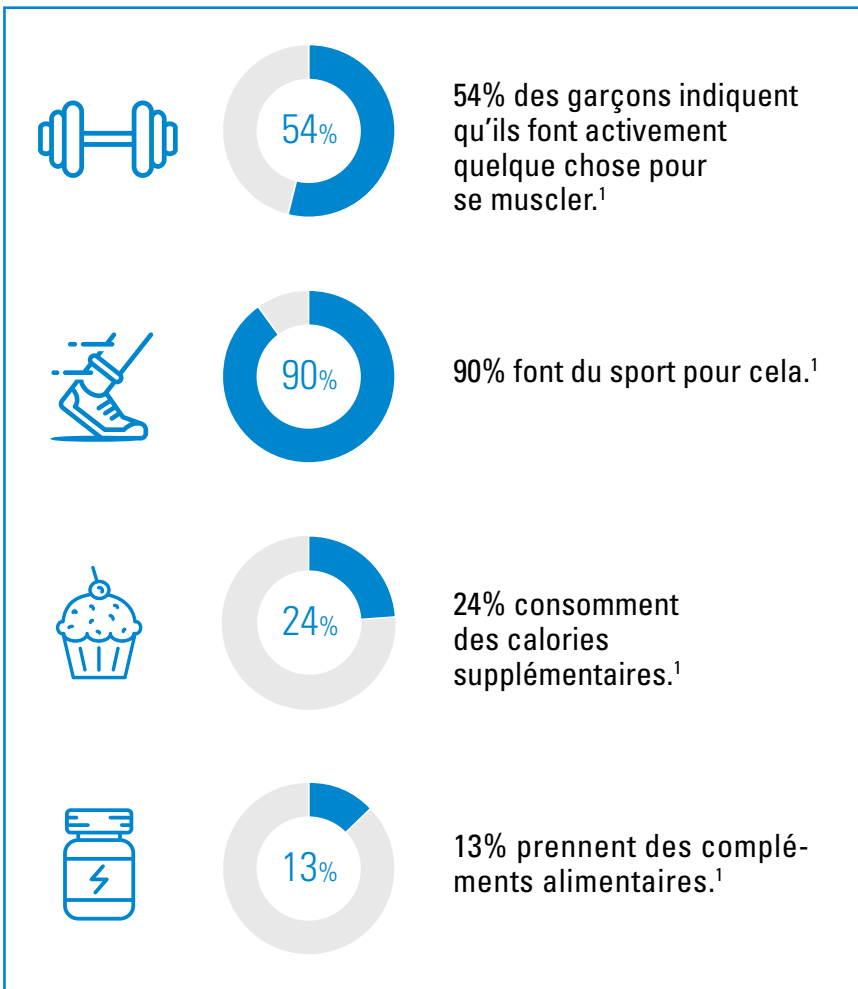
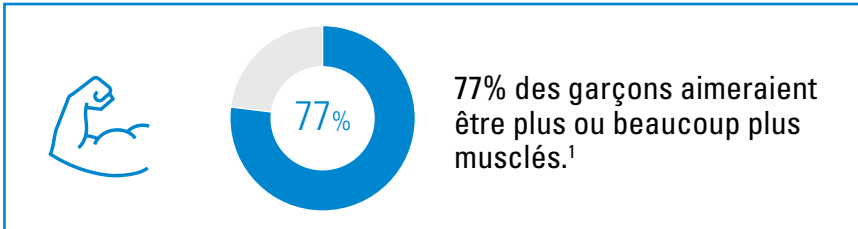


## D. Faits et chiffres pour le film « Trop fort ! »

Un grand nombre de garçons ne sont pas satisfaits de leur corps. Une nette majorité d'entre eux souhaiteraient être plus musclés.



« Pour être un homme, il faut être fort et musclé. »

« Avec un peu de discipline, chacun peut sculpter son corps comme il l'entend. »

« Un homme doit être capable de s'imposer. »

### 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 est-il important d'être fort pour un homme ? Un homme peut-il aussi faire preuve de « faiblesse » ?
- Pour vous, un « vrai mec », c'est quoi ?

### À quoi tient cette vision des choses ?

- Les médias et les réseaux sociaux véhiculent généralement l'image selon laquelle un homme doit être sportif, fort et musclé.
- On attend des garçons qu'ils sachent s'affirmer, qu'ils prennent des risques et qu'ils aient tout sous contrôle.

Ces exigences souvent irréalistes mettent les garçons sous pression et peuvent également déboucher sur une consommation accrue de substances psychoactives.

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

- Sportif, fort, grand et musclé : tel est l'idéal de beauté pour les hommes. Cet idéal est présenté comme normal, sain et accessible moyennant une discipline suffisante.
- Les garçons sont confrontés à des visions stéréotypées de la masculinité. Le goût du risque, l'agressivité et la maîtrise de soi, par exemple, sont considérées comme des caractéristiques typiquement masculines.
- La consommation de médias qui véhiculent une image corporelle idéalisée peut avoir un impact négatif sur l'image que les garçons ont de leur corps.<sup>2</sup>
- L'envie de transformer son corps est liée à l'espoir de gagner en assurance et d'avoir plus de chance et de succès.<sup>3</sup>
- Aujourd'hui encore, être un garçon et devenir un homme est synonyme de gagner, d'être performant, d'entrer en compétition, de s'imposer et d'occuper de la place. L'aspiration à dominer les femmes et les autres hommes crée des hiérarchies et engendre, par là même, la pression de toujours réaffirmer sa position. Il n'est pas rare que cela engendre des problèmes de comportements et des conduites à risque ou déviantes, comme la consommation de substances psychoactives.<sup>4</sup>
- Les garçons sont (exception faite des violences sexuelles) plus souvent concernés par la violence physique que les filles. Chez eux (et chez les hommes), le rôle de victime est davantage tabou.<sup>5</sup>

---

### Sources

<sup>1</sup> Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.

<sup>2</sup> Forrester-Knauss C. (2014): Positives Körperbild bei Jugendlichen. Gesundheitsförderung Schweiz.

<sup>3</sup> Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.

<sup>4</sup> Flaake K. (2009): Männliche Adoleszenz und Sucht. In: Jacob J., Söver H. (Hrsg.): Männer im Rausch. Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten im Kontext von Rausch und Sucht. Bielefeld, transcript Verlag.

<sup>5</sup> Kuntsche E., Delgrande Jordan M. (Hrsg.) (2012): Gesundheit und Gesundheitsverhalten Jugendlicher in der Schweiz. Bern: Verlag Hans Huber.