

Cahier

de l'élève

Culture de l'image

.....
4^e secondaire
Culture et
citoyenneté
québécoise
.....



Intention

À la fin de cet atelier, tu seras en mesure de déterminer comment la représentation des corps dans l'espace public influence la perception corporelle des Québécois.es et de proposer des stratégies pour favoriser une image corporelle positive dans la population.


Ressources

Si les lectures et les discussions associées à l'activité te rendent inconfortable, il faut en parler à une personne de confiance ou à une ressource de l'école. Il est aussi possible de visiter ces sites web :

[Jeunesse, J'écoute](#)



[ANEB Québec](#)


[Tel-jeunes](#)

Tout au long de cette situation d'apprentissage, tu peux t'appuyer sur le **glossaire** que ton enseignant.e t'as remis. Lorsqu'un mot est accompagné de ce pictogramme , cela signifie que tu peux consulter sa définition.

Amorce

1. Réponds aux questions suivantes par oui ou par non en cochant l'option choisie :

Questions	Oui	Non
a) Penses-tu que les jeunes de ton âge sont satisfaits de leur apparence?		
b) Penses-tu que les jeunes de ton âge comparent leur apparence à celle de leurs ami.e.s sur les réseaux sociaux?		
c) Selon toi, les jeunes comparent-ils leur apparence à celle de personnes qu'ils ne connaissent pas dans les médias?		
d) Penses-tu que les <u>normes sociales</u>  au Québec influencent les images de corps auxquelles les jeunes sont exposés?		
e) Considères-tu qu'il y a suffisamment de <u>diversité corporelle</u>  dans les médias québécois?		

2. a) Selon ta perception, de quelle façon les corps sont-ils représentés dans l'espace public .

- b) Selon toi, quels messages sont véhiculés par la façon dont les corps sont représentés dans l'espace public ?

Pour la prochaine activité, tu dois choisir un bien culturel de ton choix dans lequel au moins un corps est représenté.

Exemples de biens culturels :

- Vidéoclips musicaux
- Séries télévisées

Plus d'exemples sont disponibles dans le glossaire.

Bien culturel choisi : _____

Tâche 1 : Corps et culture

3. Présente le bien culturel que tu as choisi à ton équipe. Ensemble, analysez chacun des biens culturels en remplissant le tableau selon les critères suivants :
- a) Comment les corps sont-ils représentés visuellement? Quels types de corps sont montrés (âge, genre, taille, etc.)? Quelles sont les caractéristiques physiques?
 - b) Quels sont les messages véhiculés sur les corps? Quels attitudes, comportements, conduites et valeurs sont véhiculés? Les messages peuvent être explicites ou implicites.
 - c) Lorsque vous avez répondu aux deux questions pour chaque bien culturel, remplissez la ligne c) du tableau. Pour ce faire, vous devez tirer un **constat** général pour les biens culturels analysés dans chaque colonne. Le tableau de la page 5, soit la section « Constats des autres équipes », sera à remplir plus tard.

Nom du bien culturel	a) Comment le ou les corps sont-ils représentés visuellement?	b) Quels sont les messages véhiculés sur les corps?
c) Constats		

4. Inscris les constats des autres équipes.

a) Comment le ou les corps sont-ils représentés visuellement?	b) Quels sont les messages véhiculés sur les corps?

5. a) En t'appuyant sur la carte conceptuelle créée en groupe, comment les corps sont-ils généralement représentés dans l'espace public💡?

- b) Selon toi, quelles pourraient être les limites de cette interprétation?

Tâche 2 : Influence médiatique

6. Selon toi, quelle peut être l'influence des médias sur les idéaux corporels💡?

7. En équipe, consulte le dossier documentaire n°1 ***L'influence de la télévision sur l'idéal corporel féminin***. Une étude y est présentée. Fais ressortir les informations pertinentes afin de réaliser une infographie scientifique résumant l'étude. Pour ce faire, remplis le gabarit suivant en t'appuyant sur la description de chaque section :

1) Sujet de l'étude et enjeu soulevé (Dans cette partie, le sujet principal de l'étude est présenté et on explique pourquoi il est important. On parle du contexte général, des grandes questions qu'on se pose sur le sujet et des raisons pour lesquelles cette étude vaut la peine d'être faite.)

2) Méthodologie (Ici, on explique comment l'étude a été réalisée. On indique qui a participé, quels outils ont été utilisés (comme des questionnaires) et quels éléments ont été mesurés.)

3) Résultats (Cette section montre ce que l'étude a permis de découvrir. On y retrouve toutes les données, comme les chiffres ou les faits les plus marquants.)

4) Discussion (On analyse ici ce que les résultats veulent dire en lien avec le sujet de départ. On réfléchit aussi aux limites de l'étude et aux implications de ces résultats.)


5) Conclusion (Pour terminer, cette partie résume ce qu'il faut retenir de l'étude. On y trouve aussi des idées pour la suite ou des recommandations basées sur ce qui a été appris.)

8. a) Quelle est l'influence de la télévision sur la perception de l'idéal corporel féminin  dans cette étude?


- b) Quels sont les effets possibles de cet idéal de minceur maintenant mis de l'avant?

- c) Malgré les effets potentiellement négatifs, quels pourraient être les avantages de l'introduction de la télévision pour les communautés éloignées du Nicaragua?

- d) Quelles sont les limites de cette étude selon toi? Pourquoi devrait-on rester critique face à ces résultats?

- e) Selon toi, est-ce que les médias influencent les idéaux corporels masculins  de la même façon? Explique ta réponse.

- f) En quoi les effets des médias peuvent-ils être différents ou semblables au Québec?

- g) Connais-tu d'autres exemples historiques ou culturels où une nouvelle technologie a bouleversé des normes sociales  ou esthétiques?

9. Comment ta compréhension de l'influence des médias sur les idéaux corporels a-t-elle évolué en comparaison avec ta réponse à la question 6?

Tâche 3 : Représentations et influences

10. Deux mises en situation parmi les suivantes te seront attribuées. Lis-les et, avec ton équipe, réponds aux questions qui y sont associées. Appuie-toi sur le dossier documentaire n° 2 **Relation au corps : perceptions québécoises et mondiales** dans lequel tu trouveras des données statistiques pertinentes pour certaines questions.

Mise en situation n° 1 :

Dans le clip musical qu'elle regarde, Maéva, une adolescente, remarque que les personnages féminins sont représentés de manière sexualisée et en second plan. En effet, les femmes portent des vêtements révélateurs, dansent de manière sensuelle et ont des comportements de séduction envers les hommes, qui eux semblent être au premier plan. L'adolescente trouve dommage que les femmes soient souvent réduites à leur apparence et sexualisées ainsi. Malgré cette conscientisation, elle ressent tout de même une certaine pression à ressembler à ces modèles afin d'être appréciée et désirable.

- a) À quel point ce type de représentation est-il répandu dans l'espace culturel (cinéma, musique, littérature, arts, etc.) selon tes observations?

- b) Nomme une statistique issue du **dossier documentaire n° 2** qui illustre la prévalence de ce phénomène.

- c) Quels effets la sexualisation de l'espace public  peut-elle avoir chez les jeunes?

Mise en situation n° 2 :

Sur ses réseaux sociaux, Léo est exposé à des publicités et du contenu où les hommes sont forts, musclés et confiants. Un influenceur qu'il apprécie adopte une attitude dominante et peu émotive que Léo associe au « succès » de l'homme (revenus, conquêtes nombreuses, etc.). Léo souhaite lui ressembler afin d'être perçu comme étant viril.

d) Comment ces représentations affectent-elles les normes sociales 💡 ?

e) Quels sont les effets potentiels des stéréotypes de genre 💡 ?

f) Nomme une statistique issue du **dossier documentaire n° 2** qui témoigne de ces effets.

Mise en situation n° 3 :

Une jeune fille remarque que, dans sa série préférée, les personnages principaux correspondent tous aux standards de beauté. Cependant, les personnages secondaires ou ceux perçus comme étant « méchants » ont souvent une apparence différente. La personne qui lui ressemble le plus est représentée comme « l'amie grosse », celle qui ne vit jamais d'histoire d'amour, comme si personne ne pouvait la trouver attirante. Quand elle s'intéresse à quelqu'un, cette personne semble plutôt s'intéresser à son amie qui correspond davantage aux standards de beauté.

g) Quels messages cette représentation envoie-t-elle sur la valeur des gens?

h) Quels sont les effets potentiels de cette représentation des normes sociales de beauté ?

i) Nomme une statistique issue du **dossier documentaire n° 2** qui témoigne de ces effets ou de la situation.

Mise en situation n° 4 :

Dominique, élève d'une communauté minorisée, ne se retrouve ni culturellement ni physiquement dans les modèles généralement véhiculés dans les médias. À son école secondaire, Dominique découvre un atelier sur l'impact des réseaux sociaux, explore des groupes queers sur Instagram et TikTok et y trouve une communauté d'individus diversifiés et fièrement représentés, partageant des messages d'acceptation de soi et d'inclusion. En rejoignant ces espaces, Dominique apprend à valoriser son identité et à célébrer sa culture 💡, transformant ses frustrations en un processus d'émancipation et de confiance en soi. Grâce à ces communautés, Dominique se réapproprie son image et encourage d'autres jeunes à s'affirmer.

- j) Quels messages sur le corps et l'identité sont transmis dans les groupes que Dominique a découverts sur les réseaux sociaux?

- k) Comment la diversité 💡 des représentations médiatiques ou son absence influence-t-elle les jeunes?

- l) Nomme une statistique issue du **dossier documentaire n° 2** qui illustre la présence ou l'absence de diversité 💡 dans les représentations médiatiques.

11. a) Associe chaque mise en situation au **concept principal** qui y est abordé.

<u>Diversité</u> 💡	<u>Sexualisation</u> 💡	<u>Normes sociales de beauté</u> 💡	<u>Stéréotypes de genre</u> 💡
Mise en situation n° 1			
Mise en situation n° 2			
Mise en situation n° 3			
Mise en situation n° 4			

- b) Remplis le tableau suivant avec les effets positifs et négatifs de ces concepts pendant que ton enseignant.e complète la carte conceptuelle au tableau.

Effets positifs	Effets négatifs

Tâche intégratrice : Pouvoir d'action sur les représentations

12. Quels mouvements ou solutions sont mis de l'avant dans la vidéo afin de contrer l'influence négative qu'ont parfois certains médias?

13. En petite équipe, vous devez proposer des solutions concrètes afin de favoriser une image corporelle positive ☀ chez les jeunes. Pour ce faire, mettez-vous dans la peau des responsables des communications de l'organisme **ÉquiLibre** et élaborer une courte présentation orale de 180 secondes afin de convaincre des décideur.euse.s, soient les autres élèves de la classe, de vous octroyer les ressources nécessaires pour mener à bien votre projet.

ÉquiLibre a pour mission de favoriser le développement d'une image corporelle positive ☀ chez les individus et de créer des environnements inclusifs qui valorisent la diversité corporelle 💡, par des actions de sensibilisation et de soutien au changement de pratiques. Son approche et ses actions de sensibilisation sont décrites au equilibre.ca.

- a) Encerle ou surligne le public cible qui t'a été attribué. L'objectif de la présentation selon le public cible est également décrit.

- **Adolescent.e.s** : Informer les jeunes de l'influence des contenus médiatiques et numériques sur la perception du corps, tout en leur fournissant des outils pour être plus critiques face à cette influence.
- **Parents et familles** : Fournir aux parents des ressources pour mieux comprendre l'effet des médias sur la perception que les jeunes ont de leur corps et les outiller pour accompagner leurs enfants vers une consommation plus critique des médias.
- **Écoles et enseignant.e.s** : Offrir aux écoles et au personnel enseignant des informations sur l'effet des médias sur la perception que les jeunes ont de leur corps, leur fournir des ressources pédagogiques pour aborder le sujet à l'école et favoriser une réflexion sur la représentation de la diversité corporelle 💡 à l'école.
- **Influenceur.euse.s et créateur.rice.s de contenu** : Informer les créateur.rice.s de contenu de leur influence sur la perception que les jeunes ont de leur corps. Encourager une approche réflexive quant à leurs choix de représentation corporelle dans les contenus diffusés auprès de leur communauté.

- **Industrie de la mode et des médias** : Informer l'industrie de son influence sur la perception que les jeunes ont de leur corps. Encourager des pratiques favorisant la diversité 💡 et une perception favorable de son corps.

b) Élabore ta présentation de 180 secondes selon la structure suivante :

1) Introduction (30 secondes)

- **Accroche percutante** : Commencer par un fait percutant, une statistique, une anecdote ou une question engageante.
- **Présentation rapide** : Se présenter et expliquer brièvement l'objectif.

Exemple : « Saviez-vous qu'une grande proportion des adolescents et des adolescentes ressentent de la pression à cause des idéaux corporels véhiculés sur les réseaux sociaux? Nous sommes les responsables des communications pour l'organisme ÉquiLibre et nous sommes ici pour... »

2) Problématique et contexte (40 secondes)

- **Définir la problématique** : Exposer l'enjeu principal. Il est possible d'utiliser les données exposées dans le dossier documentaire n° 2.
- **Mettre en lumière les effets** : Expliquer de manière concise les effets de la problématique.

Exemple : « Ces représentations irréalistes sur les réseaux sociaux engendrent une baisse de l'estime de soi et troublent la relation que les jeunes entretiennent avec leur corps, l'alimentation et l'activité physique... »

3) Proposition de solution (70 secondes)

- **Public cible** : Indiquer à qui cette solution s'adresse et pourquoi c'est pertinent.
- **Présenter la solution** : Nommer des actions concrètes à mettre en place pour informer votre public cible des effets des représentations médiatiques sur la perception des corps et pour remédier à la problématique (p. ex. campagnes de sensibilisation, journée thématique, outils à concevoir).
- **Mettre en avant les actions clés** : Résumer les étapes spécifiques ou les initiatives proposées (p. ex. ateliers, vidéos éducatives, partenariats).

Exemple : « Nous proposons la campagne Véritablement toi, promouvant l'authenticité sur les réseaux sociaux et encourageant l'acceptation de soi. Cette campagne destinée aux jeunes se déploierait de la façon suivante... »

4) Conclusion et appel à l'action (40 secondes)

- **Récapitulation** : Résumer en une phrase la problématique et la solution.
- **Appel à l'action clair** : Inciter à agir, réfléchir ou soutenir l'initiative.

Exemple : « Avec Véritablement toi, nous souhaitons renverser les stéréotypes et construire un espace public inclusif... Joignez-vous à ÉquiLibre pour briser les normes et célébrer la diversité! »

Voici l'espace pour élaborer ton plan de présentation :

1) Introduction

2) Problématique et contexte

3) Proposition de solution

4) Conclusion et appel à l'action

14. a) De quelle façon les corps sont-ils généralement représentés dans l'espace public💡 et comment cette représentation peut-elle influencer les jeunes québécois?

As-tu pensé d'inclure les éléments suivants dans ta réponse?

- Les normes sociales💡, culturelles et de genre
- Les messages véhiculés par ces représentations
- Leur influence sur les jeunes

- b) À quel point ta perception a-t-elle évolué en comparaison avec ta réponse à la question 2?

Pas du tout	Légèrement	Modérément	Beaucoup	Énormément
1	2	3	4	5

15. Qu'est-ce qui peut être fait au **niveau individuel** pour influencer l'offre de biens culturels au Québec afin de favoriser une image corporelle positive💡 chez les jeunes? Nomme 2 à 3 stratégies.

Ce projet a été réalisé avec le soutien financier du gouvernement du Québec.