

# LE GARS, LA FILLE IDÉALE " LES ANGOISSES "

A PARTIR DE :  
Collège



THÈME :  
Se conformer à  
un idéal est un leurre.  
Travail sur la  
représentation  
et l'estime  
de soi.

## OBJECTIFS

Prendre conscience des différences, l'idéal n'est pas le même pour chacun. Il est important de dépasser les aspects physiques pour reconnaître les qualités d'une personne.

## ECHAUFFEMENT SI BESOIN : « LES SIAMOIS »

Deux participants jouent en empathie totale. Ils vivent les situations, en traversant les mêmes états et les mêmes émotions au même moment. Ils doivent essayer de parler d'une seule voix.

## JOUER LA SAYNÈTE

10 fiches acteur

### COMMENT S'EN SORTIR ?

L'adolescence engendre des transformations du corps qui sont parfois vécues comme des imperfections et peuvent donner lieu à des complexes au regard des images renvoyées par les médias : Publicités, clips, émissions de « télé réalité » etc.

L'adolescence est une période où le regard, l'image de soi, et l'inclusion dans le groupe de pairs sont particulièrement prégnants. C'est une période de remaniement psychique, de remise en cause durant laquelle les préjugés peuvent se renforcer, voire se cristalliser. En effet l'adolescent est très consensuel et peut s'effacer facilement au profit des préjugés du groupe.

Quand on est mal dans sa peau, il est important d'en parler à ses parents, au médecin, infirmière ou à une personne de confiance de son établissement scolaire, pour être aidé et soutenu et surmonter les difficultés liées à l'adolescence.

### QUESTIONS SUGGÉRÉES POUR ANIMER LA SÉANCE

- De quoi s'agit-il dans cette situation ?
- Quel est le point commun de ces jeunes ?
- Pourquoi donne-t-on autant d'importance à l'aspect physique ?
- Pourquoi est-ce si difficile de vivre avec nos imperfections ?
- Les moqueries constituent-elles des violences ?
- La moquerie peut-elle dégénérer et engendrer des actes plus graves ? Lesquels ?

### QUE DIT LA LOI ?

« la loi assure la primauté de la personne et interdit toute atteinte à la dignité de celle-ci » (Article 16 du code civil). C'est-à-dire que la loi interdit toute dégradation de l'être humain.

Les humiliations peuvent constituer une atteinte à la dignité humaine comme par exemple certaines formes de bizutage à l'école.

La moquerie est une violence psychologique qui, si elle est exercée de façon répétée, peut entraîner des conséquences graves pour la victime (jusqu'au suicide) et de ce fait, donner lieu à des poursuites pénales.

Certaines discriminations qui visent à exclure ou à isoler des personnes en raison de leur origine, de leur race, de leur religion

ou de leur orientation sexuelle portent atteinte à la dignité humaine.

« Chacun a droit au respect de son corps. Le corps humain est inviolable » (article 16-1 du code civil).

Cela veut dire que le corps humain a, pour la loi, une valeur morale très importante. Il n'est pas un objet qu'on peut vendre, ni disposer librement. On peut donner son sang ou un organe mais pas le vendre.

### EXERCICE PROPOSÉ AVANT DE CLORE LA SÉANCE

#### LE SONDAGE

Deux élèves (si possible un garçon et une fille), sont chargés de faire un sondage dans la classe. Ils interrogent tous les élèves, un par un, pour leur demander : « Décris-nous ton gars (ou ta fille) idéal(e). »



# “ LES ANGOISSES ”

- Garçon 1** « Pierre hésite à sortir de la cabine de la piscine. Il a encore grossi, il va devoir se montrer devant tout le monde, avec ses cuisses trop grasses et son ventre aux bourrelets inesthétiques. Il a peur des railleries. »
- Fille 1** « Hélène hésite à sortir de la cabine de la piscine. Elle n’a toujours pas de poitrine. Elle est en retard sur ses copines. Elle a peur des moqueries. »
- Garçon 2** « Jacques hésite à sortir de la cabine de la piscine. Il est si maigre. On peut voir ses côtes. Ses camarades disent de lui qu’il suffit de le mettre dos au soleil pour faire une radio. Il a peur des quolibets. »
- Fille 2** « Aline hésite à sortir de la cabine de la piscine. Elle a une très forte poitrine. Trop forte à son goût. Elle a peur des sourires entendus. »
- Garçon 3** « Serge hésite à sortir de la cabine de la piscine. Il a des boutons d’acné, partout sur le corps, faciles à cacher avec les vêtements, mais tellement évidents en maillot. Il a peur des regards. »
- Fille 3** « Céline hésite à sortir de la cabine de la piscine. Elle a un joli corps, un joli visage et une peau... de rousse, plus blanche que blanc, recouverte de taches de rousseur. Elle a peur des rires goguenards. »
- Garçon 4** « Richard hésite à sortir de la cabine de la piscine. Il est grand, musclé, athlétique. Oui, mais il ne sait pas nager. Il va devoir faire trempette dans le petit bassin. Il craint les rires sarcastiques. »
- Fille 4** « Annie hésite à sortir de la cabine de la piscine. Elle est plutôt bien roulée, comme disent les mecs de sa classe, mais elle a une peur phobique de l’eau. Elle risque de paniquer. Elle ne veut pas se faire brocarder. »
- Garçon 5** « Beaucoup d’entre nous ont une raison d’hésiter à sortir de la cabine. »
- Fille 5** « Est-ce que c’est logique ? »