

Miroir miroir

SANTÉ

par BSF



PUBLIC



PARTICIPANTS



ANIMATEURS



NIVEAU



PRÉPARATION



ACTIVITÉ

Description

Cette fiche aborde la notion d'image de soi, de pression sociale et de normes en lien avec les réseaux sociaux. Les outils permettent d'aborder les notions de « être » et de « paraître » et de retrouver des repères liés à la « vraie » vie.

Objectifs

Favoriser une meilleure compréhension du contrôle de son exposition sur les réseaux sociaux
Renforcer les compétences dans la notion de limite public-privé
Comprendre l'enjeu de la protection des données personnelles (photos, vidéos, contacts)
Valoriser son image et renforcer la confiance en soi

Matériel

Analyse de vidéos et photos :
Ordinateur avec accès Internet, vidéoprojecteur
Chaises disposées en mode cinéma

Confection de panneaux :
Grandes feuilles ou cartons, colle, feutres, ciseaux, peinture, crayons, magazines, Patafix
Tables et chaises disposées en îlots

Étude de cas :
Paperboard, ordinateur avec accès Internet, vidéoprojecteur
Chaises disposées en mode cinéma

Compétences travaillées

Compétences sociales :

Identifier les éléments de sa posture d'acteur dans l'image de soi sur les réseaux sociaux

Renforcer l'estime de soi

Optimiser ses capacités critiques

Capacités émotionnelles et cognitives :

Exprimer son opinion, savoir écouter, se connaître, prendre confiance en soi

Travailler en équipe, avoir de l'empathie

Pré-requis

Avoir la capacité de s'exprimer

Savoir lire et écrire (adaptation sans écrit possible)

Savoir utiliser un ordinateur

Contenus utilisés

Analyse de vidéos et photos :

Blog Grégory Moine :

<https://bit.ly/2IDzeKp>

« Beauty is a product of photoshop », Ayse Y :

<https://bit.ly/2Q3uNwS>

« Dove la vraie beauté : les portraits robots », Dove, 2013 :

<https://bit.ly/2W1TbTd>

Étude de cas :

<https://bit.ly/3aMclkl>

Confection d'affiches

WORKFLOW

1

Préparation - 45 minutes

NB pour l'animateur : un à six animateurs selon le choix de l'organisation et du support : un à deux animateurs volants, un animateur vidéo et photo, un à deux animateurs quiz, un animateur confection d'affiches.

La durée de l'animation peut varier de une heure à trois heures trente minutes/quatre heures, en fonction du nombre de participants, du choix du (des) support(s) utilisé(s) et de l'organisation.

L'utilisation des réseaux sociaux relève d'un mode de vie chez les jeunes. La question de la protection de son intégrité et de son intimité, principalement par l'image, demeure donc un enjeu.

L'évolution des choix d'utilisation des jeunes illustre bien cette problématique.

Il y a quelques années, Facebook était fortement investi par les jeunes qui postaient, en plus des images et des textes, des liens. Aujourd'hui, Facebook est utilisé par les « vieux ». Les jeunes utilisent majoritairement Snapchat et Instagram et communiquent principalement par l'image (peu de textes). Les adolescents ont donc un rapport à l'image marqué par les réseaux sociaux et leur choix illustre bien cette dominante. En effet, Facebook, par exemple, a par ailleurs une prévention centrée sur les jeunes eux-mêmes (leurs identités, leurs attentes, leurs difficultés) et apporte des résultats plus efficaces que des discours basés sur la peur et la diabolisation des jeux vidéo. La mise en place d'un espace de parole libre permet aux animateurs, par les propos tenus par les jeunes, de mesurer leur rapport aux jeux vidéo et de repérer des situations vulnérables le cas échéant. Le rôle du ou des animateurs est de relancer les échanges et de réguler la parole dans le groupe entier et les sous-groupes. Si choix ateliers : les animateurs volants assurent les changements d'un atelier à un autre et se rendent disponibles pour les jeunes (posture d'écoute et d'ouverture).

Consulter :

<https://www.blogdumoderateur.com/usage-smartphone-reseaux-sociaux-ados-2018/>
(5 minutes)

Avoir auparavant visionné les photos et vidéos proposées. Anticiper des questions et préparer des relances (cf. Déroulement).

Vérifier branchements, connexion et fonctionnement ordinateur, vidéoprojecteur, enceintes (le cas échéant). (15 minutes)

Préparer de grandes feuilles ou de grands cartons pour confectionner des panneaux. Préparer des feutres, peinture, pinceaux, colle, ciseaux... Récupérer des magazines. (15 minutes)

Prise de connaissance de la vidéo présentée illustrant la situation.

Effectuer l'inventaire des ressources disponibles (ordinateurs, accès autorisé au site par le pare feu...) et organiser leur mise à disposition le jour de l'intervention (exemple : réservation de la salle informatique, autorisation d'accès au site formulée en amont à l'administrateur du système informatique de l'établissement).

Imprimer sur les supports (fournis en fin de fiche) un exemplaire par sous-groupe.

Écrire l'étude de cas sur un tableau ou Paperboard. (15 minutes)

2

Lancement - 10 minutes

Accueillir les participants, les faire s'asseoir et leur expliquer le déroulé de l'activité et/ou des ateliers.

Construire collectivement le cadre des échanges :

- S'écouter, ne pas porter de jugement de valeur sur ce que disent les autres
- Assurer la garantie de parole libre dans un principe de respect (pas d'insultes par exemple)

Si choix des ateliers, le lancement se fait de la même manière avec tous les jeunes réunis. Ensuite, les animateurs rappellent le cadre dans les sous-groupes si cela est nécessaire. Les animateurs volants veillent également à l'application de ce cadre en évoluant dans les groupes.

3

Déroulement - 4 heures à 4 heures 30 minutes

Analyse de vidéos et photos – 1 heure à 1 heure 30 minutes

Accueil et installation des participants. Introduire le sujet en expliquant que l'activité porte sur la notion d'image valorisée, valorisante et comment la pression sociale peut altérer la perception de soi-même. (5 à 10 minutes)

Visionnage photos stars avant et après maquillage. Inviter les jeunes à se mettre en cercle (ou se tourner les uns vers les autres avec l'intervenant au centre) pour mieux échanger puis lancer le débat avec des questions ouvertes, comme par exemple :

« Pourquoi ce genre de photos suscite l'intérêt de certaines personnes ? »

« Pensez-vous que l'image des stars appartient à leur public ou pas ? »
« D'après vous, la pression sociale liée à l'image de soi est-elle différente pour un homme et pour une femme ? Pourquoi ? »

Éléments de réponse et analyse : voyeurisme, se rassurer en voyant des stars « au naturel », contrôle de soi, identité virtuelle. (5 à 10 minutes)

L'intervenant conclue et vérifie que personne n'a rien à ajouter. (5 à 10 minutes)

Visionnage deuxième vidéo (laisser les jeunes faire des commentaires, réflexions, rire... le cas échéant). (5 minutes)

Inviter les jeunes à se remettre en cercle (ou se tourner les uns vers les autres avec l'intervenant au centre) pour mieux échanger puis lancer le débat avec des questions ouvertes comme : « Que pensez-vous de cette vidéo ? Qu'évoque-t-elle chez vous ? Et vous ? Avez-vous recours à des retouches sur vos photos ? Mettez-vous des filtres ? Lesquels ? Pourquoi ? » (10 à 15 minutes)

L'intervenant conclue et vérifie que personne n'a rien à ajouter. Les jeunes se replacent en mode « cinéma ». (5 minutes)

Visionnage troisième vidéo. (3 minutes)

Inviter les jeunes à se remettre en cercle (ou se tourner les uns vers les autres avec l'intervenant au centre) pour mieux échanger. L'animateur reprend avec une question ouverte comme « Que pensez-vous de cette vidéo ? Que retenez-vous ? D'après vous, les participants ont-ils une bonne image d'eux-mêmes ? Pourquoi ? » (5 à 10 minutes)

L'animateur désigne un jeune dans le cercle et lui demande de présenter (physique et ou personnalité) son voisin de droite aux autres. (10 à 15 minutes)

Seule contrainte : le jeune qui décrit ne doit utiliser que des termes positifs/valorisants.

L'animateur sollicite chaque jeune pour faire cet exercice.

L'intervenant conclue en demandant aux jeunes s'ils se sont reconnus dans la description faite par leur voisin. Il sollicite ensuite l'avis des participants : l'activité leur a-t-elle plu ? Que pensent-ils des supports ? (5 à 10 minutes)

Si choix des ateliers, l'animateur indique le deuxième atelier.

Confection d'affiches – 1 heure 30 minutes

Accueil et installation des participants. L'animateur demande aux jeunes de se répartir autour des tables disposées en îlots (groupe de quatre à cinq jeunes) et donne les consignes (10 minutes) :

1. Sélectionner une photo d'homme et une photo de femme sur lesquelles l'attitude,

la tenue vestimentaire, le comportement... seraient acceptés par vos parents, vos amis, dans votre établissement scolaire...

2. Sélectionner une photo d'homme et une photo de femme sur lesquelles l'attitude, la tenue vestimentaire, le comportement... ne seraient pas acceptés par vos parents, vos amis, dans votre établissement scolaire.

3. Tous les participants doivent être d'accord avec les choix effectués. Expliquer aux jeunes qu'ils vont décider collectivement.

4. Coller ces images sur deux panneaux différents et créer deux affiches qui illustrent le choix.

Pour ce faire, il est possible de faire parler les personnages avec des bulles, de rajouter du texte, de coller d'autres éléments.

5. Les jeunes créent un décor autour des images, un contexte grâce aux crayons, feuilles, feutres.

6. L'agencement des panneaux est libre. En outre, les jeunes peuvent coller les images « acceptables » et « inacceptables » ainsi que les photos d'hommes ou de femmes comme ils le souhaitent.

7. Les jeunes disposent de 15 minutes pour faire leurs choix ensemble puis 45 minutes pour concevoir leurs deux affiches (ensemble également).

L'intervenant vérifie que la consigne soit bien acquise. Il invite ensuite les jeunes à prendre les magazines et commencer à faire leurs choix en sous-groupes. (5 minutes)

Les jeunes sont répartis en sous-groupes et l'animateur passe vers chacun d'entre eux. Il demande s'ils sont d'accord sur les choix, observe s'il y a débat et, le cas échéant, n'intervient que si cela est nécessaire (favoriser l'autorégulation tant qu'elle ne s'effectue pas au détriment d'un jeune). L'intervenant redonne la consigne si cela est nécessaire, encourage les jeunes dans leurs choix. (15 minutes)

L'animateur distribue les supports panneaux (grandes feuilles, cartons) ainsi que le matériel (ciseaux, colle, peinture, feutres, crayons...). L'intervenant évolue de nouveau au sein des sous-groupes en posture de soutien, d'écoute. Il accompagne et encourage les jeunes dans leur créativité. (45 minutes)

L'intervenant demande aux participants de ranger le matériel utilisé. (15 minutes)

L'animateur sollicite ensuite chaque sous-groupe sur ses choix. Les autres jeunes peuvent bien sûr poser des questions à leurs pairs. Pour aider les participants à verbaliser leur pensée (après l'avoir illustrée), l'animateur peut par exemple poser des questions comme « Quel(s) élément(s) de l'image vous semble(nt) inadapté(s) ? Pourquoi ? Quelles différences de vêtements, de comportement... ? »

L'animateur conclue en demandant des retours de la part des jeunes, leurs impressions, leurs avis... Ont-ils des suggestions, des idées ? Souhaitent-ils d'autres

interventions ? D'autres sujets ? (5 minutes)

Étude de cas – 1 heure 30 minutes

À la suite d'une usurpation d'identité, Morgane, qui a des problèmes d'acné, voit une image peu flatteuse prise sur sa webcam placardée aux grilles du lycée. Il s'ensuit moqueries et mise à l'écart. Désespérée, Morgane va chercher de l'aide auprès d'internautes ayant vécu la même situation.

Accueil et installation des participants. L'animateur explique aux jeunes qu'ils vont réfléchir en sous-groupes de quatre personnes sur une étude de cas. (5 minutes)

L'animateur diffuse la vidéo. (20 secondes)

L'intervenant donne les consignes à savoir :

1. Créer une saynète de cinq minutes maximum et se répartir les rôles
2. Les rôles sont : Morgane et ses trois amis
3. Le but est d'apporter des conseils à Morgane face à son problème. Ces conseils sont relatifs à son image, sa sécurité, la protection de son intimité... (5 à 10 minutes)

L'intervenant demande aux jeunes de se répartir en sous-groupes de quatre et de s'installer ensemble dans un coin de la pièce (répartir selon l'espace). Lorsque les participants sont répartis, l'animateur met à vue de ceux-ci la situation qu'il a écrite au préalable sur un tableau ou Paperboard. (5 minutes)

Les jeunes élaborent leur saynète en sous-groupes. L'animateur évolue de sous-groupes en sous-groupes, suit les échanges et n'intervient que si cela est nécessaire (régulation des échanges, aide technique, rappel des consignes, relecture de la situation...)

L'intervenant ne reste pas assis derrière un bureau ou autre, il est dynamique et va à la rencontre des participants. (20 à 25 minutes)

L'animateur invite les participants à déplacer leur chaise pour se rapprocher. Il veille à laisser un espace pour le déroulement des saynètes. Selon contexte, l'intervenant désigne ou laisse un groupe se porter volontaire pour commencer.

À chaque fin de saynète, l'animateur demande au reste du groupe ce qu'ils ont pensé de la prestation de leurs pairs. Il demande quels types de conseils ils ont identifiés et les consigne sur le tableau ou Paperboard. Ensuite, il demande au groupe qui vient de jouer sa saynète d'expliquer pourquoi il a choisi ce contexte, ces conseils...

L'intervenant renouvelle cette démarche à chaque groupe. (25 à 35 minutes)

L'animateur remercie les jeunes pour la richesse de leurs idées et leur implication. Il sollicite leur avis sur l'activité, le déroulement, l'histoire, la pertinence, l'intérêt.... Il prend le temps d'échanger avec eux sur d'éventuels autres besoins en termes de prévention. (10 à 15 minutes)

4

Variantes et suites possibles

Variantes possibles :

Visionnage de photos retouchées avec des erreurs :

<https://www.buzzerie.com/insolite/les-pires-cliches-retouches-sous-photoshop>

Au lieu de choisir des photos dans des magazines, les jeunes peuvent faire directement des photos d'eux-mêmes et les imprimer. Si ce choix est retenu, les photos se font sous la surveillance de l'animateur et avec un appareil fourni par lui (pas de risques de diffusion d'une photo d'un des participants en dehors de l'activité).

Les participants peuvent élaborer une planche de BD à la place d'une affiche, ou encore monter des saynètes.

Suivre les consignes originales du support proposé dans l'étude de cas.

Les jeunes peuvent élaborer une ou des études de cas.

Suites possibles :

Organiser une exposition avec toutes les affiches en invitant les parents et/ou mettre en avant ces mêmes affiches lors d'une journée portes ouvertes, kermesse.

Intégrer ces activités dans un cycle de prévention d'utilisation des écrans (plusieurs fiches complémentaires).

Créer un guide de bonnes pratiques sur Internet avec les jeunes.