

Le droit à la différence

SANTÉ

par BSF



Objectifs

Exprimer ses goûts personnels et reconnaître le droit à la différence

Matériel

Feuilles, crayons
Tablettes ou ordinateurs (en fonction du nombre de participants)

Compétences travaillées

Intégrer un discours positif sur ses différences
Prendre du recul sur ses choix, attitudes et comportements
Concevoir ses différences à la norme comme des atouts

Contenus utilisés

Vidéos :
« Mannequin albinos »
« Et si c'était moi ? Tous différents, tous ensemble »
« Expérience sur le conformisme »

Pré-requis

Savoir écrire

WORKFLOW

1 Préparation - 45 minutes

NB pour l'animateur : activité pour un public mixte âgé de 11 à 25 ans (adolescents et jeunes adultes).

Le groupe peut être hétérogène en termes d'âge. Cela favorise le transfert d'expériences. Il convient alors de veiller à ce que chacun puisse s'exprimer sans jugement (cf. « guide d'utilisation des fiches d'activités »).

L'enjeu de cette activité est de les faire parler et réfléchir sur la notion de différence et ce que cela engendre dans nos actions (peurs, pensées limitantes...) mais aussi et surtout les possibilités que cela offre.

Adoptez un discours positif, bienveillant, sans jugement, pour valoriser un regard nouveau sur eux-mêmes.

Préparez le lieu en l'aménageant de manière à ce que les participants s'y sentent confortablement installés.

Pour favoriser la discussion, installez-vous au même niveau que les participants.

2 Lancement - 5 minutes

Temps d'installation et de présentation de la séance.

3 Déroulement - 1 heure

Jeu du blason

Distribuez les feuilles et les crayons.

Invitez les adolescents à partager la feuille en trois ou quatre zones distinctes à l'instar des blasons. Dans chaque partie, ils vont avoir à répondre individuellement à différents sujets comme « l'artiste que je préfère... », « un endroit que j'aime... » ou bien « ce que je sais bien faire... », « ce qui me représente c'est... ». L'idée est de parler de soi. Il est donc conseillé d'adapter les questions selon le groupe.

Temps d'analyse en groupe :

Qu'ont-ils ressenti en réalisant ce blason ? À quoi cela peut servir ?

But : exprimer des facettes de soi, apprendre à mieux se connaître, reconnaître ses talents/qualités/goûts, s'apprécier pour prendre soin de soi.

L'intérêt de cette activité est de les faire réfléchir sur les différences entre individus et que ces différences ne sont pas nécessairement une tare, mais une opportunité. Certaines différences sont visibles, d'autres non.

Visionnage d'une vidéo

Choisir un contenu illustrant le fait que :

- les différences peuvent être des atouts
- les individus ont le droit d'être différents
- les discriminations ne viennent pas que des différences visibles
- faire comme les autres n'est pas forcément faire ce qui est le mieux pour soi et pour les autres

Exemples de vidéos :

- « Mannequin albinos, elle fait de sa différence une force »
- « Et si c'était moi ? Tous différents, tous ensemble » (public de 10 à 13 ans)
- « Expérience sur le conformisme »

4

Clôture - 10 minutes

Concluez en abordant la difficulté à affirmer ses différences et ses goûts.

Est-ce difficile d'affirmer ses différences face aux autres ?

Préférez-vous parfois ressembler aux autres pour vous faire accepter, même si cela ne vous plaît pas ?

Dans notre société, le droit d'être différent est-il nécessaire (diversité, écoute de ses besoins, bonheur) ?