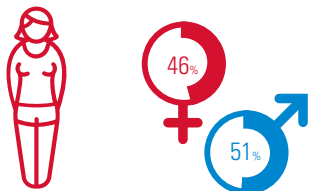


D. Faits et chiffres pour le film « Dans ma peau » ♀

Seule une petite moitié des filles de 13 à 15 ans sont satisfaites de leur poids.¹

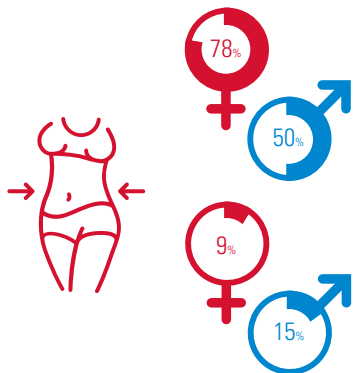


45.6% des filles de 13 à 15 ans et 51.4% des garçons sont satisfaits de leur poids.¹

« Chez les filles, seul le physique compte, les valeurs intérieures sont secondaires. »

« Seules les filles qui correspondent à l'image idéale sont belles. »

Les filles ont une image beaucoup plus critique de leur corps que les garçons.

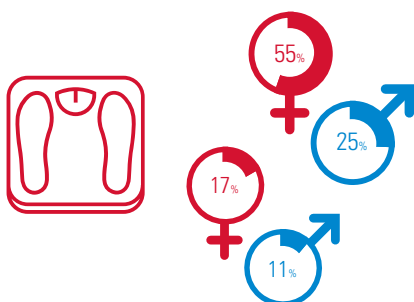


Beaucoup plus de filles de 15 ans (78%) que de garçons (50%) estiment devoir perdre un peu ou beaucoup de poids, même si leur indice de masse corporelle (IMC) indique que ce n'est pas le cas.

Si on se base sur l'IMC, 14,5% des garçons de 11 à 15 ans et 8,9% des filles du même âge ont une surcharge pondérale légère à importante.¹

« Une femme doit être mince et sans aucun défaut. »

Davantage de filles que de garçons estiment devoir perdre du poids et/ou font déjà un régime.



55.3% des filles de 13 à 15 ans pensent qu'elles doivent perdre du poids contre 25.7% chez les garçons.

16.8% des filles de 13 à 15 ans font un régime ou autre pour perdre du poids, contre 11,2% chez les garçons.

Consigne

Par groupes de deux, discutez ces phrases en vous aidant des questions ci-après, puis débattuez-en tous ensemble.

- Ces affirmations sont-elles correctes ? Êtes-vous d'accord avec elles ?
- Pourquoi les filles sont-elles plus critiques envers leur corps que les garçons ?
- À votre avis, quelles qualités une femme doit-elle avoir ?

À quoi tient cette vision des choses ?

- > Dans les médias, sur les réseaux sociaux et dans l'entourage social, les filles et les femmes sont souvent réduites à leur apparence physique. Elles doivent correspondre à toutes sortes de canons de beauté : être minces, avoir des formes, une taille fine, etc.
- > Ces exigences souvent irréalistes mettent les filles sous pression et peuvent entraîner une consommation accrue de substances psychoactives (fumer pour contrôler son poids, p. ex.) ou à des troubles du comportement alimentaire.

INFORMATIONS POUR LES ENSEIGNANT-E-S ET LES ANIMATEURS/TRICES

- > Les médias, les réseaux sociaux et la publicité placent constamment les jeunes face à des idéaux de beauté inventés par la société.
- > Plus les filles consomment de médias qui véhiculent un idéal féminin de minceur, moins elles sont satisfaites de leur corps.²
- > Des commentaires et des avis critiques de l'entourage proche (parents, copains et copines) en lien avec l'apparence physique ont eux aussi un impact négatif sur l'image corporelle.³
- > Cette insatisfaction vis-à-vis de l'image corporelle peut conduire à une consommation croissante de substances psychoactives (médicaments, cigarettes, alcool) ou à des comportements problématiques, p. ex. des troubles alimentaires.⁴
- > L'envie de transformer son corps est liée à l'espoir de gagner en assurance et d'avoir plus de chance et de succès.⁵

Sources

- ¹ Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., Schmidhauser, V. & Masseroni, S. (2020). Habitudes alimentaires, activité physique, statut pondéral et image du corps chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2018 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 109). Lausanne: Addiction Suisse.
- ² Forrester-Knauss C. (2014): Positives Körperbild bei Jugendlichen. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 29, Bern und Lausanne.
- ³ Schulte-Abel, B., Borrelli, C.T., Schär, C. & Schneider, Q. (2013). Gesundes Körperbild – Healthy Body Image. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 3, Bern.
- ⁴ Idem
- ⁵ Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.