

# L'image corporelle : les stéréotypes sexistes



Alberta Education, Santé et préparation pour la vie,  
Programmes d'études, Résultats d'apprentissage

Les élèves pourra :

R-8.8 décrire et expliquer les aspects positifs et négatifs de la conformité et de la dissidence chez les membres d'un groupe ou d'une équipe.

## Contexte pour l'enseignant

L'image corporelle reste un sujet qui préoccupe les élèves du secondaire 1<sup>er</sup> cycle, tandis qu'ils essaient de définir et de découvrir qui ils sont. Or, chaque jour, les jeunes sont bombardés de messages dans les médias qui influent sur cette préoccupation de façon positive ou négative selon différents facteurs. Il est donc important de les aider à s'y retrouver dans tout cela et à faire la part des choses entre les messages qu'ils reçoivent et la réalité.

Les activités de cette leçon sont conçues pour faire réfléchir les élèves aux messages qui peuvent les amener à limiter à des stéréotypes sexistes leurs opinions sur les rôles et l'apparence des gens. Chaque enseignant mène le cours au rythme qu'il considère comme opportun, et s'il y a un concept particulier à renforcer, cette leçon peut servir de support pour en approfondir la discussion.

Cette leçon est tirée en partie de la trousse sur l'image corporelle destinée aux élèves de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année. La trousse « image corporelle » pour la 7<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année offre d'autres activités à exploiter dans votre classe afin d'approfondir ce sujet.

## Objectifs

À l'aide d'activités en groupe et de devoirs, les participants vont :

- Discuter des stéréotypes sexistes qui sont courants dans notre société
- Comprendre et respecter les différences qui peuvent exister entre des individus du même sexe

## Matériel nécessaire

- Document « Règles de base »

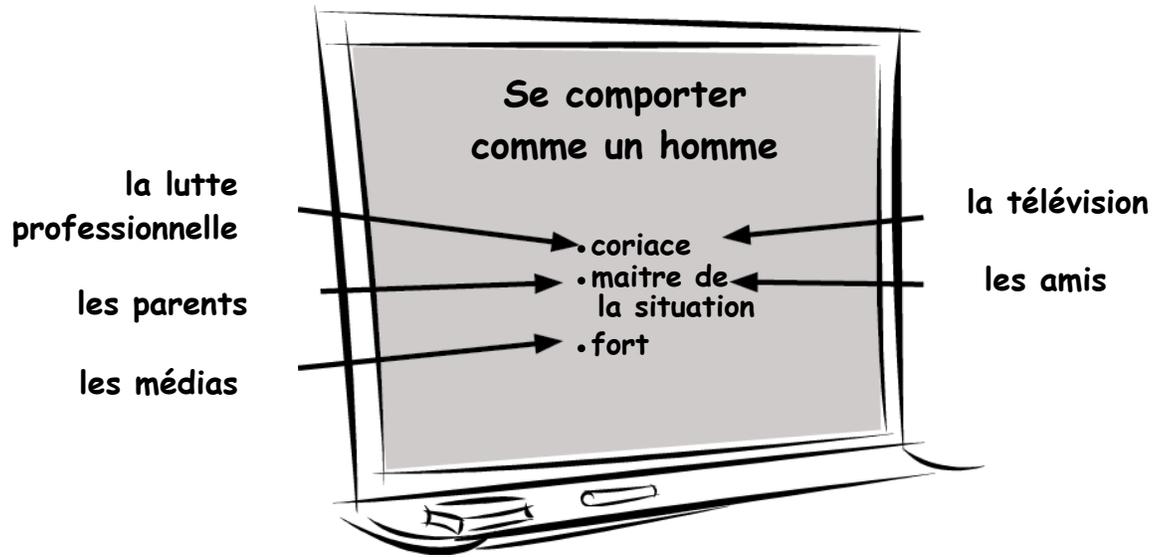
## Préparation

- Présentez la séance du jour en utilisant une formule comme celle-ci : « Aujourd'hui, nous allons parler des stéréotypes masculins et féminins et de leurs effets sur nos perceptions de nous-mêmes. Pour commencer, examinons ce que veulent dire les expressions "se comporter comme un homme" et "être une jeune fille modèle." »

- Remarque à l'intention de l'animateur – L'image corporelle est un sujet délicat pour beaucoup de personnes. Il est donc très important que chacun fasse preuve de respect devant les émotions et les sentiments des autres reliés à ce sujet. Passez en revue avec les élèves le document « Règles de base »

#### A. Se comporter comme un homme

- Inscrivez « **Se comporter comme un homme** » au tableau (voir l'exemple).



- Demandez aux élèves les mots ou les attentes qui leur viennent à l'esprit pour expliquer ce que signifie « se comporter comme un homme » dans notre culture (dans les sports, les affaires, les sorties en couple, etc.). Leurs réponses pourraient aller, entre autres, dans le sens de : fort, athlétique, maitre de la situation, macho, coriace, dominant, les vrais hommes ne pleurent pas, etc.
- Inscrivez les réponses obtenues sous l'expression et tracez un cadre autour de la liste. Appelons-le le stéréotype « se comporter comme un homme ».
- Insistez sur le fait que cette liste représente les attitudes et les comportements que l'on attend dans notre société des garçons qui sont en passe de devenir des hommes. **Les hommes et les garçons ne naissent pas comme cela; ce sont des rôles qu'ils acquièrent en grandissant, des modèles auxquels ils doivent se conformer.**
- Demandez aux élèves : « D'où nous viennent ces messages stéréotypés? » Leurs réponses pourraient aller, entre autres, dans le sens de : nos parents, les médias, la télévision, les films ou les camarades. Inscrivez les réponses au tableau et tracez des flèches montrant que ces sources renforcent les stéréotypes.
- Demandez aux élèves quels sont les noms qu'on donne aux garçons ou aux hommes qui ne sont pas conformes aux stéréotypes et qui ne « rentrent pas dans le moule ». Inscrivez ces réponses en bas de la boîte.
- Insistez sur le fait que ces noms sont utilisés pour blesser les gens émotionnellement.

## B. Être une jeune fille modèle

- Inscrivez au tableau le titre « Être une jeune fille modèle ».
- Demandez aux élèves les mots ou les attentes qui leur viennent à l'esprit pour expliquer ce que signifie « être une jeune fille modèle » dans notre culture. Leurs réponses pourraient aller, entre autres, dans le sens de : innocente, sage, délicate, menue, féminine, émotive, non sportive, attentionnée, etc.
- Inscrivez les réponses obtenues sous l'expression et tracez un cadre autour de la liste. Appelons-le le stéréotype « être une jeune fille modèle ».
- Précisez qu'il impose des limites au non-conformisme qui sont tout aussi restrictives que celles imposées par le stéréotype « se comporter comme un homme ». Ainsi, comme les garçons devenant des hommes, les jeunes filles apprennent à se conformer à des attentes très précises quant à leur rôle de femme dans notre société.
- Demandez aux élèves : « D'où nous viennent ces messages stéréotypés? » Inscrivez les réponses au tableau et tracez des flèches montrant que ces sources renforcent les stéréotypes.
- Demandez aux élèves quels noms on donne aux filles ou aux femmes qui ne se conforment pas au stéréotype. Inscrivez ces réponses en bas de la boîte.
- Insistez sur le fait qu'il est très important d'accepter et de respecter toutes les personnes, y compris celles qui ne correspondent pas au stéréotype.

## Discussion

- De quelle manière la société renforce-t-elle les stéréotypes?
- Quel est l'effet global de ces messages?
- En quoi ces messages influencent-ils notre image de soi?

## Suggestions de sites Web pour aller plus loin

Il se trouve dans la trousse « image corporelle » destinée aux élèves de la 7<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année deux vidéos qui peuvent servir de point de départ à une discussion de certains stéréotypes sexuels encouragés dans notre société. L'une a pour sujet notre façon de parler du corps et l'autre porte sur les formes corporelles. Le message fondamental de cette discussion sera l'acceptation de son corps

## Conclusion

À l'aide d'activités de groupe, nous avons parlé des stéréotypes sexistes qui sont couramment encouragés dans notre société par les médias. Nous avons étudié l'influence de ces stéréotypes sur notre estime de soi. Enfin, nous avons recherché ensemble des moyens de contrer ces messages afin de pouvoir rester nous-mêmes et d'en être fiers

### Activité à faire à la maison

- Trouve des images pour illustrer sur une ligne du temps l'évolution chronologique des rôles et des autres choses considérés comme étant appropriés uniquement pour les hommes ou pour les femmes.
- De retour en classe, travaillez en petits groupes pour faire un collage que vous pourrez présenter au reste de la classe.

### Références

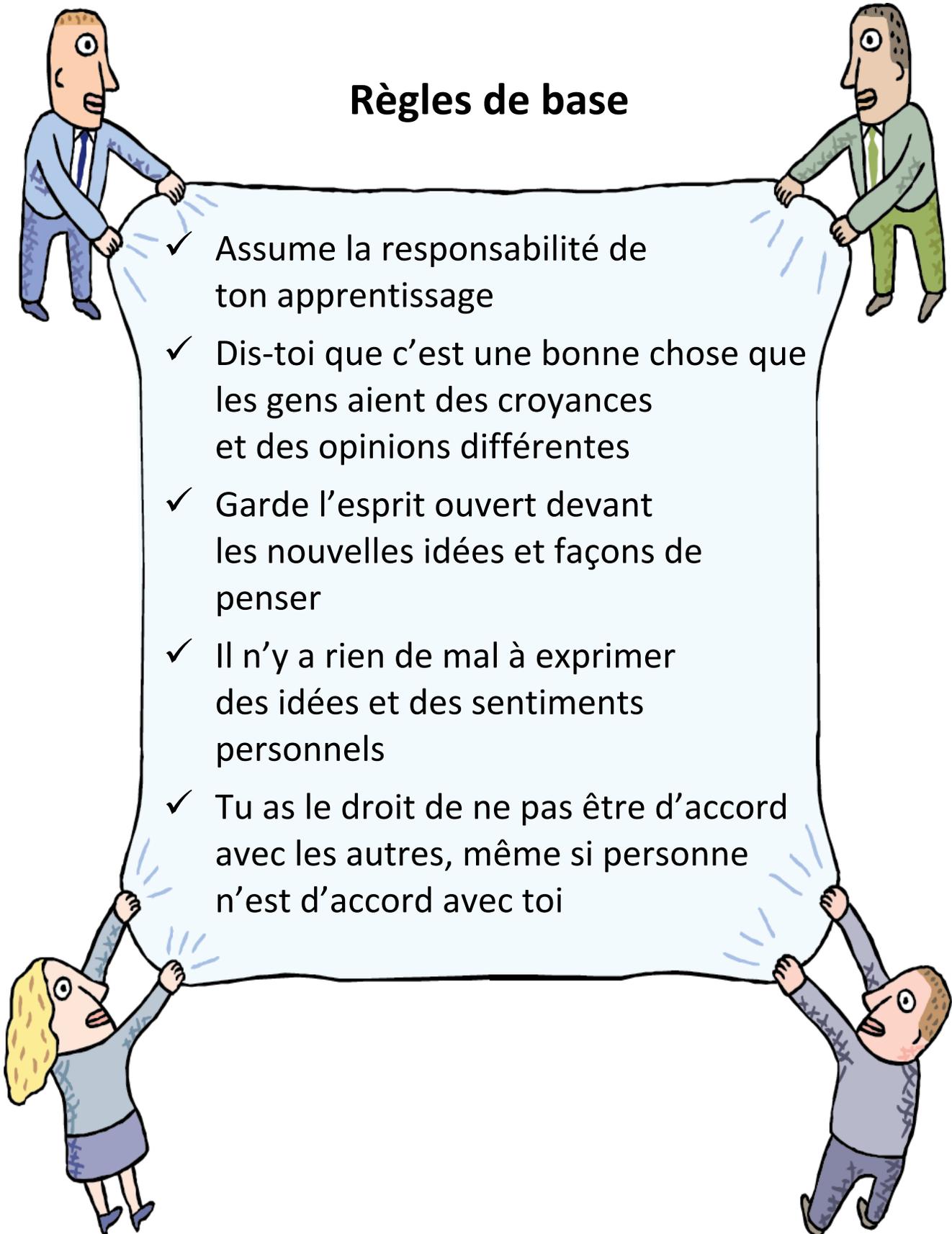
Cette activité est tirée en partie de la trousse sur l'image corporelle destinée aux élèves de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année (Alberta Mental Health Board, 2001). Cette trousse comporte plusieurs autres activités que vous pourriez exploiter avec vos élèves.

On peut emprunter gratuitement la trousse sur l'image corporelle à plusieurs organismes différents.

Veillez communiquer avec :

- l'infirmière en santé communautaire de votre école
- la conseillère pédagogique en santé globale d'Edmonton Public Schools
- la conseillère pédagogique en bien-être, éducation physique et santé d'Edmonton Catholic Schools
- la spécialiste en toxicomanie et santé mentale d'Alberta Health Services, zone d'Edmonton

## Règles de base



- ✓ Assume la responsabilité de ton apprentissage
- ✓ Dis-toi que c'est une bonne chose que les gens aient des croyances et des opinions différentes
- ✓ Garde l'esprit ouvert devant les nouvelles idées et façons de penser
- ✓ Il n'y a rien de mal à exprimer des idées et des sentiments personnels
- ✓ Tu as le droit de ne pas être d'accord avec les autres, même si personne n'est d'accord avec toi