



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 : conséquences



Cette leçon fait partie de *Utiliser, comprendre et mobiliser : Un cadre de littératie média numérique pour les écoles canadiennes* : <http://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/cadre-de-litt%C3%A9ratie-num%C3%A9rique>.

Aperçu

Il s'agit de la troisième leçon traitant des stéréotypes sexuels. Ces leçons ont pour but d'encourager les élèves à développer leur propre intelligence critique à l'égard des stéréotypes hérités de la culture et des images présentées dans les médias (film, télévision, musique rock, journaux, magazines, réseaux sociaux). La leçon commence par une discussion sur la manière dont l'industrie de la mode et les médias sociaux peuvent promouvoir la violence auto-infligée lorsque des hommes et des femmes mettent leur santé en danger pour atteindre des normes impossibles de beauté et de minceur. Les élèves exploreront comment les stéréotypes sur la masculinité peuvent alimenter la violence masculine.

Résultats d'apprentissage

Les élèves :

- reconnaîtront les effets potentiellement néfastes de la conformité aux stéréotypes, et la façon dont ils peuvent mener à des abus et à la violence envers eux-mêmes et les autres;
- comprendront que de « suivre la foule » peut signifier sacrifier ses propres principes (une façon d'être agressif envers soi-même) et empiéter sur les droits des autres.

Préparation et matériel

- Projetez ou distribuez le document « Images de stéréotypes dans les médias ».
- Distribuez le document « Statistiques sur le genre et les troubles alimentaires ».
- Distribuez l'exercice « Sortir des sentiers battus ».

Procédure

Mourir d'envie d'être mince

- Commencez par distribuer ou projeter le document « Images de stéréotypes dans les médias ».



Posez les questions suivantes aux élèves.

- Comment ces personnes se conforment-elles aux normes « idéales » trouvées dans la boîte à stéréotypes (tirée des leçons *Les stéréotypes sexuels et l'image corporelle : exploration* et « Learning Gender Stereotypes »)?
- Comment parviennent-elles à « jouer » leur genre selon ces normes?
- À votre avis, quel est le lien entre ces stéréotypes et les troubles alimentaires?
- Pensez-vous que les femmes voudraient être minces si elles n'étaient pas bombardées d'images de femmes minces, comme celles-ci, dans les médias? Les hommes voudraient-ils être minces et musclés s'ils ne voyaient pas ces images?
- En quoi les normes de l'image corporelle des Blancs diffèrent-elles de celles d'autres groupes culturels comme les Afro-Canadiens, les Inuits ou divers groupes culturels asiatiques? (*Tenez compte du fait que la grande majorité des mannequins et influenceurs sont blancs ou ont la peau claire.*) **Remarque :** Dans certaines cultures, un poids corporel élevé est considéré comme un signe de beauté et de santé!
- Qu'en est-il des différentes époques de l'histoire? Ces types de corps ont-ils toujours été l'idéal? (*Les peintures antérieures au présent siècle représentent souvent des femmes bien en chair. Les femmes peintes par Matisse ne seraient pas considérées comme minces aujourd'hui! Jusqu'à une époque assez récente, seules les vedettes de films « d'action » devaient être très musclées : aujourd'hui, presque tous les acteurs masculins le sont.*)

Expliquez aux élèves que la préoccupation des femmes pour le mythe de la beauté est évidente dans la plupart des cultures qui consomment des émissions de télévision et d'autres influences médiatiques, comme les médias sociaux tels qu'Instagram. Les régimes excessifs peuvent non seulement endommager les organes en privant le corps de nutriments essentiels, mais ils peuvent aussi provoquer la mort. La mentalité « mourir d'envie d'être mince » favorise également un ensemble d'attitudes très malsaines, qui affectent les relations, tant maintenant qu'à l'avenir.

Distribuez le document « Statistiques sur le genre et les troubles alimentaires » et examinez-le avec la classe. Demandez aux élèves si l'une de ces statistiques les a surpris ou si elle leur fait voir différemment les sujets abordés jusqu'à présent dans la discussion.

Interrogation : Plus il y a de muscles, mieux c'est, non?

Posez les questions suivantes aux élèves.

- Pensez-vous que les garçons subissent des pressions pour avoir une certaine apparence en raison des représentations dans les médias? Pouvez-vous donner un exemple?
- Les stéréotypes sexuels et l'image corporelle sont-ils considérés comme quelque chose qui n'arrive qu'aux filles? Pourquoi ou pourquoi pas?
- Pourquoi la stature physique d'un homme est-elle liée à l'agressivité? S'agit-il d'un stéréotype sexuel?
- Croyez-vous que les stéréotypes sexuels peuvent nuire à la santé mentale des hommes?
- Pourquoi les garçons et les hommes ne cherchent-ils pas d'aide s'ils souffrent de troubles alimentaires?



- Dans quelle mesure l'image que les garçons et les hommes ont d'eux-mêmes est-elle influencée par des images médiatiques telles que celles présentées dans le document « Images de stéréotypes dans les médias »?

Expliquez aux élèves que la violence que nous nous faisons subir lorsque nous acceptons sans le savoir ces stéréotypes peut être très subtile. Nous ne sommes pas obligés de ressembler aux acteurs d'Hollywood ou aux influenceurs des médias sociaux. Ils font d'énormes efforts pour conserver une certaine apparence, et ils sont payés très cher pour le faire. Quel est le lien avec nous? Nous menons une vie ordinaire dans le monde réel, mais pour une raison ou une autre, nous avons envie de leur ressembler. Il est important de comprendre pourquoi tant de femmes souffrent de troubles alimentaires, ce qui nous aidera, d'abord, à éviter de tomber dans les mêmes pièges et, ensuite, à ressentir de l'empathie pour celles qui souffrent de ces troubles.

Exercice : Sortir des sentiers battus

Distribuez l'exercice « Sortir des sentiers battus » et examinez-le avec la classe. Expliquez aux élèves qu'ils devront choisir quatre personnages médiatiques qui correspondent au genre auquel ils s'identifient, soit deux qui correspondent à la « boîte de genres » et deux qui n'y correspondent pas. (Dites-leur qu'il peut s'agir de personnes réelles comme des influenceurs, des instavidéastes (« streamers ») ou des youtubeurs, à condition qu'ils se sentent capables de porter un jugement sur le caractère et la personnalité de cette personne.) Pour chacun d'eux, ils recenseront deux choses qu'ils admirent chez ces personnes et deux choses qu'ils n'envient pas : par exemple, ils pourraient admirer la force d'un personnage, mais ne pas aimer son mauvais caractère. Ils résumeront ensuite les huit caractéristiques qu'ils admirent et rédigeront un paragraphe précisant s'il serait facile ou difficile pour eux de leur ressembler.



Sortir des sentiers battus

Pour cet exercice, tu choisiras **quatre personnages médiatiques** du genre auxquels tu t'identifies : deux qui correspondent à la « boîte de genres » (c'est-à-dire qui correspondent aux stéréotypes de ce genre) et deux qui n'y correspondent pas.

- Il peut s'agir de personnes réelles comme des influenceurs, des instavidéastes (« streamers ») ou des youtubeurs, à condition que tu te sentes capable de porter un jugement sur le caractère et la personnalité de cette personne.

Pour chacune de ces personnes, tu recenseras **deux choses que tu admires** chez elles et **deux choses que tu n'envies pas** : par exemple, tu pourrais admirer la force d'une personne, mais ne pas aimer son mauvais caractère.

Nom de la personne :

Dans quelle mesure correspond-elle à la « boîte de genres »? Pourquoi?

Deux choses que tu admires d'elle :

Deux choses que tu n'envies **pas** d'elle :

Nom de la personne :

Dans quelle mesure correspond-elle à la « boîte de genres »? Pourquoi?

Deux choses que tu admires d'elle :

Deux choses que tu n'envies **pas** d'elle :

Nom de la personne :

Dans quelle mesure correspond-elle à la « boîte de genres »? Pourquoi?

Deux choses que tu admires d'elle :

Deux choses que tu n'envies **pas** d'elle :

Nom de la personne :

Dans quelle mesure correspond-elle à la « boîte de genres »? Pourquoi?

Deux choses que tu admires d'elle :

Deux choses que tu n'envies **pas** d'elle :



Maintenant, reviens aux huit caractéristiques que tu admires chez ces personnes et examine-les.

Pense à ce que ce serait d'essayer d'*être* ces huit choses. Lesquelles seraient faciles? Lesquelles te permettraient de te conformer pour le meilleur ou pour le pire dans la « boîte de genres »? Pourquoi?

Rédige un paragraphe ci-dessous, ou sur une feuille lignée, pour répondre à ces questions.



Statistiques sur le genre et les troubles alimentaires

- Toutes les 62 minutes, une personne meurt des suites directes d'un trouble alimentaire aux États-Unis.
- Des études ont montré qu'environ la moitié des jeunes Américains de 13 ans sont mécontents de leur poids. Ce chiffre atteint près de 80 % à l'âge de 17 ans.
- Sarah Ziff, fondatrice de l'organisme Models Alliance, a déclaré dans une entrevue pour *Vogue* que 62 % des mannequins sondés ont révélé qu'on leur avait demandé de perdre du poids et qu'ils étaient considérés comme ayant un poids insuffisant selon les normes de l'Organisation mondiale de la Santé.
- Au Canada, environ 1 femme sur 30 souffrira d'anorexie ou de boulimie mentale au cours de sa vie.
- Selon Statistique Canada, environ 1 million de Canadiens ont reçu un diagnostic de trouble alimentaire en 2016.
- Au Canada, de 12 à 30 % des filles et de 9 à 25 % des garçons âgés de 10 à 14 ans ont indiqué suivre un régime pour perdre du poids.
- Les hommes et les garçons vivent également des troubles alimentaires : de 0,2 à 0,3 % de la population masculine canadienne souffrira d'anorexie au cours de sa vie, 2,1 à 2,5 % de boulimie, et 1,3 % d'hyperphagie boulimique.
- Traditionnellement, les troubles alimentaires étaient considérés comme un « problème féminin », ce qui signifie que de nombreux jeunes hommes et garçons souffrant de ces problèmes ne cherchent jamais à obtenir de l'aide.
- Certains hommes souffrent également de « dysmorphie musculaire », c'est-à-dire qu'ils se préoccupent de leur apparence musculaire. Ils commencent à voir leur corps de manière négative parce qu'il n'est pas assez musclé, ce qui affecte la façon dont ils se perçoivent en tant qu'hommes et dont ils pensent correspondre aux stéréotypes de genre. Cette situation amène les hommes à utiliser des stéroïdes anabolisants et d'autres substances pour obtenir de meilleurs résultats, ce qui a des effets néfastes sur les organes de leur corps.



Images de stéréotypes dans les médias



