

Éduquer les filles aux médias

Conseils aux familles éduquées aux médias

www.lesfillesetlacybersecurite.ca

Selon le Réseau canadien pour la santé des femmes, l'hypersexualisation se produit « lorsque des filles sont dépeintes ou traitées comme des objets sexuels. Le terme implique également une sexualité imposée aux filles de façon inappropriée par le biais des médias, du marketing ou de produits s'adressant à elles et les encourageant à avoir des comportements sexuels d'adultes. »

- **Limitez l'exposition**

L'hypersexualisation peut se produire dès le plus jeune âge. Des études révèlent qu'un enfant est exposé à 16 000 images tous les jours. Ces images peuvent se trouver dans des publicités, des logos, des étiquettes et des annonces. Soyez conscients du temps que vos enfants passent à regarder la télévision, à naviguer sur Internet, à jouer à des jeux ou à lire des magazines.

- **Soyez réalistes**

Vous ne pouvez que limiter le contenu sexuel auquel vos enfants sont exposés. Ils y seront exposés malgré vos efforts. Discutez avec eux de ce qu'ils voient et entendent. Dites-leur que vous êtes toujours prêts à les écouter et à répondre à leurs questions. Demandez-leur leur opinion sur ce qu'ils voient et ce qu'ils ressentent.

- **Enseignez**

Apprenez à vos enfants à mieux comprendre les médias et comment ces derniers sont utilisés pour vendre des produits. Expliquez-leur comment cela peut modifier ce qu'ils ressentent à l'égard d'eux-mêmes. Encouragez-les à mettre en doute ce qu'ils voient et à en discuter. Aidez les jeunes filles à adopter une image de soi fondée sur leurs compétences plutôt que sur

des stéréotypes véhiculés dans les médias.¹

Enseignez aux jeunes garçons à respecter les filles et les femmes. Enseignez aux garçons à accepter les personnes du sexe opposé telles qu'elles sont, et non pas en fonction de ce qu'ils pensent qu'elles devraient être.

- **Relations saines²**

Aidez vos enfants à bâtir des relations positives. Assurez-vous qu'ils savent qu'ils vous sont chers et que vous les aimez. Encouragez-les à atteindre leurs objectifs et à devenir des adultes sains et accomplis.³ Demandez à vos enfants comment ils conçoivent une relation saine.

- **Soyez des modèles**

Soyez des modèles pour vos enfants. Montrez-leur l'exemple des valeurs que vous préconisez dans vos gestes et vos paroles. Faites-leur part de vos sentiments. Discutez des médias et des effets qu'ils ont sur vous. Laissez les jeunes enfants poser des questions et vous dire ce qu'ils pensent.

- **Soyez conscients de la réalité**

Acceptez que le monde d'aujourd'hui n'est pas celui dans lequel vous avez grandi. La technologie permet d'avoir facilement accès à des renseignements de toutes sortes, y compris

Éduquer les filles aux médias

Conseils aux familles éduquées aux médias

www.lesfillesetlacybersecurite.ca

à des images et à du contenu inappropriés. Parlez à vos enfants des types de technologies qu'ils utilisent et de l'usage qu'ils en font. Encouragez-les à utiliser la technologie de la bonne façon. En tant que parents, faites une recherche sur les technologies que vos enfants utilisent; discutez-en avec d'autres parents pour vous assurer que vous en avez une bonne connaissance.

- **Nouez le dialogue et apprenez à comprendre**

Discutez avec vos enfants de notions de santé sexuelle adaptées à leur âge et expliquez-leur comment les médias peuvent manipuler les contenus à caractère sexuel. Créez un environnement sécuritaire où les membres de votre famille peuvent poser des questions et discuter des enjeux. Discutez des raisons pour lesquelles les médias présentent certaines images des femmes et de l'écart entre ces images et la réalité. Demandez à votre enfant si ce que l'on nous montre arriverait vraiment en réalité. La télé-réalité n'est pas représentative de la réalité.

- **Échangez**

Parlez avec vos enfants des émissions qu'ils regardent, ou de leurs vêtements. Demandez-leur ce qu'ils pensent d'une série télévisée, d'une vidéo sur Internet ou de certains vêtements. Encouragez-les à réfléchir à ce qu'ils voient. Aidez-les à faire des choix éclairés. Réfléchissez à ce que vous regardez, aux vêtements que vous portez, et à l'impact que cela peut avoir sur vos enfants.

- **Faire preuve d'ouverture**

Si parler de sexualité vous stresse, vos enfants seront moins susceptibles d'aborder ce sujet avec vous. Favorisez une communication ouverte. Dites-leur qu'ils peuvent vous parler en toute confiance. S'ils sont mal à l'aise d'en parler avec vous, entendez-vous sur un autre adulte de confiance avec qui ils pourront discuter.

- **Parlez à d'autres personnes**

Parlez à d'autres parents, à des enseignants et à des membres de votre collectivité de l'hypersexualisation. Vous pouvez apprendre les uns des autres quant à ses effets et à son influence.

1. Hardy Girls Healthy Women, Preventing the sexualization of childhood: what adults can do, s.l., Hardy Girls Healthy Women, 2005.
2. Croix-Rouge canadienne, Conseils favorisant les relations saines.
3. American Psychological Association, What parents can do, Washington (D.C.), APA, 2007.

Mis à jour en avril 2014