

Jeunes de la 3^e année du primaire

Disciplines suggérées :

Éthique et culture religieuse

Éducation physique et à la santé

Français, langue d'enseignement

bien
sa dans
tête bien
dans sa
peau

ATELIER D'APPRENTISSAGE

À chacun.e ses préférences!

Guide d'animation

équilibre

CRÉDITS

DÉVELOPPEMENT

Équipe d'ÉquiLibre

Karah Stanworth-Belleville Dt.P., M.Sc., cheffe de projets

Michelle Giguère-Tomei, stagiaire au baccalauréat en sexologie

Mathilde St-Louis-Deschênes, Ph.D. cheffe de projets

Révision et appui d'expertise

Maryse Lefebvre, Dt.P., M.Sc., cheffe de projets

Marie-Élaine de Tilly, sexologue, conseillère pédagogique à l'éducation à la sexualité, Centre de services scolaire de la Pointe-de-l'Île

Révision du contenu (2021)

Nathalie Pouliot, Dt.P., M.Sc., cheffe de projets

Julie Beaulieu, sexologue – éducation à la sexualité

Kamil Leblanc-Lemarbre (il/iel), étudiant au baccalauréat en sexologie

Comité de travail

Marie-Eve Blackburn, Ph.D., chercheure, ÉCOBES-Recherche et transfert du Cégep de Jonquière cotitulaire, chaire de recherche VISA.J

Sophie Bourque, conseillère pédagogique, dossier climat scolaire, violence et intimidation et éducation à la sexualité, Centre de services scolaire de Montréal

Marie-Pierre Drolet, Dt.P., nutritionniste, Centre de services scolaire de Montréal

Sylvie Labrecque, T.S., agente de développement, promotion-prévention scolaire, direction de santé publique, centre intégré de santé et de services sociaux de Laval

Pascale Lemaire, conseillère pédagogique en éducation à la sexualité, Centre de services scolaire Marguerite-Bourgeoys

SOUTIEN FINANCIER

Ce projet a été financé par le Secrétariat à la condition féminine



REMERCIEMENTS

ÉquiLibre tient à remercier chaleureusement toutes les écoles ainsi que les enseignant.e.s et intervenant.e.s qui ont participé au projet d'expérimentation

© ÉquiLibre 2021

Référence suggérée :

ÉquiLibre, 2021. Atelier d'apprentissage grandir, À chacun ses préférences! programme *Bien dans sa tête, bien dans sa peau* (2001-2021), www.equilibre.ca.

À PROPOS DU PROGRAMME BIEN DANS SA TÊTE, BIEN DANS SA PEAU

Cet atelier fait partie du programme *Bien dans sa tête, bien dans sa peau* (BTBP). Ce programme a pour objectif de favoriser le développement d'une image corporelle positive et l'adoption d'attitudes et de comportements sains et sans stéréotypes à l'égard du corps, de l'alimentation et de l'activité physique chez les jeunes. Le programme cible à la fois les jeunes, leurs parents et les adultes qui les entourent et est diffusé dans les milieux scolaires (primaire et secondaire) et communautaires. Selon une étude menée par l'Institut national de santé publique du Québec, BTBP s'inscrit dans les meilleures pratiques établies pour la promotion de la santé et la prévention en milieu scolaire. Le programme se démarque autant par sa cohérence avec l'approche *École en santé* que par son accord avec des aspects du renouveau pédagogique. Pour en savoir plus et pour télécharger gratuitement d'autres ateliers du programme, [visitez notre boutique](#).

À PROPOS D'ÉQUILIBRE

ÉquiLibre est un organisme à but non lucratif qui a comme mission de prévenir et diminuer les problèmes liés au poids et à l'image corporelle dans la population, par des actions encourageant et facilitant le développement d'une image corporelle positive et l'adoption de saines habitudes de vie.

ÉquiLibre met de l'avant une approche novatrice qui a comme objectif central la santé et le bien-être acquis en toute liberté par l'individu. L'organisme encourage notamment une relation positive à la nourriture, l'acceptation et la valorisation de soi basées sur d'autres facteurs que l'apparence ainsi que l'appréciation positive de la diversité des silhouettes au sein de la population. Pour en savoir plus sur l'approche d'ÉquiLibre, [visitez notre site Web](#).

SOUTIEN À L'INTERVENTION

ÉquiLibre met à la disposition des enseignant.e.s et des intervenant.e.s plusieurs outils et ateliers pour les accompagner dans leurs interventions auprès des jeunes. Visitez notre boutique pour consulter [les ateliers](#) et [les outils](#) que vous pouvez utiliser auprès de votre clientèle.

Des formations en ligne ou en salle vous sont également offertes pour mieux comprendre les problèmes liés au poids et à l'image corporelle et pour optimiser vos interventions auprès des jeunes. Pour en savoir plus, [visitez notre boutique](#).

IMPORTANT

Il est **interdit d'adapter, en partie ou en totalité**, le contenu de l'atelier sans l'autorisation écrite de la part d'ÉquiLibre. Il est également **interdit de demander une rémunération** pour l'animation de l'atelier.



● TABLE DES MATIÈRES

DESCRIPTION DE L'ATELIER D'APPRENTISSAGE	4
MISE EN CONTEXTE	6
LEXIQUE POUR L'ANIMATEUR.RICE	8
DÉROULEMENT DE L'ATELIER D'APPRENTISSAGE	
PHASE DE PRÉPARATION	9
PHASE DE RÉALISATION	
Activité 1 — <i>UNE IMAGE VAUT MILLE MOTS</i>	11
Activité 2 — <i>QUI AIME...?</i>	19
PHASE D'INTÉGRATION	22
DOCUMENTS À IMPRIMER	23

● DESCRIPTION DE L'ATELIER D'APPRENTISSAGE

À chacun.e ses préférences!

Public cible	Jeunes de la 3 ^e année du primaire (milieu scolaire ou communautaire)
Intention pédagogique	Prendre conscience de l'omniprésence des stéréotypes sexuels qui dictent les préférences, les comportements et l'apparence en fonction du genre.
Objectifs spécifiques	Au cours de cet atelier, les jeunes pourront : <ul style="list-style-type: none">• identifier des situations où des stéréotypes sexuels sont présents;• remettre en question l'idée que seul le genre devrait définir les préférences individuelles, les comportements et l'apparence de chacun.
Durée estimée	60 minutes <ul style="list-style-type: none">• Phase de préparation (10 min)• Phase de réalisation (40 min)<ul style="list-style-type: none">– Activité 1 – <i>Une image vaut mille mots</i> (20 min)– Activité 2 – <i>Qui aime...?</i> (20 min)• Phase d'intégration (10 min)

NOTE

L'atelier a été conçu pour être animé durant une période de 60 minutes. Si vous le souhaitez, il est possible de prolonger ou de morceler l'atelier sur plusieurs périodes pour mieux l'adapter à votre contexte.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

- ☐ Présentation PowerPoint À *chacun.e ses préférences!*
- ☐ Ordinateur + projecteur + écran OU tableau interactif
- ☐ Internet OU Clé USB et haut-parleurs OU radio pour la musique (*facultatif*)

DOCUMENTS À IMPRIMER :

- ☐ *Qui aime...?*
 - une copie pour l'animateur.rice
- ☐ Mémo à l'intention des parents
 - une copie par jeune

LIENS AVEC LE PROGRAMME DE FORMATION DE L'ÉCOLE QUÉBÉCOISE

Domaines d'apprentissage et compétences disciplinaires associées

FRANÇAIS, LANGUE D'ENSEIGNEMENT

- **Compétence 3** : Communiquer oralement

ÉTHIQUE ET CULTURE RELIGIEUSE

- **Compétence 1** : Réfléchir sur des questions éthiques
- **Compétence 3** : Pratiquer le dialogue

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ

- **Compétence 1** : Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques
- **Compétence 3** : Adopter un mode de vie sain et actif

Domaines généraux de formation

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

- Amener l'élève à se responsabiliser dans l'adoption de saines habitudes de vie sur le plan de la santé, de la sécurité et de la sexualité.

VIVRE-ENSEMBLE ET CITOYENNETÉ

- Permettre à l'élève de participer à la vie démocratique de l'école ou de la classe et de développer des attitudes d'ouverture sur le monde et de respect de la diversité.

Compétences transversales

- Exploiter l'information
- Résoudre des problèmes
- Exercer son jugement critique
- Structurer son identité
- Coopérer
- Communiquer de façon appropriée

LIENS AVEC LES THÉMATIQUES ET INTENTIONS ÉDUCATIVES EN ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ DU MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION DU QUÉBEC

Identité, rôles, stéréotypes sexuels et normes sociales

- Nommer des représentations stéréotypées de la féminité et de la masculinité dans l'entourage et dans l'univers social et médiatique.
- Établir des liens entre les stéréotypes sexuels et le développement de son identité.

NOTE

Bien qu'il y ait des liens avec les thématiques et les intentions éducatives en Éducation à la sexualité du ministère de l'Éducation du Québec (MEQ), cet atelier ne permet pas, à lui seul, l'atteinte des intentions éducatives et des contenus émis par le MEQ. Nous vous encourageons donc à poursuivre les apprentissages à l'aide des canevas pédagogiques du MEQ ou d'autres outils jugés pertinents.

● MISE EN CONTEXTE

Les stéréotypes et les stéréotypes sexuels

Un stéréotype est une étiquette réductrice que l'on appose sur une personne ou sur un groupe de personnes, souvent basée sur une opinion construite socialement, sans se fonder sur les caractéristiques singulières de cette personne ou de ce groupe. Les stéréotypes peuvent provenir d'idées préconçues en lien avec l'origine ethnique ou culturelle, l'âge, le sexe ou le genre, le poids et l'apparence physique, le style vestimentaire, l'appartenance religieuse, etc. Ils nous empêchent de faire une lecture réelle de l'individu ou du groupe devant nous. Les stéréotypes sexuels sont, quant à eux, des « clichés réducteurs qui associent les femmes, les filles, les hommes et les garçons à deux univers séparés en leur assignant des caractéristiques distinctes »¹.

Les répercussions des stéréotypes sexuels

L'effet des stéréotypes sexuels masculins et féminins est majeur puisqu'ils peuvent, en plus de limiter le potentiel d'expression des personnes, contribuer aux inégalités de genre². Ainsi, le fait de diviser les comportements, les préférences, l'apparence et les rôles des hommes et des femmes crée des inégalités entre les deux sexes dans la société. Encore aujourd'hui, ces stéréotypes véhiculent des messages réducteurs en lien avec le rôle de chacun en société : une femme devrait être douce, maternelle et bien mise parce que c'est une *femme* ; un homme devrait être bruyant, pourvoyeur et fort, parce que c'est un *homme*, etc. De par cette logique, les stéréotypes sexuels limitent le plein potentiel des personnes et contribuent aux rapports inégaux entre les sexes, car ils présupposent que les hommes et les femmes n'ont, *de facto*, pas le même rôle ou le même potentiel. Par ailleurs, cette façon de diviser les humains laisse croire qu'il n'y a que deux choix possibles : les femmes et les hommes. Pourtant, il existe une multitude de façons de se définir comme être humain.

Les stéréotypes sexuels peuvent également influencer la perception que les jeunes et les adultes ont de leur corps. En voulant se conformer aux normes de beauté véhiculées par la société qui renforcent les stéréotypes sexuels en plus d'être irréalistes, les personnes peuvent développer une plus grande insatisfaction corporelle³. Il est donc essentiel de discuter de ce sujet avec les jeunes, afin de les aider à développer leur esprit critique au regard de l'influence des stéréotypes sexuels sur l'ensemble de leur développement, dont le façonnement de leur image corporelle.

1 Gouvernement du Québec. (2020, 9 octobre). *Conséquences des stéréotypes sur le développement*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/developpement-des-enfants/consequences-stereotypes-developpement/>

2 Puri, L. (2011, juillet). *Lutter contre la discrimination sexuelle et les stéréotypes sexistes négatifs : des réponses politiques efficaces*. Table ronde au cours du segment consacré à la coordination de la session de fond de l'ECOSOC, Genève. Repéré à <https://www.unwomen.org/fr/news/stories/2011/7/countering-gender-discrimination-and-negative-gender-stereotypes-effective-policy-responses>

3 Secrétariat à la condition féminine du Québec. (2019). *Sans Stéréotypes : Les stéréotypes et l'image corporelle*. Repéré à <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/limage-corporelle/>

Le genre comme prédicteur de préférences

Plusieurs sources d'influence telles que la famille, les amis, les adultes significatifs, les médias, la mode, les personnalités publiques et les normes sociales peuvent agir sur les choix et les préférences d'une personne^{1,3}. L'identité de genre, c'est-à-dire « l'expérience intime et personnelle de se sentir homme, femme, aucun de ces genres, un mélange des deux genres ou une identité autre », peut également être une source d'influence, surtout lorsque l'adhésion aux stéréotypes sexuels est forte⁴.

En effet, le genre n'est pas, à priori, un facteur prédictif des préférences des jeunes et des adultes^{5,6}. Or, lorsque les enfants sont bombardés de messages qui dictent ce qu'ils doivent aimer, à quoi ils doivent ressembler ou comment ils doivent se comporter en fonction de leur sexe, le genre féminin ou masculin peut alors devenir un puissant facteur d'influence sur les choix et préférences. Il importe donc de faire comprendre aux jeunes que ce n'est pas leur genre qui devrait définir ce qu'ils aiment, ce à quoi ils doivent ressembler ou comment ils doivent gérer leurs émotions ou se comporter. Il est important de plutôt leur faire comprendre qu'ils peuvent préférer ce qu'ils veulent, peu importe si leur choix correspond ou non aux attentes ou aux normes sociales liées à leur genre.

4 Djamadar, M. et Fraile-Boudreault, A. (2020). La transphobie c'est pas mon genre. GRIS-Montréal et Conseil Québécois LGBT. https://www.gris.ca/app/uploads/2020/10/GRI2001_Guide-pedagogique_14.10.20.pdf

5 Secrétariat à la condition féminine du Québec. (2019). Sans Stéréotypes : Les stéréotypes et l'image corporelle. Repéré à <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/image-corporelle/>

6 Duquet, F. (2003). *L'éducation à la sexualité dans le contexte de la réforme de l'éducation*. Repéré sur le site du Ministère de la Santé et des Services sociaux : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2003/03-education-sexualite.pdf>

● LEXIQUE POUR L'ANIMATEUR.RICE

Expression de genre

« L'expression de genre est la manière dont une personne exprime ouvertement son genre. Cela peut inclure ses comportements et son apparence, comme ses choix vestimentaires, sa coiffure, le port de maquillage, son langage corporel et sa voix. De plus, l'expression de genre inclut couramment le choix d'un nom et d'un pronom pour se définir. Il existe une diversité d'expériences individuelles de l'identité de genre et de l'expression de genre. Les termes « identité de genre » et « expression de genre » comprennent un large éventail de diversité des genres⁷. »

Identité de genre

« L'expérience intime et personnelle de se sentir homme, femme, aucun de ces genres, un mélange des deux genres ou une identité autre⁸. »

Image corporelle

« L'image corporelle est la perception qu'une personne a de son corps et ce qu'elle croit que les autres perçoivent d'elle. Cette perception inclut les pensées, les croyances, les jugements, les sensations, les émotions et les comportements par rapport à son corps et son image⁹. »

Stéréotypes sexuels

« Les stéréotypes sexuels sont des clichés réducteurs qui associent les femmes, les hommes, les filles et les garçons, à deux univers séparés en leur assignant des caractéristiques distinctes. [...] En donnant racine à des idées préconçues et à des préjugés, les stéréotypes sexuels fragilisent les progrès réalisés jusqu'à maintenant pour l'égalité des sexes. Plus spécifiquement pour les enfants et les jeunes, ils sont susceptibles d'entraîner des répercussions négatives sur plusieurs aspects de leur vie, comme la réussite scolaire, le choix du métier ou de la profession, l'image corporelle, l'attitude face au partage des responsabilités dans la famille et à la vie affective et amoureuse¹⁰. »

7 Ministère de la Justice du Canada. (2016). Identité de genre et expression de genre : Document d'information. Repéré à

<https://www.canada.ca/fr/ministere-justice/nouvelles/2016/05/identite-de-genre-et-expression-de-genre.html>

8 Djamadar, M. et Fraile-Boudreault, A. (2020). La transphobie c'est pas mon genre. GRIS-Montréal et Conseil Québécois LGBT.

https://www.gris.ca/app/uploads/2020/10/GR12001_Guide-pedagogique_14.10.20.pdf

9 Senécal A., Abdou Ouellet S., Dagenais F. et al. (2014) *L'image corporelle : une cible incontournable dans la lutte contre l'intimidation*.

(Mémoire déposé dans le cadre de la Consultation publique sur la lutte contre l'intimidation, ÉquiLibre.) Repéré à

<https://equilibre.ca/wp-content/uploads/2019/10/M%C3%A9moire-L%E2%80%99image-corporelle-une-cible-incontournable-dans-la-lutte-contre-l%E2%80%99intimidation-2014.pdf>

10 10 Gouvernement du Québec. (2020, 9 octobre). *Conséquences des stéréotypes sur le développement*.

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/developpement-des-enfants/consequences-stereotypes-developpement/>

● DÉROULEMENT DE L'ATELIER D'APPRENTISSAGE

PHASE DE PRÉPARATION

🕒 **Durée** : 10 minutes

INTRODUCTION DE LA THÉMATIQUE

Présentez la thématique générale aux jeunes :

« Nous allons discuter des préférences, des comportements et de l'apparence ainsi que réfléchir aux ressemblances et différences entre les enfants. » »

Demandez aux jeunes de ranger leur matériel.

CLIMAT DE RESPECT

Instaurez un climat de respect pour l'atelier d'apprentissage. Vous pouvez vous aider en projetant la **diapositive n° 2**.



« Pour que cet atelier soit agréable pour tous, il est important de convenir de certaines règles :


- Je suis respectueux.euse envers les autres. Toutes les idées et les questions sont valables ;
- Je ne ris pas des autres ou de leurs idées ;
- Je respecte les directives données pour chacune des activités ;
- Je m'assure que mes commentaires sont constructifs et enrichissants pour les autres ;
- Je respecte le caractère privé et confidentiel de ce qui a été dit par les autres en ne répétant pas leurs propos à des personnes qui n'ont pas assisté à l'atelier ;
- Comme toujours, je lève la main pour avoir la parole ;
- Je participe en exprimant mes opinions et en encourageant les autres à exprimer les leurs. » »

Préciser aussi les éléments suivants avec les jeunes :

- « . *Tu n'es pas obligé.e de répondre à une question si tu ne veux pas ;*
- . *Si cet atelier suscite des questionnements chez toi ou l'envie d'en parler, n'hésite pas à en parler à une personne en qui tu as confiance (parent, enseignant.e, intervenant.e, professionnel.le comme l'infirmier.ère scolaire, l'orthopédagogue, l'éducateur.rice spécialisé.e, etc.).* »

PHASE DE RÉALISATION

Activité 1 UNE IMAGE VAUT MILLE MOTS

 **Durée :** 20 minutes

- ☒ **Matériel :**
- Présentation PowerPoint À *chacun.e* ses *préférences*!
 - Ordinateur + projecteur + écran OU tableau interactif

Commencez l'activité en projetant la **diapositive n° 3** qui évoque le hockey.

Faites apparaître, à l'aide de l'animation, la première image.



Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels

Posez ensuite les questions suivantes aux jeunes :

- « • *Que vois-tu?*
• *Quelles sont les premières choses que tu te dis en voyant cette image?* »

Récoltez les commentaires des jeunes.

Par la suite, à l'aide de l'animation, faites apparaître la prochaine image sur la **diapositive n° 3**.

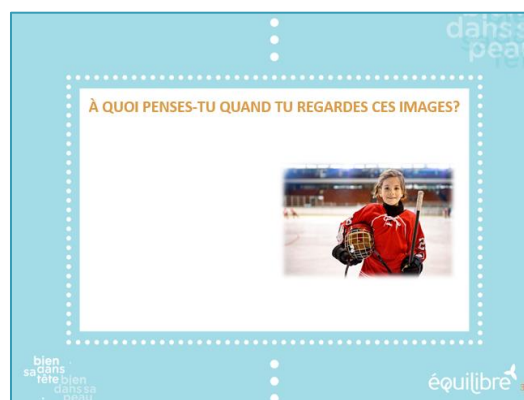


Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

Posez ensuite les mêmes questions que précédemment aux jeunes et récoltez leurs commentaires.

Répétez ce même exercice pour les situations évoquées aux **diapositives n° 4 à 8**.

NOTE

Les **diapositives n° 9 et 10** vous proposent d'autres images **si vous souhaitez prolonger la durée de l'activité**.

La **diapositive n° 4** évoque le ballet

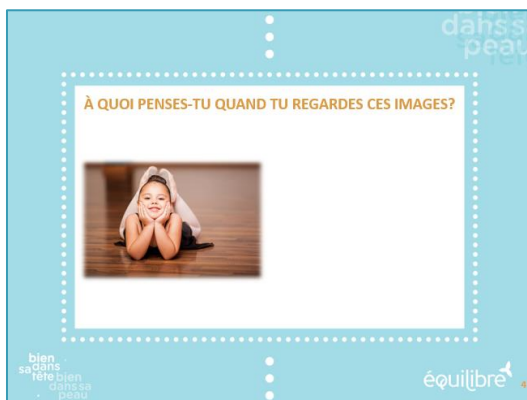


Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

La **diapositive n° 5** évoque la cuisine



Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

La **diapositive n° 6** évoque la longueur des cheveux



Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

La **diapositive n° 7** évoque l'action de pleurer



Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

La **diapositive n° 8** évoque la colère

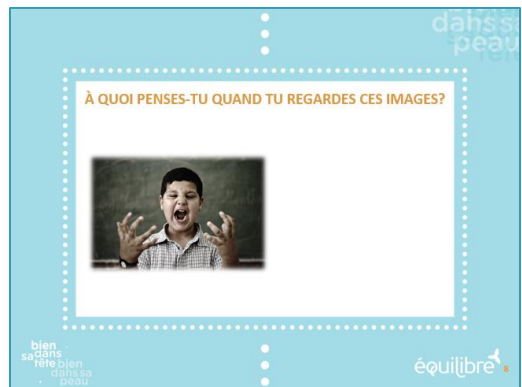


Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

BONUS (FACULTATIF)

Si le temps vous le permet, poursuivez l'activité avec les diapositives suivantes.

La **diapositive n° 9** évoque le domaine de la construction



Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

La **diapositive n° 10** évoque les arts plastiques



Image qui **correspond** aux stéréotypes sexuels



Image qui **déconstruit** les stéréotypes sexuels

Poursuivez maintenant l'activité en posant les questions suivantes aux jeunes :

- « • *Est-ce que tu as réagi différemment d'une photo à l'autre?*
(au besoin, préciser à l'aide de ces exemples : surpris.e, rassuré.e, fait rire, etc.)
Pour quelles raisons selon toi?
- *Est-ce que tu as réagi différemment lorsque tu avais l'impression que c'était un garçon ou lorsque tu avais l'impression que c'était une fille sur la photo? Si oui, pour quelles images?*
- *Selon toi, est-ce que **tous** les enfants qui se sentent garçons aiment le hockey, la construction et ont les cheveux courts? Est-ce que **tous** les enfants qui se sentent filles aiment le ballet, la cuisine et ont les cheveux long?*
- *Et toi, est-ce que tu connais des personnes qui se sentent filles qui aiment le hockey, la construction ou qui ont les cheveux courts?*
- *À l'inverse, connais-tu des personnes qui se sentent garçons qui aiment le ballet, la cuisine ou qui ont les cheveux longs?*
- *Selon toi, est-ce que seuls les enfants qui se sentent filles peuvent pleurer? Pourquoi certaines personnes disent que les garçons ne peuvent pas pleurer, que « c'est pour les filles » ?*
- *Selon toi, est-ce que seuls les enfants qui se sentent garçons peuvent être en colère? Pourquoi certaines personnes disent que la colère, c'est plus « naturel » chez les garçons que chez les filles? »* »

NOTE

Il se peut que les enfants se questionnent sur ce que veut dire se sentir fille ou garçon. Vous pourrez répondre à leur interrogation si la question est posée et en fonction de votre niveau d'aisance avec le sujet. Sachez que l'objectif de cette activité n'est pas de répondre à cette question, mais simplement d'inclure dans votre vocabulaire la possibilité que les humains ne soient pas classifiés de façon binaire.

Récoltez les commentaires des jeunes.

Pour résumer, informez les jeunes que les premières images présentaient des situations qui correspondaient davantage à ce que l'on est « habitué » de voir ou d'entendre (un garçon qui joue au hockey, une fille qui cuisine, un garçon en colère, une fille qui pleure, etc.), alors que les secondes présentaient des situations que l'on est moins « habitué » de voir ou d'entendre (un garçon qui fait du ballet, une fille aux cheveux courts, etc.), bien que ces « habitudes » changent de plus en plus avec le temps.

Précisez que si l'on est « habitué » de voir ou d'entendre ces situations, c'est à cause **des stéréotypes sexuels**.

Les stéréotypes sexuels tentent de définir ce à quoi devraient ressembler les enfants par leurs comportements, leurs préférences ou leur apparence, en se basant sur des idées préconçues et peu inclusives de toute la diversité.

En d'autres mots, c'est une façon de séparer les univers féminin et masculin et de dicter ce que l'on devrait faire, être et à quoi l'on devrait ressembler selon notre genre. Par ailleurs, cette façon de diviser les humains laisse aussi croire qu'il n'y a que deux choix possibles : les filles et les garçons. Pourtant, il existe une multitude de façons de se définir comme être humain. Ces stéréotypes sont si souvent véhiculés dans notre entourage et dans les médias que l'on ne s'en rend souvent même pas compte. Soulignez que le but de cette activité est de permettre aux jeunes de mieux déceler les stéréotypes sexuels afin de poursuivre les réflexions et les discussions entourant leurs répercussions.

POUR ALLER PLUS LOIN

Si vous voulez explorer davantage le concept de « stéréotype sexuel » avec vos jeunes, vous pouvez leur présenter la vidéo (durée de 01:47) *C'est quoi un stéréotype?* de « 1 Jour 1 Actu » : <https://www.1jour1actu.com/info-animee/cest-stereotype/>

NOTE

Il est nécessaire de clarifier avec les jeunes qu'il n'est pas mal de correspondre aux stéréotypes sexuels, et que le plus important c'est d'écouter leurs propres préférences!

Par ailleurs, les photos choisies dans le cadre de l'activité 1 présentent des jeunes afin que les participant.e.s s'y associent. Vous pouvez toutefois préciser que toutes ces situations/émotions peuvent aussi bien s'appliquer aux adultes qu'aux jeunes (ex. un homme qui pleure vs une femme qui pleure).

Poursuivez maintenant la discussion en posant les questions suivantes aux jeunes afin de savoir s'ils ont d'autres exemples de stéréotypes ou des contre-exemples qu'ils ont déjà vus dans leur entourage ou dans les médias (dans les films, à l'école, à la maison, dans les émissions de télévision pour enfants, dans les annonces, etc.).


- « • As-tu déjà entendu que quelque chose « est pour les filles ou pour les garçons » ou que « les filles ou les garçons ne peuvent pas faire cela » ou encore « les filles ou les garçons sont ainsi » ?
- Selon tes observations, comment sont généralement présentés les jeunes qui sont identifiés comme des garçons dans les émissions, les films, les livres ou les jeux vidéo? Et les jeunes qui sont identifiés comme des filles? Nomme des exemples que tu connais.
 - Selon toi, est-ce que ça changerait quelque chose à l'histoire (du livre, du film ou de l'émission) si on changeait ces stéréotypes?
 - Connais-tu certaines histoires où :
 - C'est une fille qui sauve un garçon?
Exemples : Moana qui vient en aide au demi-dieu Maui dans sa quête ; Mulan qui sauve son village des Huns.
 - Une fille n'attend pas qu'un garçon l'aime pour être heureuse?
Exemple : Merida, dans le film Brave, qui défie une vieille coutume et décide de tracer son propre chemin.
 - Les garçons et les filles forment une équipe pour défier les vilains?
Exemples : Les incroyables I et II ; Lego Batman.
 - Une histoire d'amitié se forme entre un garçon et une fille?
Exemple : Harry Potter et Hermione Granger.
 - Une fille est courageuse?
Exemples : Raiponce, la Reine des Neiges, Merida.
 - Une fille/femme/princesse ne se sent pas obligée de correspondre aux normes de beauté?
Exemples : Fiona reste une ogresse, Shrek l'aime comme elle est réellement ; Mulan qui refuse de s'habiller comme les femmes de son village et suivre des cours pour apprendre à être féminine et termine par sauver son village.
 - Où un garçon apprend à vivre ses émotions sainement, sans les ignorer?
Exemples : Les Nouveaux Héros 6 ; Coco.
 - Le personnage principal de l'histoire est androgyne, c'est-à-dire qu'il présente des caractéristiques typiquement féminine et masculine. »

Recueillez les commentaires des jeunes.

MESSAGES À FAIRE RESSORTIR LORS DE L'ÉCHANGE :

- *Il n'y a pas d'émotions, d'activités ou de comportements qui appartiennent « seulement aux filles » ou « seulement aux garçons ».*
- *Il n'existe pas une seule façon d'être une fille ou une seule façon d'être un garçon. Tout le monde est unique. Tous les enfants peuvent faire les mêmes activités, avoir les mêmes passions, préférer des jouets semblables, avoir envie de pratiquer les mêmes métiers... même leurs corps partagent plus de similitudes que de différences (les 5 sens, la majorité de leurs parties du corps, leurs systèmes sanguin, digestif, respiratoire, etc.).*
- *Certains messages dans les médias, dans notre entourage, dans les livres, les films, les jeux vidéo et ailleurs dans la société suggèrent comment les filles et les garçons devraient se comporter ou à quoi ils devraient ressembler. Ce sont des stéréotypes sexuels et il est important de les remettre en question lorsque nous en voyons ou en entendons, en se demandant par exemple : est-ce vraiment la réalité? Est-ce que ça représente vraiment QUE les garçons? QUE les filles? Est-ce que tu connais des enfants ou des adultes qui ne sont pas influencés par tous ces stéréotypes, toutes ces règles?*
- *Aucun enfant ne devrait s'empêcher d'être qui il est, s'empêcher d'aimer ce qu'il aime et agir uniquement pour plaire aux autres et aux normes sociales (famille, ami.e.s, communauté, culture, croyances, société, etc.). Agis et aime ce que tu veux, peu importe ton genre!*
- *Le plus important, c'est de respecter tout le monde, de respecter leurs préférences et leurs choix, parce que **chacun.e est unique!***

Activité 2 QUI AIME...?

 **Durée :** 20 minutes

- ☒ **Matériel :** • *Qui aime...?* — une copie pour l'animateur.ice
• Internet OU CD et haut-parleurs OU radio pour la musique (*facultatif*)

NOTE

Si le temps vous le permet, consultez le livre intitulé *Tu Peux* d'Élise Gravel¹¹, illustratrice montréalaise, afin de bien conclure l'activité précédente et préparer les jeunes aux concepts de l'activité suivante :

<http://elisegravel.com/livres/pdf/>

2.1 JEU QUI AIME...? (10 MINUTES)

Déplacez les pupitres et invitez les jeunes à se placer en grand cercle dans la classe. Faites jouer, si vous le souhaitez, de la musique afin de dynamiser l'ambiance.

Expliquez les directives suivantes aux jeunes :

- « • *Nous allons jouer à un jeu. Placez-vous en grand cercle, l'un à côté de l'autre.*
- *Je vais nommer des activités, des comportements, des attitudes et lorsque tu entends quelque chose que tu aimes, viens au centre du cercle!*
- *Lorsque tu vois une autre personne au centre du cercle avec toi, tape-lui les mains et retourne te placer dans le cercle jusqu'à ce que je nomme un prochain mot.*
- *Je vais nommer plusieurs activités, comportements et attitudes donc ne sois pas gêné.e de venir au milieu du cercle autant de fois que tu le veux, dès que tu entends quelque chose que tu aimes.*
- *As-tu bien compris?* »

Rappelez aux jeunes que le code de conduite présenté en début d'atelier s'applique toujours : on ne rit pas des autres ou de leurs préférences, on respecte les autres.

Énumérez les éléments présentés dans le document à imprimer *Qui aime...?* un à la fois. Le but est de créer une atmosphère décontractée et festive. **Vous pouvez énumérer la quantité d'éléments de la liste que vous souhaitez, selon le temps alloué à l'atelier, vous n'êtes pas dans l'obligation de lire la liste en entier.**

Suggestion d'animation alternative : Demandez aux jeunes de s'asseoir en rond et lorsque les jeunes entendent un mot qu'ils « aiment », faites-leur lever un pouce en l'air (*thumbs up*) sans regarder leurs camarades. Ensuite, invitez-les à regarder autour du cercle pour voir si d'autres ont aimé la même chose qu'eux. Cela permettra de réaliser l'activité dans un climat plus calme.

¹¹ Veuillez noter qu'aucun usage commercial ne sera toléré par l'artiste. Pour plus d'information sur l'artiste : <http://elisegravel.com/>

2.2. RETOUR EN GROUPE (10 MINUTES)

À la fin du jeu, replacez la classe et demandez aux jeunes de reprendre tranquillement leur place respective. Posez-leur ensuite les questions suivantes pour faire un retour sur l'activité :

- « • Lorsque j'ai nommé (un des éléments de la liste), ce n'est pas tout le monde qui est venu au centre du cercle.
- Pour ceux qui ne sont pas allés au milieu lorsque j'ai dit cet élément : comment sais-tu que tu n'aimes pas cela? L'as-tu déjà essayé (si c'est une activité ou un comportement)? »

Répétez ces deux premières questions pour le nombre d'activités/comportements que vous souhaitez explorer avec les jeunes. Poursuivez ensuite avec les questions suivantes :

- « • Si tu n'aimais pas quelque chose que j'ai nommé, est-ce que c'est parce que ce n'est pas dans tes préférences? Ou bien est-ce parce que tu es **habitué.e** d'entendre que tu ne devrais pas aimer cela?
- Selon les éléments que j'ai nommés, ce n'était pas toujours les mêmes personnes dans le cercle. Pourquoi, penses-tu? »

Recueillez les réponses des jeunes.

MESSAGES À FAIRE RESSORTIR LORS DE L'ÉCHANGE :

- *Peu importe comment tu te sens, il est possible d'aimer les mêmes choses ou des choses différentes que tes ami.e.s. Chacun.e a ses préférences, ses goûts, ses intérêts et sa façon d'être en fonction de sa personnalité qui est unique! Ce n'est pas ton genre qui devrait dicter tes préférences.*
- *Il est important de réfléchir et d'explorer tes propres préférences et intérêts selon tes envies, et non pas en fonction des stéréotypes sexuels.*
 - **Exemple à fournir aux jeunes** : si ton ami Thomas aime jouer au soccer, tu peux aussi aimer le soccer, mais tu n'es pas obligé d'aimer le soccer juste parce que tu es un garçon.
- *Chacun.e a sa propre personnalité et devrait être fier.ère d'être qui il.elle est, unique comme il.elle est. C'est la même chose pour les autres : démontre du respect envers tes ami.e.s, mais également envers les jeunes que tu connais moins : chacun.e est parfait.e comme il.elle est...Vous êtes plus semblables que différents après tout.*
- *Tout comme tes préférences qui sont uniques, ton corps et ton identité le sont également. C'est ce qui te démarque des autres et fait que les gens t'aiment pour qui tu es.*
- *Il pourrait être intéressant d'essayer des nouvelles activités dans les prochains jours ou les prochaines semaines! Invite un.e ami.e à le faire avec toi ou encore, quelqu'un de ta classe avec qui tu ne joues pas souvent, et ayez du plaisir tous ensemble, peu importe votre genre.*

POUR ALLER PLUS LOIN


Afin de poursuivre l'activité ou approfondir les notions moins bien comprises, vous pouvez télécharger gratuitement et imprimer des copies de l'affiche *Tout le monde peut aimer* d'Élise Gravel¹², illustratrice montréalaise, et proposez aux jeunes de la colorier. Pour un simple rappel visuel de l'activité, nous vous proposons d'imprimer l'affiche en couleur et de l'afficher dans votre classe.

Vous trouverez les affiches aux liens suivants :

1. Dessin (noir et blanc) : <http://elisegravel.com/wp-content/uploads/2018/02/toutlemondeFR-NB.jpg>
2. Affiche en couleur : <http://elisegravel.com/wp-content/uploads/2019/02/toutlemonde.jpg>

¹² Veuillez noter qu'aucun usage commercial ne sera toléré par l'artiste. Pour plus d'information sur l'artiste : <http://elisegravel.com/>

PHASE D'INTÉGRATION

 **Durée :** 10 minutes

☒ **Matériel :** • Mémo à l'intention des parents (1 copie par jeune)

RETOUR SUR L'ATELIER D'APPRENTISSAGE

Faites un retour sur l'atelier d'apprentissage en amenant les jeunes à s'exprimer sur leur appréciation de l'atelier. Pour ce faire, nous vous suggérons de leur poser les questions suivantes :

- « • *Crois-tu que tes préférences et tes goûts devraient être influencés par ton genre? Pour quelles raisons?*
- *Qu'est-ce que tu as appris de nouveau? Que retiens-tu de cet atelier?*
- *As-tu aimé cet atelier? Quelle partie as-tu le plus aimée? Pourquoi?*
- *As-tu rencontré des difficultés? Comment as-tu fait pour les surmonter?* »

À la fin de l'atelier, remettez à chaque jeune le document *Mémo à l'intention des parents*.

MESSAGES À FAIRE RESSORTIR POUR CONCLURE L'ATELIER :

- *Aujourd'hui, nous avons parlé de vos préférences et du fait qu'elles puissent être très diversifiées, peu importe votre genre. Bien souvent, la société nous encourage à agir ou à paraître de telle ou telle manière en fonction de si l'on est une fille ou un garçon. Mais, nous avons vu ensemble qu'au bout du compte, nous sommes plus semblables que différents!*
- *Certaines normes peuvent dicter ta manière d'agir, à quoi tu devrais ressembler ou qu'est-ce que tu devrais aimer selon si tu es une fille ou un garçon. Or, c'est ta personnalité, tes préférences et tes intérêts qui te définissent le mieux et font en sorte que les gens t'apprécient.*
- *On a tous des préférences, une apparence et des goûts différents et c'est la diversité qui fait que le monde est beau comme il est.*

POUR ALLER PLUS LOIN

Si vous œuvrez dans le milieu scolaire, vous pouvez compléter ces apprentissages et en explorer de nouveaux en lien avec les stéréotypes sexuels et l'image corporelle à l'aide des canevas pédagogiques du MEQ. L'accès à ces canevas est possible auprès du/de la responsable du dossier éducation à la sexualité.

Vous pouvez également consulter le document du MEQ *Filles et garçons... Accordons-nous!* afin de vous inspirer pour de futures activités

http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/dpse/adaptation_serv_compl/SEC_RapportsEgal_19-7054.pdf

Vous pouvez également clarifier ou explorer certains concepts avec les jeunes à l'aide de livres jeunesse abordant les thématiques de l'atelier répertoriées dans les catégories : *Égalité des genres* ; *Diversité corporelle* ou *Diversité sexuelle et de genre* du projet Kaléidoscope au site <http://kaleidoscope.quebec>

DOCUMENTS À IMPRIMER

- *Qui aime...?* - une copie pour l'animateur.rice (une page)
- Mémo à l'intention des parents - *À chacun.e ses préférences!*
une copie par jeune (une page recto-verso)

QUI AIME...?

Choisissez les éléments que vous souhaitez nommer aux jeunes selon le temps alloué.

Jouer au ballon



Cuisiner avec papa ou maman
(ou un adulte proche de moi)



Être affectueux.euse



Patiner



ÊTRE ORIGINAL.



JOUER À LA TAG



Jouer au hockey, soccer, basketball
ou tout autre sport populaire



Porter des bijoux



Le jaune



Faire des expériences scientifiques



Faire du bricolage



Se déguiser

Aider à faire des tâches à la maison



Sauter à la corde à danser



Le bleu



Faire du théâtre



DÉCOUVRIR DE NOUVELLES CHOSES



FAIRE DES GRIMACES



Complimenter ses ami.e.s



Le rose



Être honnête



Jouer à des jeux de combat de cartes
(Pokémon, Yu-Gi-Oh, etc.)



Avoir les cheveux longs/courts



Dessiner



Se balader



FAIRE DU VÉLO



Être drôle

Le vert



...

MÉMO À L'INTENTION DES PARENTS À CHACUN.E SES PRÉFÉRENCES!

Aujourd'hui, votre enfant a participé à un atelier sur l'omniprésence des stéréotypes sexuels qui dictent les préférences, les comportements et l'apparence en fonction du genre.

Que sont les stéréotypes sexuels

Les stéréotypes sexuels sont des idées construites et véhiculées dans la société sur ce que devraient être et devraient faire les filles et les garçons.

Par exemple, avez-vous déjà remarqué que dans les magasins pour enfants, les jouets pour filles sont souvent roses et incluent des poupées ou des jouets créatifs et tranquilles? Et que les jouets pour garçons sont souvent bleus, font du bruit et leur permettent de se battre ou faire des courses automobiles?

Ces catégories sont une forme de stéréotype sexuel.



Les répercussions des stéréotypes sexuels

Les stéréotypes sexuels influencent le développement de l'identité des personnes, car ils dictent quoi aimer, à quoi ressembler et comment agir selon son genre plutôt que selon ses réelles préférences. Les stéréotypes sexuels nient aussi le fait qu'une personne peut se sentir autrement que fille ou garçon.

Ceci peut faire en sorte que certains enfants agissent en fonction de ce qu'ils.elles croient être *attendu d'eux.elles* plutôt qu'en fonction de leur personnalité ou de leurs intérêts. Ils.elles peuvent ainsi s'empêcher d'aimer ou de s'intéresser à certaines activités dans lesquelles ils.elles auraient pu vivre de grands succès, ou encore s'empêcher d'être authentiques et bien dans leur peau.

Que pouvez-vous faire comme parent?

En tant que parent, vous jouez un rôle de modèle important auprès de votre enfant. Afin de l'encourager à agir de manière plus inclusive et qu'il.elle soit bien dans sa tête et bien dans sa peau, vous pouvez :

- L'encourager à remettre en question les images véhiculées dans les films, dans les émissions et dans les publicités présentant des enfants afin que votre enfant se développe à sa manière et non selon ce que la société dicte pour les filles et les garçons.
- Lui rappeler que ce sont sa personnalité, ses préférences et ses intérêts qui le.la définissent et le.la rendent unique. En réalisant ses réels intérêts, il.elle pourra mieux résister aux pressions qui disent comment doivent agir les garçons et les filles.
- Encouragez votre enfant à voir ses camarades comme égaux afin de promouvoir la tolérance face à la diversité!

Pour en savoir plus...

Visitez equilibre.ca/monequilibre afin d'y retrouver plusieurs billets de blogues et outils pour aider votre enfant à développer une relation saine avec son corps.

- Pour avoir plus d'information sur nos campagnes, ateliers et publications en lien avec l'image corporelle, suivez notre page Facebook à [mon facebook.com/GroupeEquiLibre/](https://www.facebook.com/GroupeEquiLibre/).
- Pour en savoir plus sur les stéréotypes sexuels et leurs répercussions sur le développement de l'image corporelle et de l'identité, visitez la page web pour les parents du Secrétariat à la condition féminine à [scf.gouv.qc.ca/onglet Sans Stéréotypes](http://scf.gouv.qc.ca/onglet/SansStereotypes).
- Pour une foule d'outils et de textes explicatifs et pour consulter plus de 250 ouvrages encourageant les enfants à se défaire des idées préconçues et des rôles stéréotypés, favorisant la réflexion, l'émergence de la pensée critique, l'ouverture et la tolérance visitez la page de Kaléidoscope à kaleidoscope.quebec/
- Vous pouvez aussi aller sur la page du Projet Mosaïk du MEQ à msss.gouv.qc.ca/professionnels/jeunesse/mosaik/mobiliser-les-parents/
- Pour voir les bulletins, capsules et outils pour les parents, dont « le partage des tâches à la maison », et afin d'en connaître plus sur les rapports égalitaires, la puberté et le développement sexuel des jeunes, consultez les bulletins du Projet Mosaïk à publications.msss.gouv.qc.ca/