



LEÇON

Années scolaire : 6^e année à 2^e secondaire

Au sujet de l'auteur : Adaptation d'une leçon du programme d'études *Healthy Relationships* et *Men for Change*

Durée : 50 à 60 minutes

Les stéréotypes sexuels et l'image corporelle : exploration

Aperçu

Dans cette activité, les élèves repèrent certains stéréotypes sexuels dans les médias.

Intentions

- Définir la notion de stéréotypes.
- Prendre conscience des conséquences qu'exercent les stéréotypes sur nos comportements.
- Réfléchir sur ses propres valeurs et ce qui motive ses choix personnels.

Préparation/Documents

Un tableau à feuilles mobiles et des marqueurs

Déroulement suggéré

Mise en situation

Écrivez « Se comporter en homme » dans le haut d'une feuille du tableau à feuilles mobiles, puis les réponses données par les élèves. (Commencez par interroger les garçons. Vous pourrez ensuite encourager les filles à répondre. Essayez d'inscrire les mots dans lesquels l'élève s'est exprimé.) Quand les réponses sont trop élaborées, demandez aux élèves de les simplifier pour que vous puissiez les écrire au tableau. Si les élèves hésitent à répondre, demandez-leur de discuter du sujet en équipes de deux, puis de faire part de leurs réflexions à la classe, ou posez-leur des questions précises en leur demandant ce que cela signifie se comporter en homme dans les sports, en affaires, à l'occasion d'un rendez-vous, etc.).

Posez les questions suivantes aux élèves :

- Que signifie « se comporter en homme » ? Quels sont les mots ou les attitudes qui vous viennent à l'esprit (par exemple, les hommes ne pleurent pas, les hommes sont des durs, les hommes sont forts) ?
- Faites un encadré autour de la liste complète.

Ce sera l'encadré du comportement masculin, dans lequel se trouve une liste d'attitudes et de comportements que les garçons se doivent d'adopter s'ils veulent devenir des hommes dans notre société. Ces caractéristiques ne sont pas innées chez les hommes et les garçons ; ce sont des rôles qu'ils ont appris.



Ensuite, écrivez « Être féminine » dans le haut d'une autre feuille du tableau à feuilles mobiles, puis les réponses données par les élèves. (Comme vous l'avez fait pour les garçons, commencez par interroger les filles, puis encouragez les garçons à répondre.)

Posez les questions suivantes aux élèves :

- Que signifie « Être féminine » ? Quels sont les mots ou les attitudes qui vous viennent à l'esprit (par exemple, les filles sont polies, les filles sont organisées, les filles sont passives) ?
- Faites un encadré autour de cette liste.

Ce sera l'encadré du comportement féminin, qui est rempli de stéréotypes tout comme l'encadré du comportement masculin. Les règles de conformité sont aussi restrictives dans les deux cas. Les femmes doivent aussi apprendre à se conformer aux attentes très précises que notre société entretient à leur égard.

L'apprentissage des rôles sexuels

Posez les questions suivantes aux élèves :

- Où apprenons-nous ces rôles sexuels ?
- Qui nous enseigne ces stéréotypes ? Les gens du milieu du spectacle ? Des sports ? Des médias ? Quand les élèves répondent « la télé » ou « le cinéma », demandez-leur de donner des exemples précis que vous écrirez.
- Où les femmes apprennent-elles ces rôles ? (Vous pouvez écrire « les mères », « les parents », et lancer la discussion.)
- Quelles sont les autres personnes qui influencent notre apprentissage des rôles sexuels ?
- De quelle autre façon la société nous envoie-t-elle ces messages ? (Demandez aux élèves de donner des exemples précis.)
- Écrivez les réponses à l'extérieur de l'encadré, du côté gauche. Vous pouvez faire des flèches pour illustrer comment ces influences renforcent la rigidité des stéréotypes de l'encadré.

Le renforcement des stéréotypes

Posez les questions suivantes aux élèves :

- De quels noms ou insultes les garçons héritent-ils lorsqu'ils ne se conforment pas aux stéréotypes de l'encadré ?
- De quels noms traite-t-on les femmes qui s'écartent des stéréotypes de l'encadré ? (Laissez les élèves s'exprimer spontanément en utilisant des expressions familières pour cet exercice.)
- Écrivez les réponses au bas de l'encadré pertinent. Vous pouvez faire des flèches pour illustrer la manière dont ces insultes renforcent la rigidité des stéréotypes de l'encadré.
- Comment ces étiquettes et ces noms renforcent-ils les stéréotypes de l'encadré ?
- Comment se sent-on quand on se fait traiter de ces noms ?
- Selon vous, que ressent la personne qui lance ces insultes ?



Les insultes servent à blesser les personnes dans leurs sentiments ; nous réagissons en nous réfugiant dans la « sécurité » que nous apporte le comportement stéréotypé.

L'évaluation des stéréotypes

Posez les questions suivantes aux élèves :

- Combien de garçons dans la classe n'ont jamais pleuré ? J'aimerais que vous leviez la main. (Choisissez l'énoncé « Les hommes ne pleurent pas » s'il est ressorti de la séance de remue-méninges. Sinon, choisissez un autre énoncé de la liste.)
- Est-ce que cela signifie que ceux qui n'ont pas levé la main sont des poules mouillées, des cons, etc. ?
- Qu'en est-il des filles ? Combien veulent être passives, etc. ?

Nous pouvons tous ressentir la gamme des émotions, notamment le bonheur, la tristesse, l'amour et la colère. Les stéréotypes ont un effet dévastateur parce qu'ils limitent nos possibilités. Combien connaissons-nous de garçons qui s'efforcent de se conformer aux stéréotypes sans réfléchir ? Quel tort faisons-nous à nous-mêmes et aux autres ? Les garçons ne sont pas nés pour être violents ou pour adopter des attitudes nuisibles envers les filles. Nous apprenons ces attitudes et ces comportements par l'entremise des stéréotypes véhiculés par la société sur la façon de « se comporter en homme ». Nous pouvons nous libérer des limites imposées par ces stéréotypes lorsque nous nous apercevons qu'il s'agit là d'idéaux irréalistes, et nous pouvons alors commencer à changer.

Cela ne veut pas dire qu'il est mal pour un garçon d'aimer les sports ou d'aimer réparer les voitures, ou pour une fille d'aimer cuisiner (donnez d'autres exemples tirés de la liste dressée par les élèves). *(Il est important de faire cette remarque afin de ne pas heurter les filles ou les garçons qui pourraient être sur la défensive.)*

Le problème tient au fait qu'on nous oblige à jouer ces rôles pour s'intégrer dans la société. Il est important pour nous tous de prendre nos propres décisions au sujet de ce que nous faisons.

Un stéréotype est une confirmation rigide de la croyance qui veut que vous ayez certains rôles particuliers à jouer selon que vous êtes une fille ou un garçon, une femme ou un homme, et que vous deviez vous y conformer.

Cette croyance nous empêche de faire des choix personnels et de déterminer nos propres intérêts et aptitudes. En outre, elle décourage les hommes d'entreprendre un « travail féminin » (comme l'art floral et les soins aux enfants) et empêche les femmes de choisir des activités traditionnellement réservées aux hommes (telles l'ingénierie et les sciences).

Posez les questions suivantes aux élèves :

- Quelles sont les situations où vous pourriez vous sentir obligés de vous « comporter en homme » ou « d'être féminine » ? (Les garçons pourraient, par exemple, avoir des amis qui leur demandent de fumer une cigarette ou de participer à une activité dangereuse pour prouver qu'ils sont endurcis, et les filles pourraient être empêchées de pratiquer certains sports ou devoir accepter de faire quelque chose contre leur gré parce que les femmes n'osent affirmer leur volonté.)
- Comment ces stéréotypes peuvent-ils mener à la violence ? (On pourrait, par exemple, s'attendre à ce que les garçons se battent pour régler une question au lieu d'en discuter et à ce que les filles tolèrent l'intimidation au lieu de s'affirmer.)



La violence lors des rencontres

Maintenant que nous avons étudié les stéréotypes dans les rôles assignés à chacun des sexes, quels sont les éléments de ces rôles qui aboutissent à de la violence dans les relations ?

Exemple de scénario pour lancer la discussion : « Biff » et « Bambi » vont ensemble à une grande soirée organisée à l'école. Après la soirée, ils sortent ensemble. (Vous pouvez demander aux jeunes où les ados vont pour sortir ensemble et utiliser le nom de ce lieu). Ils commencent à s'enlacer et Biff veut « aller jusqu'au bout ». Bambi ne se sent pas à l'aise pour aller plus loin.

Demandez à vos élèves :

- Si ces deux jeunes croient aux stéréotypes, comment cette situation va-t-elle évoluer ? (Pendant que vous posez la question, attirez l'attention des élèves sur quelques attentes dont la liste figure sur le tableau de papier pour les hommes, telles que « maîtrise la situation », « ne considère pas le " non " comme une réponse » et celles des femmes, telles que « passive » ou « séduisante ».)
- Confirmez les réponses des élèves par rapport à tous les dénouements possibles.
- Quelle est la pire des choses qui puisse arriver dans ce scénario ? (un viol par une connaissance)
- Pouvez-vous envisager d'autres situations où il serait malsain d'essayer d'être à la hauteur des stéréotypes ?
- Passez en revue les concepts clés. Demandez aux élèves ce qu'ils ont appris sur les stéréotypes sexuels, sur leurs effets sur nous et comment, si on croit à ces stéréotypes, ils peuvent conduire à la violence.

Le jeu de rôles de Biff et Bambi

Contexte : ce jeu de rôles de dix minutes permet aux élèves de constater le déséquilibre des pouvoirs qui s'instaure, quand deux jeunes personnes essaient de se conformer au comportement stéréotypé d'agir « comme un homme » ou de se « comporter en femme ». Les participants jouent un rôle qui ne correspond pas à leur vraie personnalité : ils sont contraints de se conformer aux stéréotypes sexuels. Dans la seconde scène, ils font de leur mieux pour façonner les techniques de résolution de conflits dans un climat de respect mutuel et de préoccupation pour les sentiments et les choix de l'autre. L'objectif de ce jeu de rôles n'est pas d'aboutir à une résolution de conflit parfaite. C'est plutôt de mettre en évidence pour la classe les répercussions négatives des stéréotypes sexuels et de la faire réfléchir aux habiletés et aux attitudes requises pour construire une relation saine.

Le jeu de rôles et la participation de la classe fonctionnent mieux dans un climat détendu et constructif. L'humour qui est naturellement inspiré par ce contexte fera ressortir très probablement l'absurdité d'un comportement basé sur les stéréotypes sexuels. Ne manquez pas de rendre hommage aux acteurs du jeu de rôles pour leur participation : des applaudissements et un « merci » à la fin du spectacle renforceront l'adhésion du groupe pour travailler dans le sens de l'égalité des sexes.

Introduction par l'animateur : nous avons créé pour notre usage une image très claire de ces stéréotypes sexuels. (Reprenez, s'il le faut, la signification de ce terme et les « encadrés » sur les stéréotypes sexuels.) Examinons ce qui peut arriver si les gens essaient vraiment de vivre selon ces stéréotypes impossibles.



Imaginez deux jeunes personnes – appelons-les Biff et Bambi. Ils sortent ensemble depuis quelques semaines et ils éprouvent une espèce d'attirance réciproque. Ils ne sont pas très habiles pour bâtir une relation équilibrée et cordiale parce qu'ils sont, l'un comme l'autre, « prisonniers » des stéréotypes. Il agit en dominateur. Elle se comporte passivement, en faisant toujours passer ses désirs à lui en premier.

Biff décide qu'ils iront tous les deux au cinéma vendredi soir. Bambi a déjà prévu avec des amis d'aller manger une pizza.

Choisissez un acteur et une actrice. Assurez-vous qu'ils comprennent bien le but du jeu de rôles et prévenez-les que ce doit être à la fois amusant et instructif. Proposez-leur la chose suivante : Biff commence par dire à Bambi quel film ils vont aller voir.

Donnez-leur leur réplique : Biff et Bambi se rencontrent dans le hall de l'école. Regardons maintenant ce qui va se passer...

Arrêtez le jeu de rôles au moment où il apparaît que l'action a exploité le thème jusqu'au point où celui-ci semble épuisé. Ne laissez pas les élèves s'enliser dans un moment de gêne si le jeu de rôles se bloque. Demandez aux acteurs de rester sur place.

Demandez à vos élèves :

- Qu'éprouve Bambi ? Qu'éprouve Biff ?
- À chaque acteur : que ressentez-vous dans cette situation ?
- Quelles attitudes stéréotypées interprètent-ils ? (Utilisez, s'il le faut, la liste du tableau de papier.)
- Que manque-t-il à chaque personnage au cours de cette rencontre ? (Biff se comporte de manière inconsciente et sans établir de relation, alors que Bambi fait preuve d'abnégation et se débat dans ses contradictions. (Ses sentiments et ses besoins intérieurs sont en désaccord avec le comportement qu'elle affiche.)
- Quels conseils pouvez-vous leur donner pour qu'ils améliorent leur relation ?

Scène 2 : regardons Biff et Bambi faire une nouvelle tentative. Seulement, ils s'efforceront de dépasser les stéréotypes sexuels. Ils veulent parvenir à se connaître et à bâtir une relation sans risques, cordiale et équilibrée, fondée sur le respect et sur le partage.

Cette fois-ci, le but de leur rencontre dans le hall est de résoudre leur conflit de façon à permettre à chacun d'eux de se sentir écouté et respecté. Il leur faudra peut-être trouver un compromis.

Arrêtez le jeu de rôles au terme de son déroulement complet, à moins qu'un blocage ne survienne. Dans ce cas, demandez des suggestions aux autres élèves.

(Ne vous inquiétez pas si les élèves ne proposent pas une solution fantastique au conflit. Le jeu de rôles pourra en fait démontrer la difficulté à trouver des solutions originales aux conflits. C'est un sujet qui pourrait être discuté avec la classe.)



Demandez aux élèves qui jouent le rôle de Biff et de Bambi :

- Quelles ont été vos impressions pendant cette scène ?
- Comparez vos impressions lorsque vous « incarniez » vos personnages dans les deux scènes du jeu de rôles ?

Impliquez toute la classe en posant les questions suivantes :

- Comment Biff et Bambi ont-ils avancé sur la voie d'un compromis qui répondait à leurs besoins à tous les deux ?
- À quelles difficultés ont-ils été confrontés ?
- Ont-ils été attentifs aux sentiments de l'un et de l'autre ? Si oui, comment les sentiments de l'autre personne ont-ils été pris en compte ?
- Entre la relation de la scène 1 et la relation de la scène 2, laquelle des deux a le plus de chance d'évoluer de manière saine ? Pourquoi ?

Conclusion

Nous avons tous le choix : nous pouvons nous comporter comme les stéréotypes des encadrés, sans même le savoir, ce qui peut mener à la tristesse, à la solitude, voire même à la violence. Ou nous pouvons montrer le courage d'être nous-mêmes et de trouver des gens qui nous acceptent pour ce que nous sommes. Cela peut sembler plus difficile à faire, mais c'est faisable, comme le jeu de rôles l'a montré. Comme nous l'avons vu, quand nous nous écoutons et que nous respectons les besoins de l'autre personne et ce qu'elle veut, cela fait une grande différence. C'est un élément clé pour des relations saines.

Prolongement

Vous pouvez poursuivre l'exploration des stéréotypes avec l'activité *Les stéréotypes sexuels et l'image corporelle – Conséquences*.

