail et du domaine des études. Chantal Kirsch dans « *La différenciation sociale et biologique des sexes* » relève que la plupart des études anthropologiques et sociologiques d'avant 1970 justifient la division sexuelle du travail par les différences biologiques entre hommes et femmes. La division sexuelle du travail serait selon Kirsch et Sylvie Steinberg le fruit de préjugés sexistes courants repris par les biologistes du XIXe siècle.(17) (18) (19)

Dans son livre « l'Amazone et la cuisinière » Alain Testart explique l'origine de la division du travail et pourquoi les différentes tâches étaient différemment attribuées selon le sexe de la personne. Très tôt, on a attribué la chasse utilisant des armes aux hommes car selon les croyances, il ne fallait surtout pas qu'il y ait un mélange des sangs « une femme ne peut faire jaillir le sang parce qu'il est question d'un tel jaillissement en son corps ». Les gestes techniques des travaux attribués aux femmes tels que moudre, pilonner relèvent d'un usage très particulier de l'outil, ce que Leroi-Gourhan appelait la *percussion posée*, qui s'oppose à la *percussion lancée* propre aux outils et aux armes utilisés par les hommes — javelot, harpon, hache, herminette.

Explication : « la femme étant sujette à de graves perturbations qui l'affectent en l'intérieur de son corps, évitera de produire de telles perturbations dans l'intérieur des corps qu'elle travaille ». La division du travail serait donc, selon Testart, née du fait que la femme ait été écartée des travaux rappelant la peur de la blessure secrète qu'elle portait en elle : le sang menstruel.(20)

Comme vu dans le chapitre sur la création et la persistance du tabou sur le sang menstruel, ces croyances dont parle Testart ont pu être expliquées par la méconnaissance du phénomène des menstruations. Mais la gynécologie et la psychologie nées au XIXe vont continuer à se servir de ces croyances pour mettre au point des arguments biologiques justifiant l'inégalité entre hommes et femmes. (21)

Les menstruations « sont le marqueur incarné de l'existence des femmes » selon la photographe Marianne Rosentielh. Pour elle, le tabou des menstruations n'est qu'un marqueur de misogynie de

plus. C'est aussi ce que dénonce Rupri Kaur « *pourquoi chuchotons-nous « règles » alors que nous sommes si prompts à crier salope, traînée et pute ?* » a-t-elle déclaré lorsque le réseau social Instagram a supprimé son post où l'on pouvait voir la tâche de ses règles sur son survêtement et ses draps. Il y a certes une libération autour du corps de la femme, la publicité n'hésite plus à montrer les seins d'une femme, mais comme le souligne Camille Froidevaux-Metterie depuis que les seins sont peu à peu sortis du circuit de l'allaitement ils se retrouvent « voués à l'esthétique sexuelle », ils sont devenus un objet destiné à attirer le regard masculin. Et cela fonctionne aussi pour les fesses sujettes à une flopée de pub jugées sexistes où la femme n'est plus que représentée par son fessier. « *Ce n'est pas le moindre paradoxe de notre temps, que de voir le principe de l'égalité entre les sexes prendre racine en même temps que la logique phallogocentrée continue de se déployer souterrainement* »⁽²²⁾. Le corps de la femme se dévoile à condition qu'il réponde à une représentation sexuée de la femme. Oser parler des menstruations ne va pas dans ce sens puisque c'est admettre que le vagin d'une femme ne sert pas qu'au sexe.

Au final on peut s'apercevoir que les représentations négatives du sang menstruel se sont historiquement et socialement construites tout comme les rapports sociaux de sexe.

L'étude des rapports sociaux de sexe montre que dans l'ensemble la femme a longtemps été et reste considérée comme inférieure à l'homme. La diabolisation des menstruations a sans doute un rôle prépondérant dans cette construction sociale de la supériorité de l'homme.

D. Justification de l'intérêt de l'étude

Dans le cadre de mon stage de consultation en gynécologie, j'ai été interpellée par la gêne qu'occasionnent encore les menstruations chez beaucoup de femmes. Certaines d'entre elles préféreraient annuler leur rendez-vous chez leur gynécologue ou leur sage-femme à cause de leurs menstruations. D'autres se trouvaient extrêmement gênées par la situation et beaucoup s'excusaient d'avoir leurs règles « excusez-moi docteur c'est un peu sale » ou encore « excusez moi, j'ai mes... mes choses ». J'ai été particulièrement surprise par le degré de persistance du tabou autour des règles dans la population générale.

Au sein de mon entourage, qui se constitue de beaucoup de soignants et étudiant(e)s sage-femmes, le tabou menstruel s'avère être quasiment inexistant. Ainsi, je pensais que le tabou était entrain de disparaître.

En tant que soignant, nous sommes capables de traiter de très nombreuses maladies et douleurs physiques. Cela nous permet d'améliorer de façon considérable le vécu des menstruations. Pourtant,

de très nombreuses femmes ont toujours une représentation négative de leurs menstruations et ce malgré l'absence de pathologie physique.

L'Organisation Mondiale de la Santé définit la santé comme un «état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité c'est aussi « l'ensemble des ressources sociales, personnelles et physiques permettant à l'individu de réaliser ses aspirations et de satisfaire ses besoins ».

Les dimensions psychologiques et sociales ont donc une importance toute particulière dans la notion de santé. Ainsi nous pouvons considérer qu'une femme ayant des règles physiologiques mais qui a en revanche un vécu négatif de ses règles ne répond pas entièrement aux critères de bonne santé.

Les nombreuses enquêtes menées auprès des adolescentes sur le vécu menstruel montrent que la plupart d'entre elles ne considèrent pas leurs ménarches comme un événement traumatisant lorsque celles-ci y ont été préparées. Le rapport publié en 2020 par l'Assemblée Nationale sur les règles démontre que les menstruations sont à l'origine « d'angoisses et de souffrances » pour les femmes. C'est pourquoi on y mentionne l'importance d'éduquer les jeunes filles. À ce jour au sein des collèges français, les élèves participent à des réunions informatives sur la santé sexuelle en classe de 4ème et de 3ème mais on y parle très peu des menstruations. En cours de Sciences de la Vie de la Terre, les menstruations sont abordées en classe de 5ème, mais aujourd'hui de nombreuses adolescentes vivent leur ménarches plus tôt, en fin de primaire ou en 6ème. C'est pourquoi le rapport préconise d'informer nos jeunes dès la 6ème. Il y a donc beaucoup de pré-adolescentes qui vivent leurs ménarches sans être informées de leur existence et de leur normalité. Les gynécologues, sages-femmes et généralistes pourraient répondre à cette problématique en expliquant aux mères l'importance d'aborder le sujet des règles auprès de leurs filles, avant l'arrivée de leurs ménarches. Nous pourrions aussi demander à rencontrer ces dernières pour leur expliquer ce que sont les règles et les limites de la physiologie des menstrues. Ainsi les gynécologues, généralistes et sages-femmes pourraient grandement diminuer les représentations négatives des règles en intervenant le plus tôt possible dans la vie des femmes. (7) (10) (23)

La connaissance des menstruations par les femmes et l'absence de tabou à ce sujet nous permettrait aussi de limiter l'errance médicale avant le diagnostic d'une pathologie menstruelle. L'article « *Pour une critique et une reconstruction féministes de l'éducation thérapeutique. L'exemple de l'endométriose.* » d'Anaïs Choulet-Vallet

démontre que les rapports sociaux de sexe participent à la construction de l'idée qu'il est normal de souffrir pendant ses règles. Les processus sociaux déjà utilisés pour construire la notion « d'hystérie » sont aujourd'hui mobilisés pour normaliser les douleurs menstruelles. (24)

« le patriarcat participe à fabriquer l'endométriose, et plus précisément la souffrance qui en découle. Cela s'accompagne d'un discrédit de cette maladie, pourtant connue depuis l'Antiquité. Cela s'exerce en mobilisant les mêmes procédés explicatifs que pour l'hystérie, en prétendant que les douleurs menstruelles sont « normales », en assignant les femmes à leur utérus et leur fonction de mère, en diffusant l'idée d'un corps féminin naturellement pathologique, en refusant de mettre en place des protocoles scientifiques jusqu'à une époque récente, en dénigrant les souffrances physiques au nom d'une psychologisation du problème, etc. En bref, le patriarcat a contribué à entretenir l'ignorance et les idées reçues sur l'endométriose » : explications d'Anaïs Choulet-Valet tirées de l'article « *Pour une critique et une reconstruction féministes de l'éducation thérapeutique. L'exemple de l'endométriose.* (24)

Ainsi, nous devrions en tant que soignants nous intéresser à la part qu'occupe les rapports sociaux de sexe dans l'entretien du tabou des menstruations, afin d'améliorer la santé menstruelle de nos patientes.

E. Question de recherche

La persistance de ces perceptions négatives du sang menstruel au sein de notre société nous a poussé à réfléchir sur ce thème et traiter la question suivante :

Quel est le vécu actuel des menstruations par les femmes et a-t-il un lien avec les rapports sociaux de sexe ?

F. Objectifs de recherche

Le premier objectif de l'étude est d'évaluer le vécu des menstruations par les femmes puis notre second objectif sera de recueillir le vécu des rapports sociaux de sexe par ces mêmes femmes. Enfin nous aimerions si possible montrer l'existence d'un lien entre le vécu menstruel et celui des rapports sociaux de sexe.

G. Hypothèses de recherche

Nos hypothèses de recherche sont :

Tout d'abord les règles sont majoritairement vécues comme honteuses.

Ensuite nous pensons que les femmes ont conscience de l'existence des rapports sociaux de sexe au travail et au sein de la famille.

Et enfin l'émancipation de la construction sociale des rapports sociaux de sexe permet aux femmes de s'affranchir des représentations négatives des menstruations.

II. Matériel et méthodes

A. Type d'étude

Afin de répondre à ce questionnement, nous allons mener une étude qualitative, descriptive et exploratrice. Nous utiliserons l'entretien comme outil de recueil des données. Cette méthode nous paraît plus appropriée que le questionnaire puisqu'elle permettra d'obtenir des éléments de réflexion propres aux personnes interrogées. D'autant plus que l'entretien porte sur des questions personnelles et intimes.

Pour cette étude, nous utiliserons l'entretien semi-dirigé qui est le type d'entretien le plus utilisé en science sociale. En effet, il permet de centrer l'entretien sur l'hypothèse de départ tout en étant assez ouvert pour que la personne puisse s'exprimer librement sur le sujet.

B. Population étudiée

C.

Nous avons choisis de nous entretenir avec des femmes effectuant leur suivi gynécologique au sein d'un hôpital public afin d'avoir une plus grande diversité de profil par rapport à des femmes suivies dans un cabinet libéral. En effet le lieu géographique c'est à dire le quartier du cabinet, pourrait constituer un biais de recrutement dans la mesure où le quartier voire le village concentrerait une population issue d'une classe sociale spécifique.

Les personnes répondants aux critères suivants ont été incluses dans notre étude :

- être une femme suivie par un gynécologue ou une sage-femme à l'hôpital de Saverne
- être une patiente ayant l'âge d'être réglée (sans considération du moyen de contraception qu'elle utilise ou non qui pourrait potentiellement supprimer temporairement ses menstruations)
- accepter de répondre à l'entretien sur la base du volontariat
- parler couramment le français
- ne pas présenter de pathologie utérine ou pathologie ayant une influence à long terme sur les menstruations.

D. Lieu de recrutement

Le recrutement a eu lieu au sein du service de consultation gynécologique de l'hôpital public de Saverne sur deux semaines.

E. Méthode de recrutement

Avec l'accord de la cadre du service, la population a été recrutée sur la base du volontariat de la manière suivante : toutes les femmes rencontrées lors de mon stage au sein du service, qui répondaient aux critères décrits ci-dessus, ont reçu à la fin d'une consultation gynécologique, un document présentant l'étude et leur demandant de me contacter si celles-ci étaient volontaires. Le document est disponible dans les annexes : Annexe I Après avoir proposé à 85 personnes de participer à l'étude, 11 ont répondu positivement. Mais l'une d'elle m'a ensuite annoncé qu'elle venait d'avoir le diagnostic d'une pathologie l'excluant de l'étude.

F. Grille d'entretien

Nous avons établi une grille d'entretien disponible dans les annexes : Annexe II .

Cette grille semi-directive comporte deux axes d'étude qui répondent aux deux premiers objectifs de l'étude.

Le premier axe consiste à définir comment la femme interrogée vit ses menstruations et si elle en a une représentation négative ou positive. Nous chercherons tout d'abord à identifier le profil menstruel de chaque femme, puis nous chercherons à savoir comment celles-ci vivent leur clinique menstruelle, nous déterminerons quel est leur vécu socio-culturel de leurs règles et enfin quelles représentations associent-elles aux règles.

Le deuxième axe permet d'identifier le rapport qu'a l'interlocuteur vis à vis des normes de genre et rapport sociaux de sexe. Notons que le terme de « rapports sociaux de sexe » (RSS) est peu connu du grand public néanmoins nous voulions savoir si les femmes avaient conscience de l'existence des RSS .

Les RSS, rappelons le, c'est l'ensemble des faits sociaux par lesquels s'expriment la domination des femmes par les hommes. Nous avons donc voulu voir si les femmes étaient capables d'énumérer des situations de vie où elles ont remarqué que leurs comportements et leurs actions étaient plus ou moins dictés ou influencés par des normes sociétales en raison de leur sexe féminin.

Cette grille nous a servi de guide pour mener les entretiens.

G. Recueil des données

Les entretiens ont été réalisés via des appels téléphoniques. Nous avons enregistré les conversations à l'aide d'un dictaphone. Pour débiter l'entretien nous avons une nouvelle fois expliqué aux volontaires le thème du mémoire en expliquant que nous souhaitions évaluer le vécu des menstruations sans préciser quelle était notre question de recherche pour éviter d'influencer leurs réponses. Nous avons ensuite précisé que nous étudierons leurs réponses tout en gardant leur anonymat. Les questions posées lors des entretiens ont été préparées et regroupées par thèmes à l'avance au sein de la grille d'entretien. Les questions ont été élaborées de manière à être courtes et peu suggestives pour laisser les interlocutrices s'exprimer librement sur le thème des différentes questions. Si toutefois les réponses s'éloignaient du sujet de la question, nous les avons redirigé à l'aide de précisions ou de questions supplémentaires.

H. Analyse des données

Nous allons à présent décrire la méthode que nous avons utilisé pour analyser les entretiens.

La première partie de l'entretien était destinée à déterminer si la clinique menstruelle des patientes interrogées était physiologique, subnormale ou bien pathologique. Pour y parvenir nous avons utilisé les critères définissant les limites de la clinique menstruelle physiologique détaillées sur le site officiel de la Société des Obstétriciens et Gynécologues du Canada (SOGC). Les critères utilisés sont détaillés dans l'Annexe III. (25)

Concernant l'analyse du vécu personnel et socioculturel des menstruations, nous avons après une première lecture des entretiens, repéré les différents champs lexicaux présents. Nous avons commencé par chercher dans les entretiens, les thèmes/codes que nous pensions retrouver avant de réaliser les entretiens. Ensuite l'étude des verbatims a permis de faire émerger de nouveaux thèmes. Les thèmes repérés ont ensuite été classés et comparés selon les thématiques abordées. La fiche détaillant le codage utilisé se trouve en annexe : Annexe II

Pour analyser la question suivante :

« Pensez-vous que parce que vous êtes de sexe féminin, vous êtes soumise à certaines obligations ou attentes de la société ? Si oui, pourriez-vous me donner des exemples de situations où vous avez fait ce constat ? »

Nous avons créé un codage en se basant sur notre revue de la littérature. Nous avons cherché des articles et ouvrages décrivant les différentes sphères où s'illustrent les rapports sociaux de sexe. Le codage qui en résulte est disponible en Annexe IV.

Danièle Kergoat dans son livre *Se battre, disent-elles*, nous parle de l'illustration des RSS au travers de la division sexuelle du travail qui « a pour caractéristiques l'assignation prioritaire des hommes à la sphère productive et des femmes à la sphère reproductive ainsi que, simultanément, la captation par les hommes des fonctions à forte valeur sociale ajoutée ». C'est donc une forme de division sociale du travail qui a des principes organisateurs : le principe de séparation (il y a des travaux d'hommes et des travaux de femmes) et le principe hiérarchique (un travail d'homme « vaut » plus qu'un travail de femme et sera tant que cette croyance persiste mieux rémunéré qu'une femme). (26) (27)

Il y a donc ce que les sociologues appellent, une ségrégation horizontale du travail : il y a des métiers dits masculins et féminins. .

Les RSS sont aussi à l'origine d'une ségrégation verticale du travail : les femmes ont moins accès aux échelons les plus élevés de la hiérarchie. (28)

Notre revue de la littérature permet d'obtenir trois codes qui représentent tous un fait par lequel s'illustre les inégalités de sexe au travail :

- inégalités salariales
- ségrégation genrée horizontale du travail
- ségrégation genrée verticale du travail.

Les inégalités inhérentes aux RSS ne concernent pas uniquement la sphère du travail rémunéré. Elles sont présentes aussi au sein de la sphère familiale. Marie Buscatto, dans son livre *Sociologie du genre*, aborde la constitution genrée des familles. Les foyers se fondent encore selon le principe de l'hétéronormativité, bien que les libertés soient aujourd'hui plus grandes, les comportements contraire à l'hétérosexualité sont toujours socialement stigmatisés. Elle explique que si le mariage ne signe plus la constitution d'une famille, le projet d'enfant semble bien en être le fondement majeur. La norme pour tout couple qui se forme, est qu'un jour il désire avoir un enfant. Les couples ne désirant pas d'enfant restent une curiosité pour la société. Les femmes qui ne veulent pas d'enfant dérangent plus que les hommes dans la même situation. En effet, la femme existe par son statut de maman depuis des millénaires tandis que l'homme qui ne désire pas d'enfant a le privilège d'être considéré comme étant une personne qui fait le noble choix de privilégier sa carrière. Après avoir

évoqué les normes de procréation régis par les RSS, elle décrit une autre norme genrée affectant la vie familiale : la répartition inégale et sexuée des tâches domestiques. Ces tâches restent aujourd'hui l'apanage des femmes malgré leur arrivée massive sur le marché du travail. (29)

L'étude du livre de Marie Buscatto nous permet de rajouter à notre codage concernant les sphères où s'illustrent les rapports sociaux de sexe, quatre codes qui concernent la sphère privée de la famille :

- l'hétéronormativité
- normes genrées de procréation
- répartition inégalitaire et genrée des tâches domestiques
- gestion et éducation des enfants, un rôle de femme.

Les travaux concernant les RSS expliquent clairement que les inégalités dues aux RSS ne peuvent pas se catégoriser par sphère sociale : chaque sphère influe sur plusieurs autres sphères. Les normes de procréation et d'éducation des enfants par les femmes ont des conséquences sur la sphère du travail rémunéré. En effet, trouver un emploi est plus difficile pour une femme qu'un homme. On considère qu'une femme consacre naturellement plus de temps à ses enfants qu'un père et par conséquent sera moins présente et investie dans son travail. (30)

Nous rajouterons par conséquent un code qui sera : la discrimination au recrutement lié aux normes genrées de procréation.

Concernant les normes genrées liées à l'apparence physique, parmi les inégalités tablant à la fois sur la sphère privée et publique, il reste celle du rapport au corps et au paraître. Dans notre société actuelle, où la sexualité n'occupe plus seulement la sphère privée, il existe désormais une plus grande pression pour être et rester belle et désirable. Ce devoir d'être beau s'étend aussi aux hommes mais il ne revêt pas le même niveau d'exigence. Un homme n'étant pas considéré comme « beau » physiquement aura la possibilité d'être considéré comme séduisant grâce à d'autres aspects que son apparence, notamment sa situation personnelle. La beauté, est pour les hommes un « plus » et « non pas le critère qui exprime et offre le reflet synthétique de l'identité masculine » explique Marie-Durut-Bellat dans la *Tyrannie du genre*. (31)

Nous rajouterons donc un dernier code : les normes d'apparence physique.

III. Résultats

A. Description de la population interrogée

Tableau I : Description de la population

	Âge (années)	Métier	Niveau d'étude	Métiers des parents	Nombres frères et sœurs (n)	Environnement , particularités
F1	30	Agricultrice	Certificat d'étude professionnel agricole niveau 3	Parents agriculteurs	1 frère 1 petite sœur	Mariée, enceinte de son premier enfant
F2	28	Esthéticienne	Certificat d'étude professionnel d'esthétique	Mère éducatrice à l'Armée du Salut Pas de lien avec son père	1 petit frère	
F3	24	Vendeuse	Baccalauréat technologique	Mère vendeuse Père zingueur	1 petite sœur	
F4	23	Étudiante auxiliaire de puériculture	Baccalauréat +1	Mère travaille dans le service client Père recherche emploi milieu main d'œuvre	1 sœur jumelle	
F5	21	Secrétaire	Baccalauréat + 2	Mère est auxiliaire de vie Pas de lien avec son père	1 grande sœur 1 grand frère	
F6	48	Contrôleur de gestion	Baccalauréat +5	2 parents ouvriers	2 grands frères 1 petite sœur	Mariée 2 filles
F7	22	Étudiante en 2eme année de master de droit	Baccalauréat + 5	Père médecin généraliste Mère infirmière	1 grand frère 1 grande demie-sœur (n'a pas vécu avec)	
F8	26	Étudiante infirmière puéricultrice	Baccalauréat+4	Mère professeur des écoles Père technicien de maintenance industriel	Fille unique	
F9	40	Travail dans la restauration hospitalière	Certificat d'étude professionnel	Père agriculteur Mère au foyer	1 frère 1 grande sœur 2 petites sœurs	Née au Maroc, est arrivée en France à 18ans Maman de 3 enfants et divorcée , nouveau conjoint depuis.
F10	46	Conseillère en banque	Baccalauréat + 2	Mère mère au foyer Père ajusteur mécanicien	3 petites sœurs	Mariée 2 enfants S'occupe de son potager et produit sa viande

L'âge médian de la population est de 26 ans et l'âge moyen est de 31 ans. Les niveaux d'études sont variés, certaines ont le baccalauréat, d'autres un Certificat d'étude Professionnel et cinq ont plusieurs années d'étude après l'obtention de leur baccalauréat. Cinq d'entre elles sont l'aînée de leur(s) sœur(s) et ont donc vécu leurs menstrues sans pouvoir bénéficier de l'expérience de grande(s) sœur(s). L'une d'elles est fille unique et trois d'entre elles ont une grande sœur.

B. Description de la clinique menstruelle des participantes

Le tableau qui suit présente la description factuelle des menstruations des femmes interrogées en termes d'abondance, de durée, de fréquence, de niveau de douleur, d'utilisation ou non de traitement(s) à visée antalgique et du type de contraception utilisé ou non par les patientes. Les caractéristiques menstruelles sont d'une manière générale très variables d'une femme à l'autre et la clinique des menstruations dites physiologiques ne peut pas être clairement définie. Nous connaissons en revanche les critères qui permettent de délimiter la physiologie de la pathologie

Tableau II : Description des cycles des participantes à l'étude (1)

	Abondance	Durée des règles	Durée du cycle Régularité du cycle	Échelle numérique de la douleur en l'absence de traitement antalgique (n € [1;10])	Utilisation antalgiques	Contraception
		jours (n)	jours (n)			
F1	1 serviette / 3 heures	6 à 7	30 Cycles réguliers	5	Non mais prise contraception œstroprogestative pour diminuer la douleur	Pilule œstroprogestative
F2	Changement protection lorsque va aux toilettes	7	30 Cycles réguliers	5 à 6	Flurbiprofène si douleurs fortes mais règles décrites comme tolérables avec Paracétamol	Aucune
F3	Profil initialement abondant avec 1 serviette toutes les 2 heures les premiers jours Aujourd'hui 1 serviette par 3 à 4 heures (premiers jours sous pilule)	5	Cycles réguliers sous pilule Aménorrhée sous pilule depuis changement	Pics de douleur à 6-7 sinon douleurs à 3-4 au début Les douleurs ne m'empêchaient pas d'aller en cours ni de vivre ma vie normalement sauf très rarement en début de cycles	Soulagée par du Paracétamol ou Phloroglucinol Si pic de douleur Paracétamol codéiné	Pilule permettant aménorrhée
F4	Changement de serviette par 4 heures	4	Règles irrégulières les premiers mois à type polyménorrhée saignements une semaine sur deux Puis une fois par mois avec pilule ou sans aujourd'hui aménorrhée sous pilule	0	non	Pilule pour régulariser les règles « ne plus les subir » puis Pilule pour supprimer les règles et « éviter moment de honte »
F5	Sous pilule abondance normale selon elle Avec implant très peu abondantes	7 sous pilule 3 sous implant	28 sous pilule Cycles irréguliers sous implant	2-3	Soulagée par Phloroglucinol Paracétamol	Pilule œstroprogestative puis implant

Tableau III :Description des cycles des participantes à l'étude (2)

	Abondance	Durée des règles	Durée du cycle Régularité du cycle	Échelle numérique de la douleur en l'absence de traitement antalgique	Utilisation antalgiques	Contraception
		jours (n)	jours(n)	(n)		
F6	Une serviette partiellement remplie par 2-3 heures par souci d'hygiène	5	30 Règles irrégulières sous pilule puis régulières avec stérilet au cuivre.	3-4 « petits tiraillements »	Non	Pilule puis stérilet cuivre car contre indication pilule
F7	Sous pilule changement par 4 heures de tampon et ce dernier n'était pas plein stérilet cuivre depuis 3 mois : 1 tampon par 4h rempli	4 à 5	1 fois par mois Puis depuis stérilet au cuivre tous les 10 jours	0 puis 4-5 avec stérilet Je découvre les douleurs de règles (j'ai un peu plus mal mais ce n'est pas au point de me mettre couchée dans le lit) sauf peut-être parfois la première journée	Pilule dans l'objectif de diminuer les douleurs La douleur passe facilement avec du Paracétamol ou Phloroglucinol	Pilule estroprogestative puis stérilet cuivre
F8	Initialement très abondantes (de 11 à 14ans) changement toutes les 2 heures maximum avec une conséquence pathologique : anémie aujourd'hui changement de protection toutes les 3 à 4 heures par mesure d'hygiène	10 (de 11 à 14ans) puis 5 sous pilule	30 Cycles réguliers mais spotting à l'ovulation avant pilule aujourd'hui sans spotting avec ou sans pilule	Initialement des douleurs très fortes (non systématiques) de 11 à 14 ans : toujours 3-4 minimum et maximum une fois à 8 Aujourd'hui au maximum 5-6 (très rarement)	Pilule œstroprogestative pour diminuer les douleurs	Pilule œstroprogestative
F9	Les deux premiers jours perte d'environ 3 caillots par jour de 2 à 3 cm de diamètre sans que la serviette soit pleine.En l'absence de caillots changement par 3 heures les 2-3 premiers jours	6 à 7	environ 1 fois par mois	3-4	Non	Aucune
F10	N'est pas gênée par l'abondance de ses saignements pas besoin de changer sa protection trop régulièrement	5 à 7 (plus jeune 3 à 5)	Règles régulières : 1 fois par mois	1 à 2	Non	Stérilet au cuivre

Parmi les femmes interrogées aucune ne présente de pathologie organique (utérine ou ovarienne) ni d'endométriose ou d'autres pathologies diagnostiquées à l'origine de règles anormales. D'après les critères de normalité des menstruations détaillés par la Société des Obstétriciens et Gynécologues du Canada, nous avons classé les différentes caractéristiques menstruelles en trois catégories : physiologique, subnormale et pathologique. (25)

Il en ressort qu' F5, F6 et F10 ont des règles physiologiques en tout point.

F2 et F3 présentent occasionnellement des douleurs subnormales qui sont soulagées habituellement par des antalgiques en vente libre mais nécessitant parfois des antalgiques uniquement disponibles sur prescription médicale.

F1 et F7 avaient aussi des douleurs subnormales qui ont diminué depuis la prise d'une contraception hormonale.

F4 et F8 ont eu des saignements d'abondance pathologique mais la prise d'une pilule œstroprogestative a permis de normaliser la quantité de leurs saignements ainsi que de régulariser des menstruations trop fréquentes pour F4.

F9 présente des saignements en quantité subnormale selon nos critères, néanmoins le récit d'F9 nous montre qu'elle trouve personnellement perdre une quantité de sang trop importante, c'est pourquoi nous avons choisi d'utiliser le score Pictorial Blood Loss Assessment Chart (PBAC) disponible sur le site des Obstétriciens et Gynécologues du Canada pour quantifier plus objectivement ses menstruations. En prenant en compte les caillots, leurs tailles et les éventuelles fuites nous obtenons un score entre 80 et 90 points selon les cycles. La limite entre les ménorragies (règles trop abondantes) et les saignements de quantité physiologique est définie par le score de 100 points. Nous restons donc d'un point de vue quantitatif dans les normes. (25)

F7 présente des saignements trop fréquents depuis la pose de son stérilet au cuivre 3 mois avant l'interview, nous savons que la pose récente d'un stérilet peu temporairement perturber la régularité des menstruations. Par conséquent nous n'excluons pas F7 des personnes interrogées puisqu'il s'agit à priori d'un dérèglement du cycle passager lié à une contraception. Nous concluons qu'aucune des femmes interrogées présente actuellement des menstruations ou cycles pathologiques bien que certaines caractéristiques menstruelles sont définies comme subnormales chez plusieurs de ces femmes. (25)

C. Vécu des menstruations

1. Vécu personnel de la clinique menstruelle

Sept patientes parmi les 10 interrogées: F1, F2, F3, F4, F7, F8 et F9 expliquent que leurs règles sont ou ont été pénibles à vivre.

F2, F3, F4 et F9, ont un vécu des menstruations qui vont au-delà de la pénibilité. Pour elles, les règles les obligent à changer leurs habitudes de vie et ralentir leur train de vie quotidien. Pour ces dernières les menstruations sont responsables d'une dégradation de leur qualité de vie.

F2 « *J'ai aussi des changements d'humeur rapide, j'aime pas trop voir du monde dans ces périodes parce que je « sur-réagi ». Après j'aime pas trop sortir quand j'ai mes règles parce que j'ai le ventre gonflé ...*

- *Tu n'aimes pas le regard des autres quand ton ventre est gonflé ?*

- *Ouai vraiment... ».*

Parmi les personnes qui perçoivent ou ont perçu leurs menstruations comme étant une véritable nuisance, deux d'entre elles : F3 et F4, ont choisi d'avoir recours à une contraception supprimant tout d'abord les menstruations mais stoppant par la suite tout saignement de privation (qui peuvent subsister avec la plupart des modes de contraceptions). C'était pour elles, la solution pour ne plus subir leurs menstruations.

D'autres comme F1 et F8 ont pu finalement vivre leurs « menstruations » de manière beaucoup plus sereine grâce à l'utilisation d'une contraception ne supprimant pas totalement les règles ou laissant tout de même des saignements de privations.

F8« *Je suis allée voir le gynéco qui m'a mis sous pilule et là c'était le jour et la nuit parce que je revivais, j'avais des cycles normaux, pas de spotting, pas de mauvaises surprises et les douleurs se sont bien calmées. Y a quelques années j'ai fait une pause de pilule pour une prise de sang et là j'ai eu des cycles normaux on va dire [rire], c'était beaucoup plus fort que sans pilule mais beaucoup moins douloureux qu'entre mes 11 et 14 ans. Aujourd'hui mes règles, je ne les attends pas avec impatience mais je les vis beaucoup mieux c'est simplement un moment embêtant à passer.*

»

Malgré l'absence de régularité de ses saignements de privation, F5 exprime un vécu plus nuancé c'est pour elle un « moindre mal » avec lequel il faut vivre. F8 depuis la normalisation de ses cycles, décrit aussi ses menstruations comme un moindre mal.

F5 « *Au départ, j'avais un cycle très réglé, j'avais mes règles tous les 28 jours et elles duraient une semaine et j'avais des douleurs mais elles étaient gérables, à l'époque j'avais une pilule. Sauf que maintenant j'ai un implant depuis deux ans et mes règles sont un peu n'importe comment... Elles arrivent quand elles arrivent et ça dure que trois jours et c'est à peu près tous les six mois[...] Avoir mes règles n'est pas un problème pour moi c'est parfois embêtant de ne pas savoir quand elles vont arriver mais c'est comme ça, je fais avec. [...] Je fais toujours la même chose, si je dois aller dans l'eau je ne vais pas m'empêcher d'aller dans l'eau, si je dois faire du sport je ne vais pas m'en empêcher »*

Enfin pour F6 et F10 les menstruations ne sont pas quelque chose de pénible à vivre. Elles abordent le sujet des menstruations de manière positive (lorsqu'il s'agit uniquement du vécu de la clinique de leurs menstruations). Elles expliquent que les règles sont un phénomène naturel et normal. F10 rajoute qu'elle est contente d'avoir ses règles.

F6 « *Je n'ai jamais trouvé que les règles étaient quelque chose de troublant ou traumatisant par rapport aux amis, la famille ou les activités. J'ai toujours trouvé que c'était pas quelque chose de négatif, ni une contrainte »*

« *c'est quelque chose de naturel, je les comprends et ça fait partie de la nature et du cycle du corps humain de la femme »*

F10 « *Je suis contente d'avoir mes règles »*

2. Vécu socio-culturel des menstruations

2.1 Connaissances scientifiques des menstruations

La plupart des patientes connaissent au moins partiellement l'explication biologique des menstruations. Seule F9 ne connaît pas du tout l'origine biologique des menstruations.

F9 « *Pourquoi on a nos règles ? Euh ben je sais pas du tout, je sais pas, je vais pas dire de bêtise, je sais pas »*

F1, F2, F6, F7 et F10 possèdent des connaissances scientifiques partielles sur les règles : elles expliquent que l'absence de fécondation de l'ovule, provoque l'apparition des menstruations mais ne savent pas d'où provient le sang menstruel.

F7 : « *le vagin se contracte pour expulser l'ovule qui n'est pas fécondée mais ne me demande pas pourquoi il y a du sang* »

F10 : « *c'est un peu le fruit de l'ovulation, non pas le fruit parce que le fruit c'est quand ça porte disons que c'est un peu les particules qu'on éjecte après l'ovulation qui ne sont pas fécondées. Je sais que ça correspond à peu près à un verre de sang.* »

Enfin F3, F4, F5 et F8 connaissent bien l'explication biologique des règles.

F3 « *C'est la paroi de l'utérus qui se remplit avec du sang et des cellules, si tu es enceinte, la paroi permet à l'ovule de s'accrocher et y grandir au fur et à mesure. C'est pour ça que si on est enceinte, on a plus nos règles* »

F5 « *Quand on a un ovule qui n'est pas fécondé, il faut l'évacuer et ça se traduit par la perte de sang qui provient de la paroi de l'utérus.* »

Cependant aucune ne fait clairement le distinguo entre menstruations et saignements de privations sous contraception hormonale. Nous verrons plus tard qu'au delà de l'origine biologique des règles, plusieurs de ces femmes s'expliquent la raison d'être des menstruations par d'autres interprétations.

F5 fait partie des personnes interrogées ayant beaucoup de connaissances sur les menstruations. Elle explique cependant, qu'à l'arrivée de ses ménarches, elle ne savait pas du tout de quoi il s'agissait et que cela a affecté momentanément son vécu des menstruations.

F5 « *J'étais en 6ème donc j'avais 11 -12 ans du coup, je ne savais pas ce que c'était, parce qu'on ne m'avait jamais expliqué et puis les cours de sexualité c'est qu'en 4ème. Du coup j'ai senti que j'étais humide et le lendemain, j'ai choisi de mettre une culotte blanche parce que je me suis dit « mais qu'est-ce qui se passe »? Une fois qu'elle m'avait expliqué, je me sentais mieux, je savais ce qu'il m'arrivait.* »

2.2 Vécu des ménarches et communication avec l'entourage à l'arrivée de celles-ci

F5 et F9 évoquent une incompréhension provoquant chez elle une certaine inquiétude lors de l'arrivée de leurs ménarches :

F9 « *je me souviens du premier jour où j'ai eu mes règles, c'était une après-midi, j'étais en train de jouer chez mes parents et puis je sentais que je commençais à avoir mal au ventre. La douleur je ne la connaissais pas, c'était une douleur nouvelle pour moi. Je sentais que ma culotte était mouillée. Je suis partie aux toilettes et là c'était rempli de sang. Je n'ai pas compris, puisque moi, c'est vrai que ma mère ne m'avait pas préparé. Je ne savais pas, je ne connaissais pas bien et du coup j'étais très très paniquée, j'étais en panique je ne savais pas quoi faire ensuite je me suis changée, je me suis lavée et je n'ai même pas été le dire à ma mère, je me suis un peu démerdée comme ça... »*

F5 explique que sa maman l'a rapidement informée ce qui l'a rassuré.

F5 « *Elle m'a expliqué que c'était normal dans le parcours d'une femme, que mon corps est arrivé au stade des règles. Elle a été très clair, elle m'a aidé à choisir mes protections. Elle a pas du tout été gênée à ce niveau là. Une fois qu'elle m'avait expliqué, je me sentais mieux. »*

En revanche F9 n'a pas eu d'avantage d'informations avant que le sujet soit abordé à l'école.

F9 «- *Elle ne m'a rien dit, elle a compris que j'avais mes règles. Ensuite j'ai compris que j'allais les avoir tous les mois. J'ai pas eu d'explications, j'ai rien eu du tout.*

- *Quand est-ce que tu as eu plus d'informations ?*

- *C'était quand je suis arrivée au collège. On commençait à voir pendant les cours que la femme a ses règles une fois par mois. On nous a aussi expliqué par rapport aux grossesses comment vous pouvez tomber enceinte[...]* »

F4, F8 et F10 étaient informées au préalable, c'était pour elles un événement naturel qui devait arriver et qui ne les a pas perturbé.

F10 « *J'en ai parlé avec ma mère, en fait elle m'avait prévenu, il y avait déjà l'achat du premier soutien-gorge et c'est comme ça qu'elle nous a informé que ça allait arriver. Ensuite j'ai pas eu le besoin d'en reparler avec ma mère, je savais que c'était normal. »*

F3 aussi informée au préalable par sa maman explique qu'elle n'a pas été perturbée par l'arrivée des menstruations mais qu'en revanche elle a ressenti une certaine fatalité ou une sorte de

condamnation : vivre avec les règles pendant de nombreuses années. C'est aussi ce qu'a ressenti F1 qui était contente de les avoir plus tardivement que ses amies.

F3 « - *Puis un jour je suis allée aux toilettes pendant un cours de maths et puis elles étaient là c'est là que ma mère m'a dit « oh ! félicitation tu es une femme ! » merci maman ! [rire et soupir].*

- *Et toi comment as-tu vécu l'arrivée de tes règles?*

- *Ben j'étais plutôt soulée car j'étais partie pour 50 ans de règles haha. C'était normal pour moi je l'ai pas mal vécu en soi. »*

F1 « *C'était à 15 ans, je les ai eues assez tard, ouai et je l'ai dit à ma mère qui s'est empressée de le dire au reste de la famille. Je n'étais pas surprise parce que quand on est au collège on voit tout le monde les avoir avant nous. Ça ne m'inquiétait pas car ma mère les avait eues encore plus tard que moi (à 17 ans) et je ne me plaignais pas de ne pas les avoir mais fallait bien que ça arrive ! »*

On remarque que les mamans de F3 et F1 se réjouissent de l'arrivée des menstruations de leur fille, la maman de F3 évoque au sujet des ménarches l'accès au statut de « femme ». Tout comme F7, qui explique qu'à l'arrivée de ses ménarches elle s'est sentie « plus grande » et a eu l'impression d'accéder à un nouveau statut.

F7 : « *Je n'étais pas troublée ni démunie face à ça, limite j'avais hâte qu'elles arrivent pour être une grande fille, tu vois, pour être comme maman. »*

Parmi les patientes âgées d'une quarantaine d'années F6 et F10, contrairement à F9 étaient informées de l'existence des menstruations par leur mère. Mais à l'arrivée de leurs ménarches, à la fin des années 80, toutes les deux expliquent avoir eu le sentiment de ne pas avoir eu assez d'informations avant que l'école se charge de leur expliquer la raison biologique de l'existence des règles ou bien que celles-ci cherchent des informations par elles mêmes auprès d'associations ou de livres.

F10 « *Ma mère m'a informé sur les règles pis je suis restée, un peu restée dans l'inconnu, car pas de portable ou internet et puis ensuite y a eu le cours de 4ème et ensuite dans les bouquins que je trouvais chez ma tante. »*

2.3 Représentations

2.3.1 Discussions des menstruations avec leur entourage : le tabou persiste-il ?

Quatre patientes sur 10 utilisent occasionnellement un surnom pour nommer les règles. Le surnom « ragnagna » revient souvent.

F3 « Je dis les ragnagna ou dame nature si j'en parle avec mon copain qui n'aime pas parler de ça »

F4 « Avec mon copain, j'en parle de temps en temps car j'ai énormément changé de contraception donc j'en parle juste pour lui expliquer comment sont mes règles et du coup on a un mot humoristique pour les designer : les « schlus » pour rire mais sinon je pourrais dire le mot « règles » sans problème. »

F7 « J'utilise le mot « règles » sauf quand j'étais petite ou quand j'en parlais avec ma mamie qui est plus gênée par ça, je disais ragnagna »

On remarque que l'utilisation des surnoms intervient surtout lorsqu'elles en parlent avec des personnes qu'elles considèrent comme étant gênées par les menstruations. F3 et F4 préfèrent par exemple utiliser un surnom lorsqu'il faut en parler avec leur compagnon.

Parmi les femmes interrogées F3, F5, F7, F8 et F10 expliquent qu'elles parlent très facilement de leurs règles. On note cependant qu'elles évoquent surtout des interlocutrices féminines.

F5 « Oui je m'en fiche, j'en parle avec beaucoup de personnes, avec ma meilleure amie et par exemple et si j'ai des questions à poser je vais surtout en parler avec ma grande sœur ou ma maman. »

F8 « J'en parlais plutôt juste à ma maman, puisque c'était elle qui utilisait des serviettes mais avec mon père y avait des fois le mot qui était prononcé et c'était pas fermé et puis après quand j'approchais de la puberté, mes tantes m'ont fait part de leurs expériences et c'était abordé assez librement ça venait comme ça dans les discussions. Et aujourd'hui j'en parle avec tout le monde, mais c'est vrai que j'en parle plus facilement avec les femmes que les hommes »

On note cependant qu'elles évoquent surtout des interlocutrices féminines.

Ensuite F1, F4 et F9 disent en parler facilement s'il y a une nécessité d'en parler. Ce n'est donc pas un sujet qu'elles évoquent couramment avec leur entourage. Elles parlent de leurs menstruations

uniquement si elles ont besoin de renseignements ou pour discuter des problèmes liés à leurs menstruations

F4 « *On en discutait juste parce que comme elles savaient que mes règles étaient très irrégulières, je leur donnais des nouvelles pour qu'elles puissent savoir si ma contraception avait solutionné mes problèmes. Avec mon copain, j'en parle de temps en temps car j'ai énormément changé de contraception donc j'en parle juste pour lui expliquer comment sont mes règles.* »

F9 « *Non ça ne me dérange pas du tout quand il faut en parler que ça soit avec des collègues ma famille, ma mère ou mes sœurs j'en parle facilement.* »

F2 dit en parler facilement, mais lorsque nous la questionnons pour en savoir d'avantage, elle déclare que c'est un sujet qu'on évoque seulement avec certaines personnes. Dans son cas, les personnes avec qui elle aborde le sujet sont quasi uniquement des femmes sauf s'il y a nécessité d'en parler avec son conjoint.

« *F2 - Bon, en même temps, on ne parle pas de ça avec tout le monde. Mais je peux en parler avec mes copines ça me dérange pas enfin... non ça me gêne pas trop*

- Est-ce que tu en parles uniquement à des femmes de ton entourage? Ou tu arrives à en parler aussi bien aux hommes qui t'entourent ?

F2 - Ben, en vrai j'en parle spontanément qu'à mes copines et parfois mon copain mais que si quelque chose de particulier arrive »

F6 parle très rarement des menstrues et uniquement avec ses filles pour s'assurer qu'elles vivent bien leurs règles.

F6 « *- Euh non j'en discute pas.*

- Pas non plus avec vos filles?

- Alors j'en parle quand même de temps en temps avec mes filles. C'est les seules personnes avec qui je suis assez à l'aise pour en discuter, parce qu'elles sont dans le même cas que moi.[...] Je leur ai donné quelques éléments par rapport à ma propre expérience, mais alors c'est pareil, j'ai jamais été trop expressive sur mon vécu à moi. Je pense que ça vient aussi de mon adolescence, comme je vous le disais, avec ma mère, elle m'avait informé, elle m'avait prévenu de ce qui allait se passer puis ensuite on n'avait plus d'échanges sur ça. Ce n'est pas un sujet tabou mais ce n'est pas non plus un sujet sur lequel je vais m'étendre. Donc j'en parle seulement avec mes filles et puis aussi mon gynécologue »

On ressent, malgré le fait qu'elle dise que ce n'est pas un tabou, qu'F6 se sent libre d'en parler avec très peu de personnes, il y a donc tout de même un certain tabou possiblement lié à la culture du silence instaurée dans sa famille.

2.3.2 Menstruations et sentiment de honte

Plusieurs patientes évoquent des instants où elles ont ressenti de la honte au sujet de leurs menstruations. Toutes évoquent la peur d'avoir une fuite/ une tache de sang sur leurs pantalons.

Pour certaines comme F1, F3 et F8 cette peur « de la fuite » était surtout présente à la période de l'adolescence.

F3 « *Ah si t'as juste la période au collège où tu as peur d'avoir une tache et que tout le monde se foute de ta gueule mais autrement non je ressens pas de honte.* »

F9 explique qu'elle ressent régulièrement de la honte au sujet de ses menstruations.

F9 « *Oui ça m'arrive, ça m'est arrivé encore une fois y a pas longtemps au boulot, j'ai vécu un moment de gêne mais bien comme il faut, je suis partie aux toilettes pour me changer et ça a coulé tellement que j'en ai mis sur ma blouse du travail.* »

F2 éprouve encore de la honte au sujet d'une fuite de sang qu'elle a eu étant plus jeune mais explique qu'avoir ses menstruations est une chose normale et que les femmes ne devraient pas ressentir de la honte à leurs égards. F6 pense qu'avoir des fuites est une chose honteuse.

F2 « - *As-tu vécu un moment où tu as ressenti de la honte à propos de tes règles ?*

- *Non pas forcément, enfin si quand j'étais plus jeune, j'ai eu une petite fuite [parle plus bas, ton honteux] mais après c'est normal quoi, y pas de honte, c'est normal quoi enfin pour les filles.* »

F6 « *Je sais que ça m'est déjà arrivé d'avoir des fuites au niveau des vêtements, qu'il fallait cacher parce que c'est quand même un petit peu honteux. Enfin je considère comme honteux d'avoir ces fuites là. Mais sinon je n'ai pas d'autres choses ou de moments où je me suis sentie gênée.* »

Au delà de la peur de la fuite, F1 et F4 ressentent le besoin de cacher le fait qu'elles ont leurs menstruations.

F4 « *On a toujours peur que ça déborde, quand on a une protection un peu épaisse on a peur que ça se voit, quand on va aux toilettes on se dit « ah, est-ce qu'ils ont compris que j'ai mes règles ». « Si je peux éviter qu'il [son copain] ait à voir ça ben je préfère. Pour moi c'est un peu gênant que quelqu'un d'autre sache que j'ai mes règles. »*

F1 « *Et c'est vrai que ça me gênait à l'époque, d'être dans les toilettes et d'ouvrir le papier de la serviette maintenant ça ne m'arrive plus de ressentir cette honte puisque je change de protection surtout à la maison »*

F5 explique qu'elle ne ressent pas de honte mais que lorsque le regard des autres est négatif cela génère chez elle de la honte.

F5 « *Ça ne me gêne pas d'avoir des rapports sexuels avec mon copain. Par contre, parfois ça peut devenir très gênant surtout avec des hommes qui ne comprennent pas et c'est finalement ultra honteux alors que c'est juste du sang... Pour les hommes à qui on explique pas, ça a l'air répugnant, si je peux dire ça comme ça. »*

F2 et F5 ressentent une certaine ambivalence, elles ne trouvent pas que leurs saignements sont répugnants et pensent que leurs menstruations n'ont pas à être un sujet tabou, puisqu'il s'agit d'un phénomène naturel. Cependant, le regard des autres peut les rendre très mal à l'aise.

F2 ajoute se sentir mal dans sa peau au moment de ses menstruations à cause des changements corporels dus à cette période du cycle. Ce sentiment la pousse à rester chez elle pour éviter le regard des autres.

F2 « *- Après j'aime pas trop sortir quand j'ai mes règles parce que j'ai le ventre gonflé ...*

- Tu n'aimes pas le regard des autres quand ton ventre est gonflé ?

- Ouai vraiment. »

Dans la plupart des discours (F1, F2, F3, F5, F6, F7, F8, F9 et F10) on retrouve les mots se rapportant au champ lexical du mot « naturel » et/ou au champ lexical du mot « normal ». Ainsi, quasiment toutes considèrent que les menstruations sont un phénomène totalement naturel chez une femme.

F6 « *c'est quelque chose de naturel, je les comprends et ça fait partie de la nature et du cycle du corps humain de la femme. »*

Parmi ces femmes on distingue plusieurs discours. Tout d'abord, il y a celles comme F5, F6, F8 et F10 qui pensent que les règles sont naturelles et qui trouvent que les menstrues sont comparables à n'importe quel autre saignement.

F5 « *Non, je trouve pas que ça soit sale les règles. C'est comme si je m'ouvrais le poignet, c'est pas du sang sale parce que ça sort de mon vagin ou d'autre part. »*

F1 et F9 considèrent que les menstruations sont une période de purification du corps ainsi elles ne sont pas à l'aise avec l'idée de stopper les règles. F1 aborde aussi le fait que les menstruations sont une preuve de bonne santé et de fertilité.

F1 « *Non pas je n'ai pas d'autres interprétations que la raison biologique. En revanche, je sais que quand on a un implant on peut ne pas les avoir du tout et ça m'inquiéterait un tout petit peu quoi ... Ce n'est pas sympa de les avoir mais les avoir tous les mois ça prouve un bon fonctionnement de la machine on va dire, dans le sens où ça montre qu'on peut avoir des enfants et ça permet un nettoyage. »*

F9 « *Oui je pense que quand on a nos règles ça fait comme un espèce de nettoyage. C'est pour ça, à un moment j'avais déjà mis un stérilet aux hormones qui me coupait les règles et ma mère arrêtait pas de m'engueuler. Elle disait que la femme est faite pour avoir ses règles, que tu peux pas garder ton sang dans ton corps alors je lui ai dit « Non mais maman, il y a la technologie ! » Elle me disait que non, non et non une femme ça doit avoir ses règles [soupire].*
- *Trouves-tu que le sang des règles est sale ?*
- *Non, c'est que du sang qui doit s'évacuer. »*

Enfin d'autres femmes comme F2, F3 et F7 expliquent ne pas se sentir à l'aise avec leurs menstruations malgré le fait qu'elles soient un phénomène biologique et normal. Les menstruations sont associées au mot « sale » dans leur discours :

F2 « *Je trouve que c'est un peu sale. Après je parle pour moi mais j'ai beaucoup de caillots, donc ça fait vite hémorragie donc euh... Mais en soi, je sais que c'est pas sale, sale »*

F3 « *- Fais-tu un lien entre hygiène et menstruations ?*

- *Ben le côté hygiène... Tu veux dire, prendre une douche au moins tous les jours parce que c'est dégueulasse, ça pue quand même [ton de la blague] ? C'est pas forcément crade, ni sale mais il faut se laver parce que voilà c'est comme quand on change de slip tous les jours. Mais les règles en elles mêmes ce n'est pas quelque chose de vraiment sale quoi. »*

D. Vécu et perception des rapports sociaux de sexe

Pour rappel, la seconde partie de notre entretien avait pour principal objectif de déterminer si les femmes interrogées avaient conscience ou non de l'existence des rapports sociaux de sexe à l'aide de la question suivante « Pensez-vous que parce que vous êtes de sexe féminin, vous êtes soumise a certaines obligations ou attentes de la société ? » En cas de réponse positive nous leur avons demandé si elles pouvaient décrire des situations et/ou des milieux sociaux où s'exercent ces attentes/obligations.

L'objectif secondaire était d'observer la posture qu'ont les femmes interrogées face aux rapports sociaux de sexe et la construction sociale du genre. Subissent-elles les injonctions sociétales des rapports sociaux de sexe ? Ou bien sont-elles dans une démarche de conscientisation des rapports sociaux de sexe leur permettant de s'en émanciper en partie ?

1. Conscience de l'existence des rapports sociaux de sexe et des inégalités qui en découlent.

1.1 Existence des rapports sociaux de sexe

Toutes les femmes interrogées ont répondu qu'il existe des inégalités, attentes ou obligations liées au fait d'être une femme. Elles détaillent également toutes différentes sphères où s'expriment ces inégalités.

F5 « *Pour moi y a vraiment des obligations sociétales imposées aux femmes, mais c'est tout et son contraire on nous demande d'être indépendantes mais de l'autre côté si on est trop indépendante ben c'est pas bon.* »

Cependant F2 et F3 ont l'impression de ne pas être concernées personnellement par ces inégalités. Nous verrons en détaillant les différentes sphères où s'illustrent les rapports sociaux de sexe que celles-ci vivent finalement certaines inégalités liées aux rapports sociaux de sexe.

F3 « *Alors par rapport à ce qu'on lit sur internet, oui. Mais moi en tant que femme dans la vie de tous les jours, je dirais que pas du tout. Perso je n'ai pas l'impression de vivre des inégalités parce que je suis une femme[...]* »

1.2 *Rapports sociaux de sexe : inégalités dans le domaine du travail rémunéré*

Seules F1, F2 et F9 abordent le problème de l'inégalité salariale entre hommes et femmes.

F2 « *Les femmes sont moins bien payées que les hommes.* »

F2, F4, F6 et F9 constatent qu'il existe une ségrégation verticale vis-à-vis des femmes au travail c'est-à-dire que les femmes sont confrontées à plus de difficultés pour obtenir des postes à hautes responsabilités.

F2 « *Est-ce que tu trouves qu'il y a plus de difficultés pour une femme de faire le métier et la carrière qu'elle souhaite par rapport à un homme ? Oui il y a plus de difficultés mais si elle fait des efforts elle peut y arriver.* »

F4 « *Il y a pas mal de patrons qui pensent « ah elle, elle n'a pas eu encore d'enfants donc y aura le congé maternité et les enfants. Il faudra qu'elle soit libre le samedi ». Et donc elles ne pourront pas avoir de postes de hautes responsabilités à cause des problèmes de garde donc y aura, je pense, toujours un frein dans l'évolution de la carrière d'une femme pour ces raisons là »*

Pour reprendre ce que dit F2 concernant les inégalités au travail, la femme peut s'affranchir des inégalités en faisant des «efforts». Les inégalités des RSS sont donc pour F2 une certaine fatalité pour les femmes, on ne peut pas les supprimer mais en travaillant plus elles peuvent obtenir un poste à hautes responsabilités.

F2 « *Tout dépend de sa motivation je ne sais pas moi, je te dis un exemple : si elle a envie d'être PDG, si elle se donne tous les moyens, si elle travaille un peu plus, elle peut y arriver alors qu'il y a quelques années en arrière c'était peut-être pas le cas.* »

F5 explique que cette nécessité de faire plus d'efforts quand on est une femme s'applique à toutes sphères sociétales.

F5 « *On nous impose des choses et quand on y répond on nous dit toujours « non c'est pas bien, c'est pas assez » On peut pas être juste des femmes lambda, enfin être juste des humains traités comme des hommes, on doit toujours faire nos preuves dans n'importe quel domaine.* »

F4, F5, F7, F8 et F9 dénoncent les inégalités liées à la ségrégation horizontale : certains métiers sont désignés comme des métiers féminins et d'autres sont réservés aux hommes car ils nécessitent des qualités dites féminines ou masculines.

F4 « *Par exemple tout ce qui est petite enfance, c'est pour les femmes surtout et au contraire, bon c'est les stéréotypes mais tout ce qui est manutention c'est pas pour les femmes alors qu'il y en a qui aiment ça* »

F7 « *Dans le droit, on dira toujours qu'un homme sera plus vigoureux, plus persévérant et méchant qu'une femme qui sera plus dans l'émotivité et dans la culpabilité donc les femmes on les met plus dans les droits de la famille et les hommes dans le pénal.* »

F7 a de plus fait le constat que lors d'un entretien d'embauche, certaines questions qu'on lui a posé étaient liées au fait qu'elle soit une femme et qu'on considère que les femmes ont parfois trop d'émotivité/sensibilité.

F7« *[...] j'avais un entretien dans le cadre de mon stage et le recruteur a demandé « est-ce que vous en tant que femme ça ne vous dérange pas de voir une femme enceinte devant vous qui pleure et qui ne veut pas rentrer chez elle ? Parce que j'ai fait un stage dans le domaine de l'immigration et je pense qu'il m'aurait pas posé cette question si j'étais un homme.* »

Concernant les inégalités entre femmes et hommes au travail, F10 considère qu'elles n'existent plus. Elle pense que le milieu dans lequel elle travaille, à savoir le milieu de la banque en est exempt.

F10 « *Il n'y a plus de frein au niveau de la carrière de nos jours ou alors peut-être dans certaines strats ... Dans mon milieu je trouve qu'on a les mêmes chances qu'un homme.* »

F1, F3, F4, F5, F7, F8, F9 et F10 pensent que les femmes sont pénalisées et ont plus de difficultés pour être recrutées. La plupart font un lien avec la possibilité de grossesse qu'ont les femmes et expliquent que souvent les recruteurs pensent qu'une femme veut très certainement des enfants vers ses 20-30 ans. Elles disent aussi que de façon générale on pense que c'est aux femmes que revient le rôle de s'occuper des enfants.

F3 expose une autre difficulté : l'attitude sexiste des employeurs envers les femmes, elle pense que dans la société, les femmes sont considérées comme plus faibles et sans défenses. Elle ajoute que la plupart des femmes se considèrent aussi comme tel.

F3 Des recruteurs utilisent les techniques de drague ou des menaces et font du chantage sur les femmes... et puis les femmes souvent elles ont aucune défense parce que les femmes ben, on les considère et elles se considèrent comme des faibles. Par exemple, elles vont rarement négocier leur salaire aussi »

F7 « Par exemple, je voulais travailler dans les institutions européennes, on nous a appris que les femmes entre 20 et 30 ans sont très souvent refusées parce qu'ils vont se dire « oh elle va vouloir un enfant » et donc lorsque qu'on fait un cours sur comment élaborer son CV notre prof nous a intimé qu'il ne fallait pas mettre notre âge »

F8 « Une femme sera toujours bridée dans sa carrière à cause du fait qu'elle peut avoir des enfants. Pour moi, par exemple, la question du recruteur « vous vous-voyez où dans 5ans ? » Ça veut dire « est-ce que vous avez un projet de maternité ? » Clairement un mec qui va pas se foutre en congé maternité ou en congé maladie à cause d'une grossesse euh je pense qu'effectivement ça joue et qu'un mec aura la priorité.

F9 a bien constaté des inégalités de recrutement, de salaires, et une ségrégation horizontale à l'encontre des femmes. Mais elle ne sait pas expliquer pourquoi ces inégalités existent.

F9 « J'ai remarqué au travail que on dit « toi t'es une femme, donc tu ne peux pas avoir ce poste là. » « Toi tu es une femme, donc tu auras moins de salaire que l'homme ». Y a plein de petits trucs comme ça. Ce que l'homme fait, la femme elle peut le faire aussi c'est le même boulot mais malgré ça la femme est moins considérée que l'homme. [...]

- Tu saurais expliquer pourquoi on pense que les femmes sont moins efficaces et moins méritantes ?

- Je pourrais pas te dire, je sais pas, je ne connais pas la raison. Toi, tu sais pourquoi ?

- Il y a plusieurs explications, mais une des raisons, c'est que souvent l'employeur va penser que la femme peut avoir une grossesse et va donc demander un congé maternité et va devoir s'absenter pour s'occuper de ses enfants.

- Eh bah, c'est vrai que pendant mon entretien d'embauche que j'ai fait il y a quelques semaines on m'a demandé combien j'avais d'enfants et si je devais euh souvent m'absenter pour m'occuper d'eux. »

1.3 Rapports sociaux de sexe au sein de la famille

Dans le chapitre concernant le travail rémunéré, les femmes interrogées expliquent que les femmes sont pénalisées car on considère que c'est à elles que revient le rôle de s'occuper des enfants.

Selon F5 la femme doit répondre à de nombreuses normes au sein de la famille : dépendre d'un homme et faire des enfants.

F5 « [Il y a] plein de femmes qui trouvent un travail et qui deviennent indépendantes financièrement et qui ont des enfants ou qui ne veulent pas d'enfants par exemple et on les lynchent parce qu'elles font ce qui leur plaisent et parce qu'elles répondent pas aux attentes de la société : donc dépendre un peu d'un homme avoir des enfants et s'en occuper plus que l'homme. »

F1, F5, F6, F8, F9 et F10 parlent du fait que l'éducation des enfants est une mission « domestique » attribuée très majoritairement aux femmes.

F1 « Je pense surtout dans le milieu agricole particulièrement la femme elle a bien sûr un travail et tout mais elle a encore ce rôle de femme qui élève les enfants et du coup elle a un double métier. »

F6 « Je trouve aussi que quand nos enfants ont un problème à l'école, c'est presque toujours la maman qui est contactée en premier. Mais je trouve que quand on donne la naissance à des enfants et ben c'est à hauteur de quasiment 90 % qu'on est responsable des problèmes que peuvent avoir nos enfants. »

Au sujet du rôle d'éducation qu'ont les femmes, F6 explique qu'il y a des retentissements sur la carrière d'une femme. Très souvent la femme est obligée de sacrifier sa carrière à cause du système français qui n'aide pas à équilibrer les rôles des hommes et des femmes. Elle confronte cette « fatalité » aux normes d'éducation d'autres pays, qui eux, mettent en place plus de moyens pour qu'un homme puisse tout autant s'occuper de ses enfants.

F6 « Je l'ai vraiment très bien ressenti au niveau de ma carrière. Ce n'est pas quelque chose que je veux remettre en cause, c'était un choix personnel que j'assume totalement. Mais ma carrière a été mise entre parenthèses pendant 23 ans, puisque j'ai eu mes filles qui étaient rapprochées puis que j'étais ensuite à temps partiel ... donc le patron savait que je ne pouvais pas avoir un poste à hautes responsabilités puisque je ne pouvais pas être assez présente et je trouve que c'est tout de même injuste ! Maintenant les choses changent tout de même un petit peu puisqu'on donne quand même un petit peu plus de place au papa avec le congé paternité. Je pense que c'est tout de même ancré dans notre culture française mais c'est étonnant puisque notamment dans les pays nordiques, le papa a beaucoup plus de place, ils ont le même rôle auprès des enfants que la maman. »

F1, F2, F5, F6, F7, F9 et F10 abordent spontanément l'inégale répartition des tâches ménagères.

F1 « *Y a toujours un peu encore ce rôle de femme au foyer des choses comme ça, c'est à la femme de faire les tâches ménagères. Même si voilà c'est plus trop vrai mais c'est quand même un peu vrai.* »

F3 ne parle pas spontanément de la répartition des tâches domestiques entre hommes et femmes mais lorsque que nous la questionnons, elle explique qu'en effet elle s'occupe de l'essentiel des tâches ménagères. Elle emploie les mots « me le faire » lorsque son compagnon réalise des tâches ménagères, ces tâches sont donc, selon son discours, initialement un rôle de femme et l'homme aide éventuellement lorsqu'il sait s'y prendre.

« *Et pour la répartition des tâches ménagères, tu constates des inégalités dans ta vie personnelle ?* »

F3 « *Oui mais ça c'est parce qu'il branle rien, nooon mais lui fait la cuisine et moi les tâches ménagères parce que je préfère le faire moi-même parce que s'il commence à me le faire... une fois il me l'a fait, j'ai dû repasser derrière donc euh on s'est mis d'accord sur les bases, il cuisine, à la limite il fait la vaisselle et le reste c'est moi qui gère.* »

F1 explique que la répartition inégale entre hommes et femmes des tâches domestiques et du travail rémunéré (dans son cas travail agricole) découle en partie des différences biologiques entre hommes et femmes.

F1« *Je prône un peu pour pour l'égalité des sexes, mais je pense qu'on sera jamais égaux parce que biologiquement on n'est pas égaux. En fait sur le plan physique, sur le plan sportif on peut pas tout faire et puis c'est la femme qui porte le bébé y a toujours un peu encore ce rôle de femme au foyer des choses comme ça, c'est plutôt à la femme de faire les tâches ménagères* »

Toujours à propos du travail domestique, F1 emploie l'expression de « double métier ». Elle évoque une évolution de la société : les femmes ont aujourd'hui pour la plupart un travail rémunéré mais elles ont aussi la charge du travail à la maison.

F9 a aussi cette impression de double emploi. Son discours sur le sujet montre clairement que pour elle, l'homme à un travail unique : celui qui est rémunéré. Elle explique que lorsque l'homme rentre au domicile, il s'arrête de travailler. Alors qu'une femme une fois à la maison, change de casquette et s'occupe de « son » travail domestique (ménage, cuisine et éducation des enfants).

F1 « Je dirais maintenant que [la femme] c'est plus un pilier de la famille on se repose sur elle pour les tâches familiales après il y a toujours des agriculteurs qui sont un peu, un peu vieux jeu qui vont dire la femme « fait à manger » et c'est tout quoi mais ça, ça commence quand même à disparaître assez vite[...] La femme elle a bien-sûr un travail et tout mais elle a encore ce rôle de femme qui élève les enfants et du coup elle a un double métier. »

F9 « La femme, elle a pas mal de rôles dans sa vie par rapport à l'homme. [...] Je ne trouve pas qu'il y ait d'égalité. L'homme il finit sa journée de travail, il rentre puis il a presque rien à faire à la maison alors que la maman y a les devoirs, le repas... Après sa journée de boulot y a une autre journée qui s'annonce à la maison.»

1.4 Rapports sociaux de sexe : inégalités à propos du corps féminin

F4, F6 et F10 nous parlent des obligations sociétales qui touchent à l'apparence physique (d'un point de vue vestimentaire et corporel).

F4 « La société impose pas mal de choses. Les réseaux sociaux imposent beaucoup de choses, surtout au niveau du corps de la femme par rapport aux seins, les hanches, les fesses ou du ventre plat, par exemple. Étant quelqu'un qui n'a pas beaucoup de poitrine, c'était quelque chose un peu difficile pour moi, parce qu'on a l'impression que pour être une femme, faut avoir une poitrine pas énorme mais il faut quand même avoir une poitrine faut mettre des décolletés mais qu'ils ne soient pas trop décolletés non plus[...]on doit toujours être au top, en forme. »

F6 « Y a quand même quelque part un poids ou pression par rapport aux femmes, par rapport au fait que ce sont elles qui donnent la vie et portent les enfants et donc c'est elles aussi qui doivent être vigilantes par rapport à leur corps. Donc en fait, enfin pas toutes les femmes, mais c'est vrai que c'est nous qui donnons la vie donc du coup si nous ne faisons pas attention à notre corps il peut y avoir des conséquences pour nous ou pour l'enfant. »

F4 détaille la complexité des normes vis à vis de l'apparence féminine elle cite un exemple : il faut avoir de la poitrine mais celle-ci doit respecter une taille précise. Le corps des femmes est soumis à des exigences très précises. Elle ressent que la société impose, via les réseaux sociaux, de toujours présenter une apparence irréprochable. Elle explique que son corps, sa poitrine ne répond pas aux normes actuelles de beauté et que c'était un complexe pour elle.

F6 pense aussi qu'elle subit une certaine pression par rapport à son corps de femme. Selon elle, le fait de pouvoir porter un enfant impose une certaine hygiène de vie. Elle ressent cela comme un

poinds mais aussi comme une obligation de prêter attention à son corps de femme pour donner naissance à des enfants en bonne santé.

F3 parle des féminicides, les femmes sont plus exposées aux violences physiques que les hommes.

F3 « Perso je n'ai pas l'impression de vivre des inégalités parce que je suis une femme mais par exemple, je vois les expériences que vivent d'autres femmes sur internet comme par exemple les féminicides tu vois ? Il y a beaucoup plus de féminicides que d'homme tués... »

Lorsque nous avons interrogé F8 à propos des interprétations qu'elle pouvait avoir au sujet de la raison d'exister des menstruations elle a fait part d'une réflexion personnelle sur un lien entre un rapport de la domination des femmes par les hommes et les croyances et interprétations péjoratives des menstruations : pour elle, les croyances « négatives », comme penser que les menstruations sont sales par exemple ont permis aux hommes de placer la femme en position d'infériorité.

F8 « Je sais que les règles peuvent être mal perçues, que ça crée énormément d'inégalités hommes / femmes, qu'elles sont considérées comme sales que ... moi personnellement c'est stricto sensu un phénomène biologique, euh, moi je me sens pas connotée négativement parce que j'ai mes règles. Mais je sais que c'est pas pareil partout dans le monde : les croyances peuvent être différentes et que ça peut être très grave et que ça peut impacter la vie quotidienne et la santé donc ça peut être un danger. Dans notre histoire occidentale ce fut un moyen pour nous rabaisser, nous enfoncer et à nous mettre la tête sous l'eau, nous les femmes en général au cours de l'histoire. »

IV. Discussion

A. Interprétation des résultats

1. Vécu des menstruations

D'après nos résultats, les menstruations restent un sujet partiellement tabou. F2, F3, F5, F7, F8, F9 et F10 disent en parler assez librement mais l'analyse de leurs discours nous montre, qu'elles se sentent surtout à l'aise pour en parler avec d'autres femmes. Quatre d'entre elles préfèrent parfois utiliser un surnom plutôt que d'utiliser les termes « règles » ou « menstruations », surtout quand il s'agit d'en parler avec des hommes ou des personnes qu'elles considèrent comme étant gênées par le sujet. Trois d'entre elles évitent d'en parler avec des hommes et aseptisent leurs propos lorsqu'elles sont obligées d'en parler. Cinq d'entre elles expliquent qu'elles en parlent uniquement

lorsqu'il y a une nécessité d'en parler. Au final, la plupart des femmes parlent peu des menstruations et le font préférentiellement avec d'autres femmes lorsqu'elles ont besoin de confronter leurs vécus pour par exemple essayer de déterminer si la clinique de leurs menstruations est anormale ou non.

Nos résultats montrant la persistance d'un tabou, sont en adéquation avec le récent sondage intitulé « Réglophobie » mené en France auprès d'hommes et de femmes majeurs en 2021 par la marque « Dans ma Culotte ». En effet, selon ce sondage 55 % des Français considèrent qu'il est inapproprié de parler des menstruations en public. Au quotidien, seulement 43% des femmes interrogées en parlent ouvertement avec leurs conjoints et 33% avec leurs amies femmes. (32)

Nous avons remarqué que les femmes interrogées qui ne se sentent pas à l'aise pour parler des menstruations sont aussi celles qui connaissent peu ou partiellement l'explication biologique des menstruations hormis F4 qui a de très bonnes connaissances sur les règles.

Le rapport « Menstruations sang pour sang taboues » réalisé en 2018 par V. Thomas chargée de projets internationaux pour l'association française « L'IRIS » montre que les régions du monde les plus concernées par le tabou menstruel sont aussi celles où femmes et hommes connaissent le moins l'explication de l'origine des menstruations. (33)

Celles qui, dans notre étude, ont des idées reçues sur les règles (par exemple, penser qu'elles sont sales ou bien qu'une femme doit toujours avoir ses règles afin de pouvoir purifier son corps) sont aussi celles qui ont le moins de connaissances sur l'origine biologique des règles.

À ce propos, les auteurs du rapport d'information sur les menstruations publié en 2020 par l'Assemblée Nationale font le constat suivant :

« Le tabou des règles engendre une forme de silence sur ce sujet pour lequel aucune connaissance particulière ne serait nécessaire et qui pourrait être vécu naturellement par les jeunes filles et les femmes concernées, sans que cela ne cause de problèmes particuliers. Or, il apparaît que de nombreuses idées fausses circulent à propos des règles et qu'il existe beaucoup de zones d'ombre et d'incertitudes ».

La méconnaissance des règles ne devrait pas générer automatiquement des représentations négatives, mais les très anciennes idées reçues sur les menstruations continuent de se transmettre et prennent le dessus lorsque nous ne connaissons pas l'explication de la physiologie menstruelle.

Toutes les femmes interrogées sauf une expliquent que les règles sont pour elles un phénomène naturel et pourtant trois d'entre elles associent les menstruations au mot « sale ».

Toutes expliquent qu'elles ont eu peur d'avoir des fuites de sang ou ont déjà vécu cette situation tout en ayant honte. Certaines ont, avec le temps, réussi à mieux vivre leurs menstruations mais la majorité a encore honte d'avoir occasionnellement des fuites de sang. Deux d'entre elles se sentent très mal à l'aise lorsque d'autres personnes apprennent qu'elles ont leurs menstruations et cela même en l'absence de fuite.

La plupart des femmes interrogées ont honte de ne pas pouvoir totalement maîtriser leur flux menstruel et de montrer malgré elles qu'elles saignent. Avoir ses règles est pour elles quelque chose de naturel malgré cela beaucoup sont celles qui ressentent le besoin les cacher.

Philippe Perrot historien à l'université de Genève nous dit « Est sale ce qui n'est pas approprié, ce qui n'est pas à sa place; est propre ce qui est débarrassé d'une occupation indue, ce qui a fait place nette ». Les fluides corporels non maîtrisés par la continence sont associés à la notion « de saleté ». Cela explique en partie pourquoi certaines considèrent encore que le sang menstruel est sale. La continence des menstruations est possible mais demande à la fois d'être à l'aise avec son corps et beaucoup de pratique. Néanmoins nous pensons qu'il y a un moyen beaucoup plus simple de « s'approprier » les règles : connaître et diffuser l'explication biologique de menstruations. (34)

Pour conclure sur le vécu des menstruations, 4 patientes sur 10 ont un bon vécu de la clinique de leurs menstruations (F6, F5, F8 et F10). Seulement 3 sur 10 (F5, F8 et F10) ont un vécu socio-culturel de leurs menstruations qui n'est pas entaché de représentations négatives c'est à dire que ce sont les seules qui pensent que les règles ne sont pas taboues, honteuses ni sales. Nos résultats montrent que la plupart des personnes interrogées vivent donc leurs menstruations négativement. Enfin la plupart ont honte et peur d'avoir des pertes de sang menstruel visibles.

Notre hypothèse concernant le vécu menstruel qui était que les règles sont majoritairement vécues comme honteuses est donc partiellement affirmée.

En effet, nous souhaitons préciser que nous n'affirmons pas qu'elles considèrent qu'avoir ses règles est une chose honteuse. En revanche elles adoptent, pour la majorité, des comportements (éviter de parler des règles à certaines personnes, cacher pour certaines qu'elles ont leurs menstruations et avoir peur et honte de montrer qu'elles saignent), qui démontrent qu'elles associent pour sept d'entre elles un sentiment de honte au sujet de certains aspects des menstruations.

Nos résultats concernant le vécu menstruel sont en accord avec les rares études réalisées sur le sujet. En 2018 l'entreprise américaine THINX créatrice de sous-vêtements menstruels réutilisables a

réalisé un sondage auprès de 1500 femmes et 500 hommes sur le vécu des menstruations. D'après cette étude, 58 % des femmes ont ressenti de l'embarras simplement parce qu'elles ont leurs menstruations, 42 % ressentent de la honte lors de leurs menstruations et 73 % des femmes de l'étude ont déclaré cacher leurs protections hygiéniques sous leurs manches lorsqu'elles vont aux toilettes. (35)

Malheureusement la plupart des études sociologiques sur le vécu des menstruations en France ou en Europe datent des années 90 ou 2000 et sont donc trop anciennes pour les comparer avec nos résultats. Les publications récentes sont pour la plupart réalisées par des entreprises fabricantes de produits d'hygiène menstruel, leur fiabilité est donc discutable. De plus ces entreprises ne précisent pas les méthodes utilisées pour réaliser leurs enquêtes. Les autres études récentes sur le sujet sont réalisées dans le cadre de mémoire de fin d'étude de maïeutique ou de psychologie. Le nombre de participants aux différentes études est relativement faible et affecte leur niveau de preuve. Cependant nous constatons que les résultats des études réalisées convergent vers l'idée que le tabou menstruel et que les représentations négatives persistent.

C. Canuet sage-femme a montré en 2020 dans son mémoire de fin d'étude réalisé avec l'aide du docteur en sociologie I-L.Hertzog à l'université de Caen que 176 femmes sur 200 considèrent que les menstruations sont un sujet tabou.

K. Bertrand Maître en Psychologie constate en 2003 dans sa thèse sur les représentations sociales des menstruations que la plupart des femmes et hommes ayant répondu à son questionnaire associent principalement des expressions et représentations négatives aux menstruations. (36) (37)

2. Vécu des rapports sociaux de sexe

Nos résultats montrent qu'absolument toutes les femmes qui ont participé à l'étude constatent des inégalités de sexe qui pénalisent majoritairement les femmes dans les différentes sphères sociétales.

Notre deuxième hypothèse qui était que les femmes ont conscience des rapports sociaux de sexe est donc validée.

Certes elles ne connaissent pas le terme de « rapports sociaux de sexe » mais elles sont capables de repérer de nombreuses situations où leurs actions et celles des autres sont influencées par ces mêmes rapports sociaux de sexe. On remarque par ailleurs que les femmes rapportent surtout des inégalités genrées qui concernent le milieu professionnel.

Ces résultats sont en accord avec les récents sondages réalisés sur la perception des inégalités entre hommes et femmes.

Les Français prennent de plus en plus conscience des inégalités lié aux RSS depuis que l'affaire Weinstein a permis de relancer le débat public sur les violences faites aux femmes et a permis secondairement de faire parler les inégalités de sexe. Le groupe Kantar institut d'étude et conseil de marque a réalisé plusieurs sondages afin de recueillir l'avis des Français sur les inégalités de genre. Les sondages permettent d'affirmer que les Français pensent de plus en plus que l'égalité n'est pas atteinte. Le dernier sondage réalisé en 2022 montre que 71 % des personnes interrogées pensent que le niveau d'égalité hommes/femmes est insatisfaisant au travail (c'est 4 points de plus par rapport à l'année précédente) ; 44 % pensent que l'égalité n'est pas atteinte au sein de l'espace familiale (c'est 11 points de plus que l'année précédente). Nous pouvons faire le même constat pour les inégalités au travail, ce sont d'ailleurs les inégalités genrées qui marquent le plus les Français que ce soit chez les hommes ou les femmes, selon les sondages Kantar.

Nos résultats montrent par ailleurs que chaque femme a un niveau de conscience des rapports sociaux de sexe différent et que celui-ci est influencé par leur vie, leur culture, leur âge et leur éducation. (38) (39)

Par exemple, celles qui ont des enfants vont spontanément toutes parler du fait qu'on pense toujours que c'est plutôt aux femmes de s'occuper et éduquer leurs enfants et que cela a des conséquences pour leur carrière. Alors que les femmes qui n'ont pas d'enfant ne mentionnent pas forcément les inégalités concernant l'éducation des enfants. Autre exemple, F4 qui explique avoir été complexée par certain aspect de son apparence physique, concentre sa description des inégalités liées aux rapports sociaux de sexe sur les normes d'apparences physiques qui selon elle dictent beaucoup la vie des femmes.

Nous ne souhaitons pas hiérarchiser de manière quantitative les niveaux de conscience des rapports sociaux de sexe de chaque femme, pour cela il faudrait une étude quantitative et utiliser une échelle comme celle inventée en 2022 par J-P. Gaudron professeur en psychologie. (40)

Néanmoins nous sommes en mesure de classer les femmes de notre étude en deux groupes : celles qui considèrent être concernées par les inégalités des rapports sociaux de sexe et ont compris que beaucoup d'aspects de leur vie personnelle sont liées aux RSS et le groupe de celles qui pensent que les RSS existent mais ne les concernent pas vraiment.

Dans le groupe des femmes faisant des liens entre des événements de leur vie personnelle et les rapports sociaux de sexe nous avons F1, F4, F5, F6, F7, F8 et F9.

Au sein du second groupe comprenant F2, F3 et F10 il y a par exemple F3 qui ne parle pas spontanément des potentielles inégalités présentes au sein du foyer. Lorsque nous la questionnons sur le sujet, elle explique faire l'essentiel des tâches ménagères puisque son conjoint ne sait pas bien les réaliser. Nous avons d'ailleurs vu qu'elle emploie le terme « me le faire » à propos de la réalisation du ménage dans son foyer. Tout cela prouve que dans son inconscient c'est tout de même plutôt une tâche féminine.

F10 pense qu'il n'y a plus d'inégalités entre hommes et femmes dans son milieu professionnel des conseillers en banque. Pourtant les différentes enquêtes réalisées prouvent le contraire. L'agence de presse britannique Reuters, publie chaque année une enquête sur les inégalités genrées au sein des différentes banques britanniques. En 2019 elle conclut que l'écart de salaire entre hommes et femmes se situe en moyenne entre 30 et 40 % selon les banques et que ces inégalités salariales sont bien plus élevées que pour la plupart des autres milieux professionnels. (41)

Les femmes du deuxième groupe reconnaissent l'existence de certaines inégalités entre hommes et femmes mais ne perçoivent pas ou peu comment les rapports sociaux de sexe influent aussi sur leur vie personnelle. Le fait de ne pas faire de lien entre les rapports sociaux de sexe et les différents événements de sa vie personnelle est une perte de chance pour rééquilibrer les inégalités genrées qui nous touchent personnellement. Ainsi nous considérons que le second groupe est moins émancipé des rapports sociaux de sexe au moment où nous avons réalisé ces entretiens.

F1 fait partie du premier groupe puisqu'elle a observé des inégalités inhérentes aux rapports sociaux de sexe dans la vie des femmes en général mais aussi dans sa vie personnelle. Cependant elle se démarque des autres femmes puisqu'elle justifie l'existence des rapports sociaux de sexe par la nature physique des femmes. Pour elle les femmes s'occupent plus des enfants puisque c'est elles qui leur donnent naissance. Les différentes définitions des RSS et du genre expliquent que c'est plutôt la façon dont la société est construite qui fait qu'on attribue des rôles dits « masculins » ou « féminins ». En effet Roland Pfefferkorn explique dans son ouvrage *Genre et rapports sociaux de sexe* que l'attribution de compétences, de comportements ou de qualités « féminines » provient d'un ensemble de construction sociale. Les femmes ne naissent pas avec de meilleures compétences pour s'occuper des enfants. C'est l'éducation, les croyances sociales et la construction actuelle de la société qui font que nous attribuons encore préférentiellement le rôle d'éducation des enfants aux femmes plutôt qu'aux hommes. Le fait de penser que c'est la nature qui crée les compétences de

chaque sexe n'aide pas à s'émanciper des inégalités de sexe. Ainsi F1 aura plus de mal que les autres membres du premier groupe à se défaire des rapports sociaux de sexe malgré sa conscience des inégalités genrées. (42)

Enfin F5 et F8 appartenant également au groupe de femmes distinguant les inégalités de sexe au sein de leur vie personnelle, se démarquent elles aussi des autres membres du premier groupe. Toutes deux affirment que la manière dont est considérée la femme et que les rôles « féminins » qui lui sont attribués sont liés à une domination masculine. On retrouve ici la définition des rapports sociaux de sexe donnée par la sociologue Anne Marie Devreux « Les rapports sociaux de sexe représentent avant tout l'ensemble des faits sociaux par lesquels s'expriment la domination sociale des femmes par les hommes » (43)

Pour conclure sur le niveau de réflexion et d'émancipation vis à vis des rapports sociaux de sexe des femmes interrogées nous sommes parvenus à classer les femmes en 4 groupes. Les groupes sont présentés dans un ordre spécifique qui va du groupe ayant le moins de ressources pour s'émanciper des rapports sociaux de sexe à celui qui en a le plus

Groupe A : F2, F3 et F10 qui décrivent des inégalités genrées dans la société et pensent ne pas être concernées par ces inégalités. Cependant les entretiens réalisés montrent qu'elles subissent tout de même ces inégalités sans s'en rendre compte.

Groupe B : F1 a conscience qu'elle est exposée comme toutes autres femmes aux inégalités de sexe mais pense qu'elles découlent de la nature différente du sexe masculin et féminin et voit donc ce rapport de domination hommes/femmes comme une fatalité. F6 décrit également les inégalités liées aux RSS présentes dans sa vie personnelle mais pense que les femmes doivent plus faire attention à leur corps que les hommes puisque ce sont elles qui donnent la vie aux enfants.

Groupe C : F4, F7 et F9 parlent des inégalités hommes/ femmes qui les touchent personnellement et aimeraient que cela change dans l'avenir.

Groupe D : F5 et F8 ont compris les conséquences et enjeux des RSS. Elles expliquent que les inégalités liées aux rapports sociaux de sexe placent la femme dans une position d'infériorité par rapport à l'homme. Leur réflexion plus aboutie sur les enjeux des RSS leur permettent d'avoir plus de ressources pour discuter et rejeter certaines inégalités liées aux RSS.

3. Lien entre vécu des rapports sociaux de sexe et vécu des menstruations

Pour rappel, nous voulions savoir si un lien existait entre le vécu menstruel et le vécu des rapports sociaux de sexe. Notre hypothèse à ce sujet était que « l'émancipation de la construction sociale des rapports sociaux de sexe permet aux femmes de s'affranchir des représentations négatives des menstruations ».

Nos résultats montrent que 3 femmes sur 10 ont un bon vécu socio-culturel et clinique de leurs menstruations : à savoir F5, F8 et F10. Nous avons par la suite classé F5 et F8 comme étant celles qui ont le plus de ressources pour s'émanciper des rapports sociaux de sexe. En revanche F10 fait quant à elle partie de celles qui ont le moins d'outils pour conscientiser et se défaire des normes genrées.

Concernant les femmes du groupe B et C qui se rendent compte qu'elles vivent des inégalités liées à leur sexe, on constate qu'elles ont toutes des représentations négatives de leur menstruations. Seule F6 vit bien la clinique de ses menstruations mais a également un vécu social négatif de ses menstruations.

Face à ces résultats il est pour nous difficile de valider ou invalider notre troisième hypothèse. Nous pensons tout de même que connaître les conséquences et enjeux des rapports sociaux de sexe aide certainement à se défaire des représentations négatives des menstruations. En effet F5 et F8 qui ont des idées qu'on pourrait qualifier de « féministes » et qui sont les femmes les plus émancipées des rapports sociaux de sexe de l'étude ont également des représentations positives des menstruations.

Une récente étude espagnole réalisée en 2019 par les professeurs en psychologie N. Mondragon et M. Txertudi Belasko sur les représentations des menstruations conclut que ce sont très majoritairement les femmes et hommes ayant un discours progressiste et féministe qui ont des représentations positives des menstruations. L'étude a été réalisé auprès de 250 personnes qui ont dû associer librement des expressions au terme de « menstruations ». Notre étude faisant appel à beaucoup moins de participants ne permet pas d'obtenir une telle conclusion. Néanmoins notre étude nous montre que l'hypothèse (affirmant que la conscientisation et l'émancipation des rapports sociaux de sexe permet d'avoir un meilleur vécu de ses menstruations) n'est pas aberrante. Il faudrait alors réaliser une étude quantitative permettant d'inclure beaucoup plus de femmes et donner des statistiques afin de prouver ou non l'existence d'un lien de manière beaucoup fiable qu'une très petite étude qualitative. (44)

B. Biais de l'étude

1. Biais de recrutement

Nous avons un premier biais de recrutement car les personnes s'étant portées volontaires sont peut-être plus intéressées par le sujet du vécu des menstruations que le reste de la population. Le second biais de recrutement provient du faible nombre d'entretiens réalisés : seulement 10.

L'autre potentiel biais de recrutement est que les participantes ont toutes été recrutées à l'hôpital de Saverne. Saverne étant une petite ville de 11 200 habitants, ne représente certainement pas tout à fait la population générale. Une étude multi-centrique aurait permis d'avoir une population plus diversifiée.

2. Biais méthodologiques

Le choix d'une méthode qualitative est un bon choix pour analyser le vécu des menstruations et celui des rapports sociaux de sexe, mais nous avons pleinement conscience que pour prouver scientifiquement l'existence ou l'absence d'un lien entre le vécu menstruel et celui des rapports sociaux de sexe, il faudrait utiliser une méthode quantitative. Combiner les méthodes qualitatives et quantitatives demanderait un temps considérable, c'est pourquoi nous avons choisi de nous limiter à la méthode qualitative. Nos résultats nous permettent seulement d'entrevoir la possible existence d'un lien entre vécu des menstruations et rapports sociaux de sexe.

Notre guide d'entretien présente quelques questions orientées notamment la suivante « Pensez-vous que parce que vous êtes de sexe féminin, vous êtes plus ou moins soumise à certaines obligations ou attentes de la société ? ». Cette question amène certainement les personnes interrogées à répondre qu'elles ressentent effectivement l'existence d'obligations sociétales envers les femmes. Elle a aussi le défaut d'être une question fermée : on peut seulement y répondre par oui ou par non. Cependant, il était difficile de formuler autrement la question. Cette dernière nous a permis d'obtenir des exemples de lieux et situations où les femmes interrogées ont l'impression que les rapports sociaux de sexe s'exercent. Nous avons limité notre influence sur leurs réponses puisque nous avons demandé de citer des exemples uniquement lorsque que nous avons une réponse positive à la question concernant l'existence d'obligations dites « féminines ».

3. Biais liés au positionnement de l'enquêteur

Je suis une jeune femme blanche de 23 ans issue de la classe moyenne et étudiante sage-femme.

Entre autre parce que je suis étudiante sage-femme, je suis très à l'aise avec mes menstruations et n'éprouve aucune gêne ou honte pour en parler avec des proches ou même avec des personnes que je connais moins. Mon vécu et mon rapport personnel aux menstruations et aux rapports sociaux de sexe a très certainement influencé de manière non quantifiable l'étude des entretiens et affecté mon jugement qui ne peut pas être totalement objectif puisque nous avons traité des données qualitatives.

Les entretiens ont été réalisés en une seule fois avec des femmes qui ne me connaissaient seulement parce que j'avais assisté à leur dernière consultation gynécologique. Cela a pu créer une distance et une auto-censure lorsqu'il s'agissait de répondre aux questions qui concernent un sujet touchant à l'intimité de leur vie.

Six femmes volontaires sur 11 avaient entre 21 et 28 ans. Lorsque j'ai réalisé le premier entretien avec F1 âgée de 28ans, celle-ci m'a expliqué à la fin, qu'elle aurait préféré que je la tutoie puisque notre écart d'âge était faible. Elle m'a expliqué que mon vouvoiement l'avait perturbé lors de notre entretien. Cela a très certainement créé une distance et F1 a pu ne pas se sentir assez en confiance pour parler tout à fait librement.

Par la suite, j'ai choisi de demander, avant de commencer les entretiens, aux personnes de moins de 30 ans si celles-ci préféraient être tutoyées ou vouvoyées. Elles ont d'ailleurs toutes souhaité être tutoyées.

4. Biais liés à la complexité des rapports sociaux

Les rapports sociaux placent l'être humain dans une trajectoire de vie soumise à un ensemble d'interactions et de lien d'interdépendance. Les RSS dépendent d'autres rapports sociaux de « race », de génération, de classe social etc...

Ainsi nous comprenons que le vécu des RSS et celui des menstruations dépendent d'un nombre incalculable de variables : éducation, environnement de vie, origines ethniques, classe sociale, profession et bien d'autres. Nous avons tenté de montrer s'il était possible que le vécu des RSS influe sur celui des règles mais les très complexes interactions des rapports sociaux ne nous facilitent pas la tâche.

C. Points forts de l'étude

Le vécu clinique et socio-culturel des menstruations varie d'une femme à l'autre et dépend de ses ressources, ses connaissances, son éducation, son environnement, son rapport à la douleur et bien d'autres choses. Tenter de définir le vécu d'une femme à l'aide d'un simple questionnaire aurait été possible mais nous serions certainement passés à côté de beaucoup d'informations. Le fait de pouvoir discuter de la vie de chacune et relancer les femmes après qu'elles aient répondu aux questions de notre entretien, nous a permis un gain considérable d'informations utiles pour notre travail. C'était aussi l'occasion d'échanger avec plusieurs femmes et leur apporter des précisions ou explications supplémentaires au sujet des règles. L'utilisation d'une méthode qualitative a donc permis à la fois d'obtenir d'avantage de renseignements sur les participantes de l'étude mais aussi d'établir un échange enrichissant pour elles et nous.

V. Conclusion

Les représentations sociales rattachées aux menstruations ont évolué au cours de l'Histoire. Depuis la fin de l'Antiquité, les règles étaient en Occident associées à des croyances négatives : on pensait que le sang menstruel rendait les femmes impures. Cette association entre « saleté » et menstruations était en partie à l'origine de l'exclusion des femmes de la société. Aujourd'hui de nombreuses personnalités et associations ont donné de leur voix pour libérer la parole autour des règles et ainsi défaire les idées reçues qui s'y rattachent. Le premier objectif de ce mémoire était d'évaluer le vécu actuel des menstruations par les femmes. Les 10 entretiens menés auprès de femmes âgées de 21 ans à 48 ans nous permettent de conclure que même si le vécu menstruel s'améliore, la plupart des femmes vivent encore négativement la clinique de leurs menstruations. Les règles sont majoritairement vécues comme un processus cyclique pénible à vivre et pour certaines leurs menstruations sont même à l'origine d'une exclusion sociale temporaire. Les perceptions socio-culturelles des menstruations restent entachées de représentations négatives. L'invisibilisation des règles est encore d'actualité, les femmes éprouvent toujours des difficultés pour parler des règles avec les hommes de leur entourage, certaines ont besoin de cacher leurs règles ou d'utiliser occasionnellement un surnom pour les nommer afin d'« épargner » leur(s) interlocuteur(s) mal à l'aise avec le sujet. L'association entre « règles » et « saleté » demeure présente dans les discours des femmes malgré l'avancée du niveau de connaissance sur les menstruations par le grand public.

Le deuxième objectif était d'évaluer le vécu des rapports sociaux de sexe par les femmes. Nos entretiens nous ont permis de conclure que les femmes ont toutes conscience qu'il existe des inégalités de sexe défavorables à la gente féminine. En revanche, certaines d'entre elles ne distinguent pas les inégalités liées au sexe présentes au sein de leur propre vie. Deux participantes à l'étude pensent que certains aspects des RSS s'expliquent et se justifient en partie par la capacité des femmes à enfanter et les différences biologiques entre les femmes et les hommes.

Nous voulions pour terminer, savoir si la perception des règles de chaque femme pouvait être liée à leur niveau de conscientisation de la construction sociale des rapports sociaux de sexe. Notre travail se basant sur une méthode qualitative, nous a montré que les femmes interrogées les plus clairvoyantes au sujet des rapports de pouvoirs entre hommes et femmes au sein des différentes sphères sociétales ont également un vécu positif de leurs règles. Nous pensons qu'il serait intéressant de réaliser une étude quantitative afin d'affirmer ou non l'existence d'un lien entre vécu des règles et vécu des rapports sociaux de sexe.

L'intérêt de l'étude était de voir si les rapports sociaux de sexe avaient une influence sur le vécu menstruel et si la connaissance d'un tel lien pouvait nous aider (nous soignants) à améliorer le vécu des règles par les femmes. Certes nous n'avons pas pu donner de conclusion concernant l'existence ou non de ce lien, mais nos résultats montrent que le manque de connaissances sur les menstruations, sur leur fonctionnement et sur la façon dont elles ont été utilisées dans l'Histoire pour placer la femme en position d'infériorité par rapport à l'homme n'aide pas à faire disparaître le tabou et le malaise qu'éprouvent les femmes au sujet des menstruations.

Une femme qui a des préjugés et honte de ses règles, c'est une femme qui n'osera ou ne pensera peut-être pas à consulter alors que ses règles sont anormales. Prenons l'exemple le plus typique : lorsqu'une femme a des règles très douloureuses mais qu'elle pense, à causes des idées reçues, qu'il est normal d'avoir mal à cette période du cycle. Elle risque par conséquent de ne pas consulter ou de ne pas parler de cet aspect potentiellement anormal de ses règles. Le tabou et les idées reçues peuvent donc nuire à la santé physique des femmes. C'est pourquoi nous proposons d'organiser des consultations avec les jeunes filles avant la puberté, pour leur expliquer ce que sont les règles, ce qui est normal et ce qui ne l'est pas. Ou bien d'expliquer à toutes les patientes ayant des enfants ce qui est important de transmettre à leur(s) fille(s) et à leur(s) garçon(s) au sujet des règles.

Les interventions « Info-ado » menées dans les collèges par le centre de planification et d'éducation familiale de la ville de Strasbourg permettent d'informer les jeunes adolescents sur les menstruations et la sexualité. Elles ont l'avantage d'informer un grand nombre d'adolescents et d'inclure les garçons qui sont peu informés sur les menstruations. Parler avec les jeunes de ces sujets est très important car certains ne sentent pas à l'aise pour en discuter avec leurs familles. Ces interventions permettent ainsi de réduire considérablement le tabou des menstruations ainsi que le tabou sur la sexualité.

Malheureusement ces interventions ne sont pas réalisées dans tous les collèges alsaciens. À l'heure actuelle, elles ont lieu en classe de 5ème et de 4ème, nous pensons que le sujet des menstruations devrait être abordé plus tôt car de nombreuses filles ont déjà eu leurs ménarches et celles-ci auraient certainement aimé être informées avant l'arrivée de leurs menstruations. L'autre inconvénient est que ces interventions sont menées auprès de grands groupes d'adolescents, les plus timides risquent par conséquent de ne pas oser poser de questions. C'est pourquoi nous pensons que des consultations ayant pour but d'informer les préadolescents pourraient être très utiles et complémentaires. Elles permettraient tout d'abord aux jeunes de vivre leur puberté plus sereinement, de leur donner des clefs pour comprendre ce qui leur arrive ou ce qu'ils vont vivre prochainement, de diminuer grandement les idées reçues et faire disparaître petit à petit le tabou

menstruel et enfin ces consultations permettraient aussi aux jeunes d'avoir un contact, de connaître un soignant en mesure de répondre à leurs questions.

VI. Bibliographie

1. Dictionnaire de français Larousse. Mot menstruation.
2. Stromquist L. L'Origine du Monde. Paris : Rackham; 2016
3. L'Ancien Testament chapitre 15 vers 19 et 20
4. Coran Sourate 2 verset 222.
5. Litré E. Des Maladies des Femmes, Livre Ier. In : Œuvres complètes d' Hippocrate Paris : J.B Baillière ;1839. p.10-230
6. Bodiou, L. De l'utilité du ventre des femmes : Lectures médicales du corps féminin. In Prost, F. Wilgaux, J. Penser et représenter le corps dans l'Antiquité. Presses universitaires de Rennes. 2006 ; 153-166.
7. Mardon, A. Les premières règles des jeunes filles : puberté et entrée dans l'adolescence. Soc contempo, 2009 ; 75, 109-129
8. Deplantes C. « La révolution menstruelle » : du tabou véhiculé par les publicités pour protections périodiques aux déplacements médiatiques et numériques. Mémoire de séminaire. Lyon-Institut d'Études Politiques de Lyon; 2016.
9. Omran A, Al Hafez G. Health education for adolescent girls. WHO Regional Office for the Eastern Mediterranean,. 2006.
10. Chandra-Mouli V, Patel SV. Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. Reprod Health. 2017;14(1):30
11. Burrows A, Johnson S. Girls' experiences of menarche and menstruation. J Reprod Infant Psychol. Août 2005; 23(3):235-49.
12. Planning familial. Education à la sexualité, l'approche d'un mouvement émancipateur . [Internet] Fév 2018. Disponible sur <https://www.planning-familial.org/fr/pourquoi-leducation-la-sexualite-reste-t-elle-toujours-un-enjeu-325> Consulté le 20 novembre 2019.
13. Roberts T-A, Goldenberg J, Power C, Pyszczynski T. Feminine Protection ; the effects of menstruations on attitude towards women. Psychol Women Q. juin 2002;26(2):131-9.
14. Jarrah SS, Kamel AA. Attitudes and practices of school-aged girls towards menstruation. Int J Nurs Pract. 2012;18(3):308-15.
15. De Beauvoir S. Le deuxième sexe ; Paris : Gallimard ;1949
16. Scott J. ; De l'utilité du genre. Fayard, coll. « Histoire de la pensée », Paris, 2012, 300 p

17. Claude Mathieu N. Notes pour une définition sociologique des catégories de sexe. *Épistémologie sociologique*, 1971 n° 11 .
18. Kirsch C. La différenciation sociale et biologique des sexes. *Canad. Soc & anth* 1976
19. Steinberg S. , L'inégalité entre les sexes et l'inégalité entre les hommes. *Le tournant des Lumières* , *Esprit*, n° 273, 2001, p. 39.
20. Testart A. L'amazone et la cuisinière: Anthropologie de la division sexuelle du travail. Paris: Gallimard; 2014. 192 p.
21. Subías Martínez R. Stéréotypes : la menstruation, mesdames, vous rendait folles mais irresponsables pénalement ! In : *Critiques féministes des savoirs : corps et santé*. Toulouse ; 2017. [Cité le 20sept 2019] Disponible sur <https://bib.umontreal.ca/citer/styles-bibliographiques/vancouver?tab=5240482>
22. Froidevaux-Metterie C. *Le Corps des femmes: La bataille de l'intime*. Philosophie magazine Éditeur; 2018.
23. Romeiro Dias L. , Taurine B. Rapport d'information déposé par la délégation de l'Assemblée nationale aux droits des femmes et à l'égalité des chances entre les hommes et les femmes sur les menstruations[Internet]. https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/rapports/ega/115b2691_rapport-information [cité 6 juill 2022]
24. Choulet-Vallet A. Pour une critique et une reconstruction féministes de l'éducation thérapeutique. L'exemple de l'endométriose. *Éducation Social Cah CERFEE* [Internet]. 2021 (60). <https://journals.openedition.org/edso/14223> [cité 22 juin 2022];.
25. La Société des Obstétriciens et Gynécologues du Canada, *Menstruations Normales – Tes Règles* [En ligne]. Disponible sur : <https://www.yourperiod.ca/fr/normal-periods/> [consulté le 6 juill 2022]
26. Kergoat D. Se battre, disent-elles. - *La Dispute* – SNEDIT 2012,360p
27. Georges-Kot S. Écart de salaires entre les hommes et les femmes en 2015 Insee; 2020 p.4 Report No.:1803
28. Buscatto M. Chapitre 3. Ségrégations genrées dans l'emploi et le travail. In : *Sociologies du genre Coursus*. 2019;2:99-136.
29. Buscatto M. Chapitre 2. Les familles au prisme du genre. In : *Sociologies du genre Coursus*. 2019;2:61-98.
30. Breda T, Jacquemet N, Rathelot R, Laouénan M, Safi M, Sultan Parrault J. La discrimination à l'embauche selon le sexe. *DARES*; 2022 p. 113. Report No.: 23.
31. Duru-Bellat M. II. Exécuter son genre. In: *La Tyrannie du genre* Paris: Presses de Sciences Po; 2017. p. 85-144.
32. Opinion Way – *Dans Ma Culotte Règlophobie: perception des règles par les Français* [En ligne]. Disponible sur: <https://reglophobie.fr/> [consulté le19 juill 2022].

33. Thomas V. Menstruations, sang pour sang taboues. Comment l'hygiène menstruelle impacte nos sociétés. [En ligne] IRIS 2018;21. [cité le 21 juin 2022]. Disponible sur: <https://www.iris-france.org/notes/menstruations-sang-pour-sang-taboues-comment-lhygiene-menstruelle-impacte-nos-societes/>
34. Perrot P. Le corps féminin: le travail des apparences ; XVIII.-XIX. siècle. Paris: Éd. du Seuil; 1991. 280 p. .
35. Siebert V., SWNS, Nearly half of women have experienced 'period shaming'. [En ligne] New York Post. 2018 [cité le 21 juin 2022]. Disponible sur: <https://nypost.com/2018/01/03/nearly-half-of-women-have-experienced-period-shaming>
36. Canuet C, Hertzog IL. Représentation et vécus des règles: enquête auprès des femmes [mémoire pour l'obtention du master de maïeutique]. Université de Caen; 2020, 69
37. Bertrand K. La représentation sociale des menstruations : étude exploratoire d'un fragment du corps.[Mémoire pour l'obtention du grade de Maître en Psychologie]. Faculté des études supérieures de l'Université Laval; 2003,190
38. Combeau D. États-Unis : sexe, violence et politique. Le Débat. 2019;203(1):110-28.
39. D'Albronn G. 3e édition du Baromètre Priorités Femmes. [En ligne] Kantar pour la Fondation des Femmes; 2021 Report No.: 3. [cité le 20 juill 2022]. Disponible sur: <https://www.kantar.com/fr/inspirations/politique-et-opinion/2021-barometre-priorites-femmes>
40. Gaudron JP. L'échelle de conscience des rapports sociaux de sexe en orientation. Orientat Sc Prof. 20 juin 2020;(49/2):339-66.
41. Withers I, Cohn C. Analysis: Most banks narrow UK gender pay gaps, UBS, Deutsche Bank go into reverse. Reuters [En ligne]. 4 avr 2022 [cité 20 juill 2022]; Disponible sur: <https://www.reuters.com/business/sustainable-business/most-banks-narrow-uk-gender-pay-gaps-ubs-deutsche-bank-go-into-reverse-2022-04-04/>
42. Pfefferkorn R. Genre et rapports sociaux de sexe. Lausanne: Empreinte; 2012 . 140 p.
43. Devreux AM. Les propriétés formelles des rapports sociaux de sexe [Habilitation à diriger des recherches]. Université Paris 8; 2004 .220p
44. Mondragon NI. , Txertudi MB. , Understanding menstruation: Influence of gender and ideological factors. A study of young people's social representations. Fem Psychol. 1 août 2019;29(3):357-73.

VII. Annexes

Annexe I : document présentant l'étude, remis aux femmes répondants aux critères rencontrés à l'hôpital de Saverne

Je m'appelle Marie PERINI et je suis étudiante en 5ème année à l'École de sages-femmes de Strasbourg. Je suis à la recherche de volontaires pour participer à mon projet dans le cadre de mon mémoire de fin d'étude.

Mon étude concerne : **Le vécu des menstruations.**

Pour cela je dois réaliser des entretiens avec des femmes ayant entre 18 et 55 ans non ménopausées. L'entretien dure environ 20 à 30 min et il sera réalisé par téléphone. Si vous êtes volontaire et si vous répondez aux critères, veuillez me contacter au : 06 77 90 77 88 ou à l'adresse suivante marieperini@free.fr

Annexe II : Grille d'entretien

Parcours personnel et professionnel

- Age
- Situation familiale, emploi des parents
- Formation(s)
- Emploi(s)

Partie 1 : Vécu personnel des menstruations

1) Description factuelle et objective de leurs cycles

- Fréquence des cycles
- Durée
- Abondance de sang (règles abondantes définie par plus d'un tampon/ serviette par trois heures et/ou si durée supérieure à sept jours)
- Douleur (à évaluer à l'aide d'une échelle numérique)
- Demander la contraception : car influence sur les menstruations

2) Quel nom/surnom utilise-t-elle pour nommer les menstruations ?

3) Description et perception de leurs ménarches

- Exemple de question à poser : Pouvez-vous me parler de vos premières règles : Comment c'est arrivé ? Comment avez-vous réagi ?
- Âge d'apparition
- Discussion sur le sujet au préalable ou non avec un ou des membres de la famille/ ou ailleurs
- Réaction personnelle + signification attribuée à l'arrivée des menstrues
- Réaction familiale

4) Signification et interprétation des menstruations

- Connaissance de l'explication biologique
- Sources et personnes via lesquelles elles s'informent sur les menstruations
- Autres représentations attribuées aux règles et leur raison d'être (nous voulons voir si la personne aborde spontanément une notion de purification, d'hygiène ou des croyances particulières)
- Faites-vous un lien entre hygiène et menstruation ? Si oui lequel ?

5) Gestions des menstruations

- Quel moyen technique/ protection périodique utilisez-vous pour vos menstruations ?
- Limitation des activités habituelles ou au contraire activités/ occupations spécifiques pendant les menstruations + ce qu'elles en pensent
- Discussion avec entourage ou plutôt dissimulation visuelle et verbale des menstruations : parlez-vous de vos menstruations avec votre entourage ?

6) Avez-vous vécu une situation/un moment de gêne par rapport à vos règles ?

Partie 2 : Vécu des rapports sociaux de sexe

Pensez-vous que parce que vous êtes de sexe féminin, vous êtes plus ou moins soumise à certaines obligations ou attentes de la part de la société ?

- Si réponse = oui → pourriez-vous me donner des exemples de situations où vous avez fait ce constat ? » (question optionnelle si ce n'est pas abordé spontanément)
- Est-ce que pour vous être une femme, représente aujourd'hui un frein dans la carrière professionnelle ? (Question optionnelle si thème non abordé)

- Représentations associées aux menstruations
 - tabou
 - sale
 - garant de bonne santé
 - honte
 - purification
 - phénomène uniquement biologique

Annexe IV : Outils d'analyse du vécu des rapports sociaux de sexe

Thèmes attendus avant de réaliser les entretiens

- **Inégalités au travail**
 - inégalités salariales
 - ségrégation genrée horizontale
 - ségrégation genrée verticale
- **Inégalités genrées concernent la sphère privée de la famille :**
 - hétéronormativité
 - normes genrées de procréation
 - répartition inégalitaire et genrée des tâches domestiques
 - gestion et éducation des enfants, un rôle de femme
- **Inégalités liées aux rapports sociaux de sexe concernant la sphère privée et publique :**
 - discrimination au recrutement lié aux normes genrées de procréation
 - les normes d'apparence physique

Résumé :

Introduction : Le sang des règles autrefois considéré comme étant bien moins noble que celui qui s'écoule des veines des valeureux guerriers a longtemps permis de justifier de l'exclusion sociale des femmes. Aujourd'hui la parole des femmes se libère et les croyances se déconstruisent. Le principal objectif de cette étude était de connaître le vécu actuel des menstruations par les femmes ainsi que celui des rapports sociaux de sexe. Nous voulions ensuite déterminer si le vécu des rapports sociaux de sexe pouvait influencer sur celui des menstruations. Notre hypothèse principale est que les femmes éprouvent encore de la honte au sujet de leurs règles.

Méthodes : Nous avons mené une étude qualitative à l'aide d'entretiens semi-directifs réalisés auprès de patientes majeures effectuant leur suivi gynécologique à l'hôpital public de Saverne.

Résultats: Les femmes ont majoritairement un discours sur les règles chargé de représentations négatives : le tabou, le besoin d'invisibiliser leurs règles et le sentiment de honte à leur égard persiste.

Elles ont bien conscience qu'il existe des inégalités de sexe défavorables à la gence féminine mais ont du mal à percevoir les inégalités qui les touchent personnellement. Il semblerait que les femmes ayant une réflexion très aboutie sur les rapports sociaux de sexe ont également un meilleur vécu menstruel. Mais le lien entre ces deux éléments reste à prouver par une étude quantitative.

Conclusion : Le tabou et les représentations négatives des menstruations subsistent malgré la grande évolution des libertés féminines depuis les années 60. Il serait intéressant pour faire reculer les préjugés sur les menstruations, d'organiser des consultations auprès des jeunes filles juste avant l'arrivée de la puberté afin de leur expliquer la normalité du phénomène, sa raison d'être et leur détailler les limites de la physiologie menstruelle. Cela leur permettrait de consulter sans craintes lorsque leurs règles leur sembleront anormales ou si elles désirent plus d'informations fiables.

Mots-clés : « règles » « menstruations » « vécu » « sociologie »