

**Québec français**



# **L'obsession de l'image corporelle**

## **Utiliser le Web pour sensibiliser les jeunes**

Dominic Chartrand et Chantal Parent

Numéro 172, 2014

L'album pour la jeunesse et la bande dessinée

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/72031ac>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Les Publications Québec français

ISSN

0316-2052 (imprimé)

1923-5119 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Chartrand, D. & Parent, C. (2014). L'obsession de l'image corporelle : utiliser le Web pour sensibiliser les jeunes. *Québec français*, (172), 87–89.

**Programme et apprenants visés**  
Français langue seconde, programme enrichi, 2<sup>e</sup> cycle du secondaire

**Domaines généraux de formation**

- Santé et bien-être
- Médias

**Compétences disciplinaires**

- Lire des textes courants, spécialisés et littéraires en français
- Interagir en français
- Produire des textes variés en français.

**Compétences transversales**

- Exploiter l'information
- Coopérer
- Communiquer de façon appropriée

**Durée approximative**

2 à 3 semaines

**Matériel**

- projecteur
- laboratoire d'informatique avec accès Internet
- exemplaires des textes abordés
- photocopies du matériel de prélecture et de pré-écriture

**Intentions pédagogiques**

Nous visons à ce que les élèves apprennent à exploiter l'information de sources diverses et à ce qu'ils prennent conscience de leur propre influence sur leurs pairs dans le but d'évoluer vers une société plus saine.

**Question mobilisatrice**

Comment puis-je sensibiliser mes pairs aux dangers liés à l'obsession de l'image corporelle ?

Cette SAÉ a été créée par Dominic Chartrand, Sabrina Moretto, Chantal Parent et Ariane Trudel-Franche.

Les rubriques d'évaluation, tous les questionnaires et corrigés créés pour les textes répertoriés dans le tableau ainsi que des activités de prélecture sont disponibles en téléchargement gratuit sur



## L'OBSESSION DE L'IMAGE CORPORELLE

### Utiliser le Web pour sensibiliser les jeunes

\* Dominic Chartrand et Chantal Parent\*

Les problèmes liés à l'image corporelle sont très répandus chez les jeunes. Déjà, en 2001, Statistique Canada révélait que « presque 20 % de jeunes de 12 à 19 ans ont dit avoir une faible estime de soi, proportion plus forte que celle observée pour n'importe quel autre groupe d'âge ». La pertinence et la nécessité d'une situation d'apprentissage et d'évaluation engageant les jeunes sur le sujet vont de soi.

Dans le cadre de cette SAÉ, dont le but est de sensibiliser les élèves à cette problématique, ces derniers doivent d'abord s'informer des différentes facettes des troubles de l'image corporelle : l'image corporelle et les médias, les troubles alimentaires, la chirurgie plastique chez les jeunes, le surentraînement et l'usage de suppléments et stéroïdes dangereux pour la santé.

Après avoir pris connaissance des problèmes et des effets d'une fixation malsaine sur l'image corporelle, ils sont appelés à peindre l'état de la situation dans leur école en concevant ensemble un sondage qui vise à cerner les habitudes et perceptions de leurs pairs. Une fois ce sondage mené à terme, les données sont recueillies, analysées et interprétées par les élèves. Puis, l'expression orale est évaluée lors de tables rondes portant sur les résultats de l'enquête et des pistes de solution pour sensibiliser les pairs sont présentées.

Par la suite, les élèves sont appelés à produire un texte de sensibilisation à l'intention des autres jeunes de l'école et d'ailleurs. Ces textes seront publiés sur un blogue conçu par le groupe afin que chacun puisse promouvoir sur les réseaux sociaux cette « campagne » de sensibilisation.

## PHASE DE PRÉPARATION

Afin de mettre les élèves en contexte et de susciter leur intérêt, nous suggérons à l'enseignant de trouver des images ou des vidéos chocs en lien avec la présentation de l'image corporelle dans les médias, les troubles alimentaires, la chirurgie plastique chez les jeunes, le surentraînement et les dangers liés à la consommation de suppléments. Par la suite, il est pertinent d'animer des discussions en séance plénière afin de recueillir les premières impressions des élèves. De telles images peuvent facilement être trouvées dans Internet, avec modération, bien entendu.

## PHASE DOCUMENTAIRE

Cette phase contient une variété de tâches de compréhension écrite ou orale qui permettra aux élèves de se documenter sur la problématique. Comme les troubles associés à une mauvaise perception de son image corporelle sont nombreux, nous avons décidé de diviser la thématique en quatre sous-aspects (voir encadré) plus spécifiques afin d'interpeller le plus grand nombre de jeunes possible. De plus, les élèves, dans leur production finale, pourront cibler l'aspect qui les intéressera le plus, ce qui représente une excellente occasion de différencier notre évaluation. D'ailleurs, nous considérons important que le sujet du surentraînement, des suppléments et des stéroïdes soit intégré à cette SAÉ afin de nous assurer que les garçons s'investissent aussi également que les filles dans le projet.

Nous avons aussi veillé à développer une grande série d'activités de prélecture afin d'activer les connaissances antérieures des élèves et, en contexte de langue seconde, de faire acquérir le vocabulaire utile à la compréhension de chacun des textes. Nous nous sommes inspirés des activités proposées notamment par Giason<sup>2</sup> dans son ouvrage *La lecture : de la théorie à la pratique*. Ces activités incluent notamment des toiles de mots, des questionnaires d'anticipation et des activités d'écriture spontanée qu'il est possible de télécharger à l'adresse mentionnée précédemment.

Bien entendu, il est possible, selon les apprenants visés, de substituer l'un des textes ou l'une des tâches suivantes par d'autres. Nous proposons ici davantage de tâches de lecture que ce qu'il serait possible de faire en classe. L'enseignant peut donc modifier cette SAÉ selon les besoins et les intérêts de ses élèves.



## TEXTES UTILISÉS ET SOUS-ASPECTS POUR LES TÂCHES DE LECTURE

### 1 - L'image corporelle et les médias

- Réseau Éducation-Médias : Beauté et image corporelle dans les médias (lien sur [www.saeimagecorporelle.portfoliofls.ca](http://www.saeimagecorporelle.portfoliofls.ca))
- Marie-Claude Bourdon, « Le martyr des gros ». *Québec Science*, vol. 49, n° 6 (mars 2011), p. 40-43. (disponible dans les archives en ligne de *Québec science* pour les abonnés du magazine)

### 2 - L'anorexie et le fléau des sites pro-ana<sup>3</sup>

- J. Wilkins, (2004, 15 novembre). « L'anorexie : une maladie en quatre actes » [En ligne] [www.chu-sainte-justine.org/documents/Pro/Anorexie-mentale.pdf](http://www.chu-sainte-justine.org/documents/Pro/Anorexie-mentale.pdf)
- N. Pessel, (2001, 20 août). « Mince alors ! », *Le Devoir* (Montréal). p. B2 (disponible en ligne pour les abonnés, possibilité d'obtenir des droits de reproduction officiels)

### 3 - La chirurgie esthétique chez les jeunes

- K. Parent, H. Courchesne et A. Gravel, (2002) *La génération plastique*, enregistrement vidéo, DVD, 23 minutes (disponible en bibliothèques)
- FGA Montérégie. « La chirurgie esthétique est plus populaire que jamais chez les adolescentes ». [En ligne] <http://fgamonteregie.qc.ca/FraSansVolume/recit.cspportneuf.qc.ca/scriptor/gen/gen/pdf/15cdossierchirurgie.pdf>

### 4 - L'entraînement excessif, l'usage de suppléments et stéroïdes

- G. Duchaine, « La muscu, pas si cool ! ». *Québec Science*, vol. 50, n°4 (décembre 2011 – janvier 2012), p. 28-33 (disponible dans les archives en ligne de *Québec science* pour les abonnés du magazine)
- Association canadienne pour la santé des adolescents. s.d. « Corps – Stéroïdes ». Dans *Jeunes en santé*. [En ligne] [www.jeunesensante.ca/acsa/Informations/Corps/t61c163512345x74/Les+stero%C3%AFdes.aspx](http://www.jeunesensante.ca/acsa/Informations/Corps/t61c163512345x74/Les+stero%C3%AFdes.aspx)
- CorpSensé. 2010. « Jeunes hommes et stéroïdes ». Dans *CorpSensé : Promouvoir une image corporelle positive dans le sport*. [En ligne] [www.bodysense.ca/fr/youngmenandsteroids](http://www.bodysense.ca/fr/youngmenandsteroids)

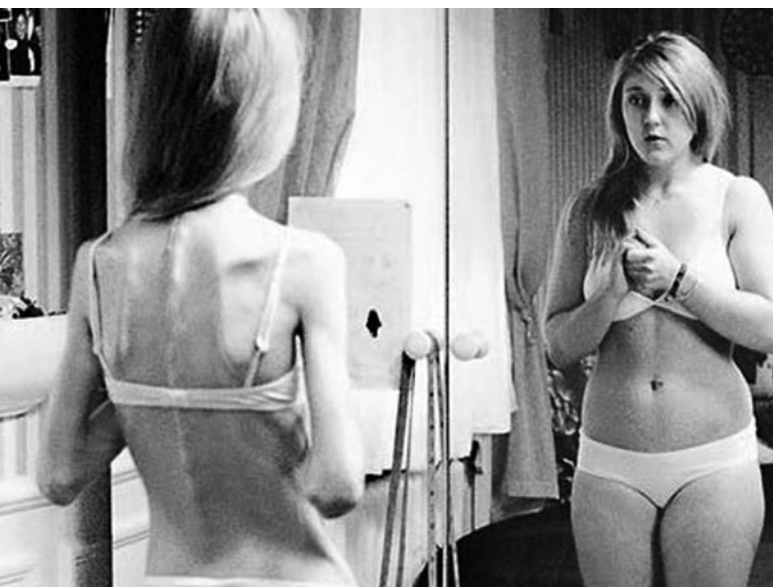
## PHASE D'ENQUÊTE ET D'ÉCHANGE

Après avoir acquis un ensemble de nouvelles connaissances en la matière, dans un but de rendre la SAÉ encore plus signifiante pour les élèves, il s'avère important que ces derniers dressent un bilan de la situation dans leur environnement immédiat, c'est-à-dire dans leur école. Par la suite, les élèves peuvent échanger et interagir afin de proposer des solutions de sensibilisation.

### 1) Réalisation d'un sondage sur l'image corporelle au sein de l'école

Voici le déroulement que nous proposons pour cette activité :

- Discussion en séance plénière sur les buts et caractéristiques d'un sondage ;
- Rédaction de questions de sondage en équipe couvrant les aspects abordés, puis révision en séance plénière ;
- Création physique du questionnaire (par souci d'économie de papier et de facilité de diffusion, nous proposons d'utiliser *Google Drive*<sup>4</sup>) ;
- Distribution du questionnaire auprès des élèves de l'école ou mise en ligne de ce dernier ;
- Compilation des résultats (possibilité d'interdisciplinarité<sup>5</sup>) ;
- Discussion à propos des résultats.



### 2) Tables rondes pour discuter des résultats et pour proposer des solutions

En équipe de quatre personnes, les élèves auront tour à tour à participer à des tables rondes en discutant de leur interprétation des résultats du sondage et, surtout, des solutions qu'ils proposent pour sensibiliser leurs pairs. Ceci permet d'évaluer l'expression orale (la rubrique d'évaluation est disponible en ligne).

## PHASE DE SENSIBILISATION

Cette tâche constitue une situation d'écriture qui a pour but de répondre à la question mobilisatrice de départ. Les élèves rédigent leurs textes en sachant qu'ils seront diffusés à un auditoire réel. Une variété d'activités de pré-écriture est disponible en ligne. Il est donc possible de choisir celles qui conviennent le mieux aux élèves.

## Production d'un texte de sensibilisation

La situation se prête aussi bien à la production d'un texte explicatif, incitatif ou même argumentatif selon le niveau des élèves. Il revient à l'enseignant de choisir et d'établir les modalités de rédaction.

- Activités de pré-écriture proposées :
  - questionnaire de réflexion (pistes d'opinions des élèves sur les divers aspects)
  - questionnaire d'intérêt personnel (permet de découvrir avec quel aspect l'élève est le plus à l'aise)
  - fiche portrait du destinataire (permet de bien se représenter le destinataire)
- Rédaction d'un plan, d'un brouillon et du texte final

## PHASE D'INTÉGRATION – DIFFUSION DES TEXTES

Pour finir, les textes des élèves peuvent désormais être diffusés sur un blogue créé pour l'occasion. Une variété de plateformes est disponible pour créer facilement et gratuitement de tels outils : Blogger, Wordpress, Tumblr, Jimdo, etc. Les textes peuvent être diffusés simultanément ou de manière progressive. Il est même possible de demander aux élèves de rédiger un communiqué de presse pour inviter les médias locaux à publiciser ce projet. De plus, chaque élève pourra mener sa propre campagne en diffusant lui-même le blogue sur les réseaux sociaux. Il s'agit d'une possibilité en or d'offrir une visibilité à l'extérieur des murs de l'école en mettant concrètement les élèves en action dans leur communauté. \*

\* Étudiants au baccalauréat en enseignement du français langue seconde, Université du Québec à Montréal

chartrand.dominic.2@courrier.uqam  
caparent.chantal.6@courrier.uqam.ca

## Notes

- 1 Statistique Canada et Institut canadien d'information sur la santé. Indicateurs sur la santé – Faits saillants : Estime de soi, produit n° 82-221-XIF au catalogue de Statistique Canada, Ottawa, Ontario, 2001. [En ligne] [www.statcan.gc.ca/pub/82-221-x/00401/hlights-fsaiillants/4060901-fra.htm](http://www.statcan.gc.ca/pub/82-221-x/00401/hlights-fsaiillants/4060901-fra.htm) (consulté le 1<sup>er</sup> novembre 2013).
- 2 J. Giasson, *La lecture : de la théorie à la pratique*, Boucherville, Gaétan Morin Éditeur, 2003.
- 3 Les sites pro-ana sont des sites de réseautage entre anorexiques dont le but est de faire la promotion de cette maladie comme choix de vie.
- 4 *Google Drive* est une plateforme en ligne permettant la création de divers fichiers (textes, présentations, formulaires, feuilles de calculs, etc.) accessibles et modifiables par plusieurs utilisateurs simultanément.
- 5 La partie de la SAÉ qui porte sur l'analyse et la compilation des résultats du sondage peut être faite en interdisciplinarité avec les enseignants de mathématiques puisque, dans la progression des apprentissages de cette discipline, on retrouve la réalisation de sondages et de recensements.