

Au-delà de l'image

un programme sur l'estime de soi et l'image corporelle



A permis la traduction et l'adaptation québécoise du programme Beyond Images

5^{ème} année Leçon 5



Partager nos messages

Sommaire de la leçon

Dans le cadre de la présente leçon, les élèves auront l'occasion d'écrire une lettre en s'adressant aux diverses industries véhiculant des idéaux liés à l'apparence – magazines de mode, chirurgiens esthétiques, publicitaires, producteurs, etc. Ils se sont penchés sur l'importance du langage et du message par rapport à notre perception de nous-mêmes et à notre façon de percevoir et de traiter les autres. Cette leçon repose sur ce qu'ont appris les élèves et est axée sur l'image corporelle. Les élèves écriront une lettre aux intervenants de l'industrie de la beauté et partageront leurs idées sur l'image corporelle et la manière dont elle est représentée.

Message à l'enseignant

Alors que les leçons précédentes étaient axées sur le langage et les messages utilisés dans les médias, la présente leçon porte plutôt sur la manière dont les élèves utilisent le langage en écrivant leur lettre et en partageant leurs idées sur l'image corporelle et l'estime de soi. Il est important que les élèves fassent preuve d'introspection et réfléchissent à leurs propres sentiments et actions. Le fait de demander aux élèves de poser un geste concret développe chez eux un sens aigu de la responsabilité et une prise en charge de leur apprentissage. À l'école, on peut se sentir isolé, mais si les élèves découvrent que leurs mots et leurs gestes positifs peuvent encourager les autres, cet apprentissage se transposera ailleurs et créera un sentiment d'autonomie.

Matériel

Marqueurs pour papier
Crayons à papier ou carnet
Ordinateur
Connexion Internet

Organisateurs des apprentissages

Organisateur des apprentissages 5-1 – Mes promesses
Organisateur des apprentissages 5-2 – Les idées pour la rédaction de ma lettre
Organisateur des apprentissages 5-3 – Rédiger ma lettre

Vidéos

Dove^{MD}. Évolution :
<https://www.youtube.com/watch?v=TT2AHZpnhy0>

Dove^{MD}. Toutes belles, toutes différentes - Défilé :
<https://vimeo.com/160863101>

Dove^{MD} et Cartoon Network. Nous méritons de resplendir :
<https://www.youtube.com/watch?v=TLSShVMwlac>

Outils d'évaluation

Outil d'évaluation, Leçon 5 – Évaluation de la lettre

Résultats connexes du programme

[Alberta](#)
[Colombie-Britannique](#)
[Manitoba](#)
[Ontario](#)
[Provinces de l'Atlantique](#)
[Québec](#)
[Saskatchewan](#)



National Eating Disorder Information Centre
www.nedic.ca



Anorexie et boulimie Québec
www.anebquebec.com



www.dove.ca

Aperçu de la leçon

Inspiration : Comment pourrai-je obtenir la participation des élèves?

1. **Passez en revue le travail de réflexion de la leçon précédente (Organisateur des apprentissages 4-2) pour jeter les bases de la présente leçon.** Au cours de cette réflexion, on a demandé aux élèves de penser à ce qu'ils aiment d'eux-mêmes et à ce qu'ils pourraient faire ou dire pour apprendre à s'aimer et à s'accepter. Certains élèves pourraient avoir eu de la difficulté à répondre à la dernière question parce qu'ils ont de la difficulté à voir leurs qualités et compétences ou qu'ils ne se connaissent pas encore suffisamment.
2. **Faites un rapprochement entre l'idée d'apprendre à s'aimer et à s'accepter soi-même et ce que les élèves ont appris dans ce module.**

Portez une attention particulière aux leçons 1 et 3, qui sont basées sur l'importance de ne pas se comparer et de s'encourager soi-même et d'encourager les autres.

3. **Dites aux élèves qu'aujourd'hui, ils réuniront tout ce qu'ils ont appris à ce jour et le mettront en application.**
4. Les élèves créeront une promesse pour contribuer à rendre le monde plus tolérable, acceptable et respectueux pour tous, peu importe sa taille, son format corporel et ses origines.
Les élèves devront eux-mêmes faire l'objet de cette promesse. Reliez cette idée à ce que les élèves ont appris à la Leçon 3 sur l'importance de s'encourager soi-même et les autres.
5. **Ensemble, faites un remue-ménage sur ce qu'on peut dire ou faire pour faciliter l'acceptation de son corps.**
Notez les idées sur le tableau blanc ou sur du papier.
6. **Dressez une deuxième liste d'actions précises que les élèves peuvent poser pour répondre à chaque élément de la liste issue du remue-ménage.**
 - *Comment* les élèves s'assureront-ils de remplir leurs promesses?
7. **Distribuez aux élèves l'Organisateur des apprentissages 5-1 – Mes promesses.** Demandez aux élèves de faire ressortir les idées qui les interpellent le plus, celles qu'ils sont le plus disposés à mettre en œuvre. Rappelez aux élèves d'inclure des idées sur la façon de s'aimer soi-même sur ce qu'ils doivent faire ou dire pour y arriver.
8. **Demandez aux élèves de dater et de signer leurs promesses et de les afficher dans la classe.** Il s'agit là d'un excellent moyen de rappeler aux élèves l'importance des messages et gestes positifs. Leurs mots et gestes quotidiens peuvent faire toute la différence.

Animation : Comment les élèves assimileront-ils les concepts?

9. **Montrez les trois MIP aux élèves : Toutes belles, toutes différentes : Défilé et Nous méritons de resplendir.**
Ces trois MIP traitent de l'influence de l'industrie de la beauté sur l'image de soi et comment nous sommes affectés par les messages de la publicité. Ce bombardement par les médias affecte grandement les gens et porte le message d'un certain idéal de la beauté à la fois fondamental et inatteignable. Demandez aux élèves de discuter avec un partenaire ou en petit groupe de leurs réactions à la suite du visionnement des trois MIP.
 - Quels sentiments éprouvent-ils en les regardant?
 - Quels sentiments éprouvent-ils à propos des messages que l'industrie de la beauté tente de nous transmettre?

10. Avisez les élèves qu'ils rédigeront une lettre avec des arguments convaincants aux divers intervenants jouant un rôle dans la création de ces messages – annonceurs, éditeurs de magazine, producteurs, chirurgiens esthétiques, mannequins, etc.

L'objectif de ces lettres vise à convaincre les intervenants de cesser de publier ce type de message et de transmettre des messages positifs à propos de l'image corporelle.

11. Passez en revue les éléments de la lettre (salutations, date, conclusion...) et donnez des exemples de chaque élément.

Rappelez aux élèves que leurs lettres seront des lettres officielles.

12. Expliquez que chaque lettre est destinée à un public précis et comporte un objectif.

Dans le cadre de cet exercice, le public sera un intervenant de l'industrie de la beauté et l'objectif des élèves sera de souligner les effets nuisibles de ces messages négatifs sur les gens et d'expliquer comment ils peuvent changer leurs messages pour promouvoir des images positives et inclusives.

13. Donnez un exemple d'une lettre persuasive en utilisant un format agrandi des Organisateurs d'apprentissage

5-2 – Les idées pour rédiger ma lettre et 5-3 – Rédiger ma lettre. Invitez les élèves à vous aider à développer et à organiser vos idées. Remplissez l'organisateur des apprentissages et passez en revue lentement chacune des étapes en permettant aux élèves de poser des questions, s'il y a lieu. À chaque étape, donnez l'occasion aux élèves de vous aider à écrire et de proposer des idées. Une fois le brouillon terminé, conservez-le en vue d'une prochaine activité sur la révision et la correction des brouillons.

Application : Comment les élèves feront-ils la démonstration de leur apprentissage?

14. Demandez aux élèves d'utiliser les Organisateurs des apprentissages 5-2 et 5-3 pour les aider à réfléchir et à organiser leurs idées pour rédiger leur lettre. Présentez la fonction de chaque organisateur des apprentissages en leur rappelant le travail qui doit être fait dans chacun.

15. Présentez l'Organisateur 4 – Outil d'évaluation de la lettre. Passez en revue chaque critère de l'évaluation avec les élèves avant qu'ils entreprennent le processus de rédaction de leurs lettres. Ces critères peuvent être utilisés pour évaluer les lettres une fois qu'elles sont écrites.

16. Guidez les élèves à travers les étapes du processus de rédaction. Réunissez-vous périodiquement. Lorsque les brouillons sont terminés, laissez du temps aux élèves pour réviser et se corriger entre eux et pour faire des commentaires et des suggestions. Une fois les brouillons révisés par les élèves, par leurs pairs et par vous, demandez aux élèves de rédiger leur lettre définitive.

Réflexion : Comment les élèves feront-ils la démonstration de leur apprentissage?

17. Puisque la leçon est axée sur l'écriture, permettez aux élèves de se pencher sur leurs compétences rédactionnelles.

Vous pouvez utiliser les questions suivantes pour les aider à prendre conscience de leurs compétences.

- Que saviez-vous à propos de votre public qui vous a permis d'assurer votre planification?
- Quelles stratégies ont été les plus utiles pour organiser l'information?
- Quelles stratégies d'écriture ont été les plus efficaces pour vous?

Extension : Demandez aux élèves d'envoyer leurs lettres.

Évaluation

Cette leçon est axée sur la rédaction. Vous pouvez utiliser **l'Outil d'évaluation, Leçon 5 – Évaluation de la lettre pour évaluer les lettres écrites par les élèves.**

Pendant l'étape de l'écriture, voyez chaque élève individuellement pour discuter de ses progrès. Chaque élève écrit à son propre rythme, donc vous les verrez individuellement à des étapes différentes. Il n'est pas nécessaire d'attendre que tous les élèves aient terminé leur brouillon avant de les rencontrer individuellement. Profitez de cette rencontre individuelle pour les aider à peaufiner leur texte et leur message.

Ressources connexes pour approfondir les apprentissages

Outils pour les enseignants¹ :

Développer l'estime de soi chez les jeunes : <https://www.avantdecrquer.com/publications/bibliotheque-virtuelle/jeunes-developper-lestime-de-soi-chez-les-jeunes/>

Duclos, G., Laporte, D. et Ross, J. 1995. *L'estime de soi de nos adolescents, guide pratique à l'intention des parents*. Les Éditions du CHU Sainte-Justine.

Dove^{MD} est une marque déposée de Unilever Canada, Toronto, Ontario M4W 3R2.

¹ Il est de la responsabilité de l'enseignant ou de l'intervenant de juger si le contenu convient ou non pour sa classe et ses élèves.

Au-delà de l'image

un programme sur l'estime de soi et l'image corporelle

5^{ème} année
Organisateur des
apprentissages
Leçon 5-1

Mes promesses

Afin de créer un monde plus respectueux et d'accroître la tolérance, la satisfaction liée à son image corporelle et l'estime de soi, je promets de :

Je remplirai mes promesses en :

Nom : _____

Signature : _____

Date : _____

Les idées pour la rédaction de ma lettre

Nom : _____ Date : _____

Utilisez l'ébauche suivante pour organiser les idées issues du remue-méninge pour écrire votre lettre.

Vous pouvez écrire vos idées sous la forme de points, de notes ou de phrases.

Vous pouvez utiliser les idées de votre ébauche pour écrire le premier jet de votre lettre.

1. Ce que je vois dans les médias :

2. Ce que j'éprouve à propos de ce que je vois :

3. Les raisons pour lesquelles je me sens ainsi :

4. Ce que j'aimerais voir se produire :

5. Les raisons pour lesquelles j'aimerais voir cela :

Au-delà de l'image

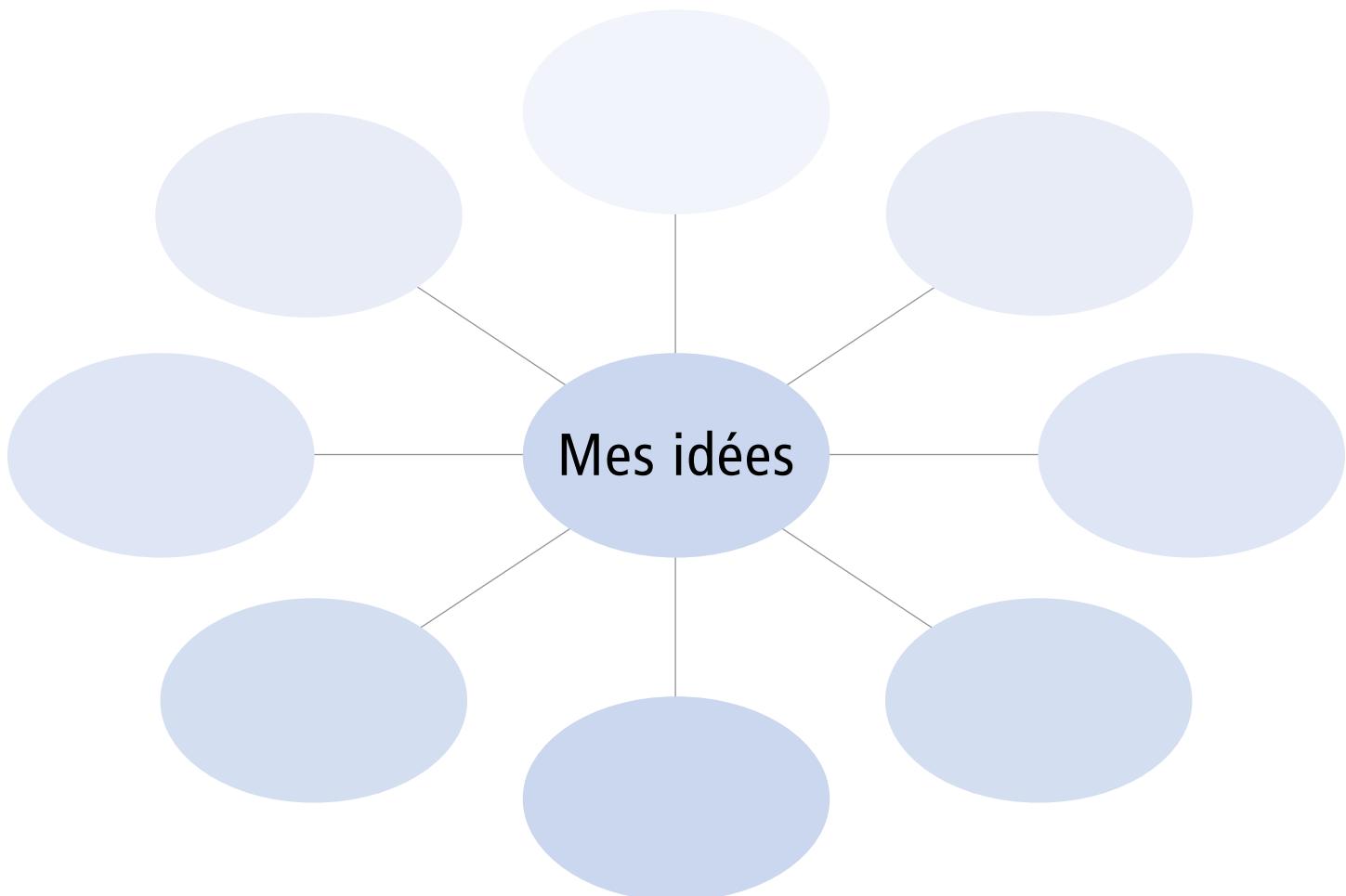
un programme sur l'estime de soi et l'image corporelle

5^{ème} année
Organisateur des
apprentissages
Leçon 5-3

Rédiger ma lettre

Nom : _____ Date : _____

Ce diagramme sert à organiser les idées importantes avant la rédaction de la lettre. Vous pouvez donc mettre, dans les différentes bulles, des thèmes, des idées, des exemples, de ce que vous trouvez important à insérer dans votre lettre.



Au-delà de l'image

un programme sur l'estime de soi et l'image corporelle

5^{ème} année
Outil d'évaluation
Leçon 5

Évaluation du message

Nom : _____ Date : _____

	À améliorer	Bien	Très bien	Excellent
Est-ce que votre lettre est convaincante?	Ma lettre comprend peu d'idées tirées de mon ébauche et le format et l'objectif sont imprécis.	Ma lettre comprend quelques idées tirées de mon ébauche. Le format et l'objectif sont plutôt précis.	Ma lettre comprend des idées clés tirées de mon ébauche. Le format et l'objectif sont précis.	Ma lettre comprend toutes les idées tirées de mon ébauche. Le format et l'objectif sont précis.
Est-ce que vos idées sont organisées et efficaces?	J'ai ajouté peu de détails. Mes idées sont limitées et peu convaincantes.	J'ai ajouté quelques détails. J'ai organisé mes idées adéquatement pour convaincre le public.	J'ai ajouté des détails. J'ai organisé mes idées efficacement pour convaincre le public.	J'ai ajouté de nombreux détails. J'ai organisé mes idées clairement et efficacement pour convaincre le public.
Avez-vous fait des rapprochements avec ce que vous avez appris sur l'image corporelle?	J'ai fait peu de rapprochements avec ce que nous avons appris sur l'image corporelle.	J'ai fait quelques rapprochements avec ce que nous avons appris sur l'image corporelle.	J'ai fait des rapprochements appropriés avec ce que nous avons appris sur l'image corporelle.	J'ai fait des rapprochements appropriés et instructifs avec ce que nous avons appris sur l'image corporelle.
Avez-vous utilisé les règles de rédaction pour écrire votre lettre?	J'ai révisé et corrigé ma lettre. Il y a encore beaucoup de corrections à apporter.	J'ai révisé et corrigé ma lettre. Il y a encore quelques corrections à apporter.	J'ai révisé et corrigé ma lettre. Il y a peu de corrections à apporter.	J'ai révisé et corrigé ma lettre. Il n'y a presque aucune correction à apporter.

Résultats connexes du programme

Alberta

Arts du langage

Se baser sur ses propres expériences pour explorer et exprimer ses opinions et sa compréhension.

Tester différentes formes de communication pour rejoindre le public et atteindre des objectifs précis.

Résumer les idées importantes de différents types de productions (écrites, orales, etc.) et exprimer ensuite ses opinions.

Organiser des idées et des informations pour mettre l'accent sur des éléments clés pour le public.

Communiquer des idées et de l'information sous différentes formes de communication (écrite, orale, etc.).

Utiliser des critères prédéfinis pour fournir une rétroaction aux autres et pour passer en revue son propre travail.

Colombie-Britannique

Arts du langage

Produire un éventail de textes clairs et personnels dans divers buts et pour divers publics en démontrant sa compréhension des expériences personnelles, des idées et des opinions d'autrui.

Sélectionner et appliquer des stratégies avant d'écrire ou de donner une représentation.

Sélectionner et appliquer des stratégies pendant la rédaction et la représentation pour exprimer et raffiner sa pensée.

Sélectionner et appliquer des stratégies après avoir écrit ou donné une représentation afin d'améliorer son travail.

Recourir à différents moyens de communication (ex. écriture) pour exprimer ses réactions et opinions personnelles sur les textes et les expériences.

Manitoba

Arts du langage

Se baser sur ses expériences pour explorer et exprimer des opinions et sa compréhension.

Santé

Définir l'influence exercée par soi et les autres sur l'établissement des priorités et la prise de décisions personnelles responsables.

Ontario

Arts du langage

Générer des idées sur un sujet potentiel et définir celles qui sont les plus appropriées à l'exercice.

Déterminer et ordonner les idées maîtresses et les détails correspondants et les regrouper en unités pouvant servir à préparer plusieurs paragraphes reliés au moyen d'une variété de stratégies et de modèles organisationnels.

Donner à son écriture une voix appropriée en s'efforçant d'adapter le langage et le ton à différentes circonstances ou différents publics.

Produire des parties d'œuvres publiées pour respecter les critères définis en fonction des attentes associées au contenu, à l'organisation, au style, au respect des conventions et à l'application des stratégies de présentation.

Provinces de l'Atlantique

Arts du langage

Expliquer et appuyer ses idées et opinions personnelles.

Tenir compte de l'objectif, des besoins et des attentes du public.

Créer des textes écrits et médiatiques, en collaboration et individuellement, dans des modes d'expression différents et dans des formes de plus en plus variées.

Répondre aux exigences d'une variété d'objectifs et de publics.

Soliciter des commentaires sur les premières ébauches de leurs productions écrites/médiatiques.

Québec

Arts du langage

Produire des textes d'expression personnelle, narratifs et éclairés à l'intention d'un public familier ou plus large.

Utiliser des stratégies d'écriture pour adapter la rédaction aux besoins de son public.

Faire des choix appropriés en matière de structure et de caractéristiques selon le type de texte, et en fonction de l'objectif, du public et du contexte.

Saskatchewan

Arts du langage

Composer et créer un éventail de textes destinés à différents outils de communication (ex. billet de blogue) se penchant sur les concepts de l'identité, la communauté et la responsabilité sociale.