

BALAYAGE CORPOREL

Descriptif:

En classe, nous vous proposons d'inviter les élèves à réfléchir à leur image, à ce qu'ils pensent d'eux-mêmes en répondant à une série de questions (voir plus-bas).

Imaginez que vous regardez votre reflet dans le miroir, que vous observez une photo de vous sur les réseaux sociaux...

Quels sont les trois mots que vous utiliseriez pour vous décrire ?

Quels sont les trois mots que vos parents utiliseraient pour vous décrire ?

Quels sont les trois mots que vos amis ou amies utiliseraient pour vous décrire ?



Regardez vos trois listes de mots. Quelles sont les similarités et les différences entre ces listes ? Pourquoi ces listes seraient-elles différentes ?

Dans quelles circonstances vous sentez-vous bien dans votre peau ? Pensez à des situations, événements, activités, etc. ?

Qui ou qu'est-ce qui vous aide à éprouver des sentiments positifs envers vous-mêmes ? Comment cette personne, cet événement ou cette chose vous aide-t-il ou elle à éprouver un sentiment positif envers vous-mêmes ?



De quelle(s) façon(s) les médias influencent-ils la perception que vous avez de vous et de votre corps ? Donnez des exemples. ?

Que retenez-vous de cette activité ?