Le droit d'être soi

Règle du jeu • 4e–3e • 50 à 55 min

But du jeu

Repérer les pressions et les stéréotypes liés au corps, puis proposer des réactions respectueuses. La classe coopère pour valider huit familles de situations.

Matériel et installation

48 cartes-situations, 6 mémos, 6 personnages, une feuille de mission par équipe, la charte collective et le corrigé séparé. Former jusqu'à 6 équipes de 3 à 5 élèves. Chacune reçoit une carte de chaque famille, un mémo et un personnage. Avec moins de six équipes, garder les cartes restantes en réserve.

Déroulement

Installer le cadre · 5 min. Lire les règles de parole : situations fictives, aucun récit personnel demandé, aucune remarque sur les corps des élèves. Chacun peut passer sans justification ni pénalité et participer à la synthèse collective.

Analyser · 20 min. Faire huit manches de 2 min 30. À chaque manche, toutes les équipes étudient la même famille, dans l'ordre de la feuille de mission. Lire la situation, échanger et écrire les deux réponses. Faire tourner les rôles : lecture, écriture, restitution. Le personnage repère l'équipe.

Vérifier · 10 min. Les équipes consultent les pistes du corrigé et complètent leurs réponses. L'enseignant explicite les désaccords et accepte toute formulation pertinente.

Construire la charte · 15 à 20 min. Retenir ensemble un engagement concret par famille. Inscrire les adultes ressources auxquels demander de l'aide.

Réussir ensemble

Une réponse pertinente vaut 1 point, soit 2 points par carte. Une famille est validée dès qu'une équipe obtient les 2 points, éventuellement après correction. La classe réussit lorsque les huit familles sont validées, sans classement des élèves.

Aides et adaptations

Lire les cartes à voix haute ou dicter ses réponses. Une personne qui passe peut observer ou contribuer au bilan. En travail individuel, traiter une carte de chaque famille, puis vérifier avec le corrigé. Dans tous les cas, un adulte accompagne les échanges.

Écouter et protéger

Repères pour l'enseignant • En lien avec l'EMC et l'EVARS

Les mots à retenir

Injonction : pression pour se conformer à une attente. **Stéréotype :** idée simplifiée attribuée à un groupe. **Discrimination :** traitement défavorable lié à un critère interdit par la loi, dans un domaine prévu par celle-ci. **Sexualisation :** réduction d'une personne à une dimension sexuelle.

Consentement : accord libre, clair, spécifique et révocable. Le silence, la peur ou l'immobilité ne prouvent pas un accord. **Harcèlement :** violences répétées ; des attaques collectives peuvent aussi en relever. Un acte isolé peut être grave et doit être pris en charge.

Accueillir une parole

Écouter sans jugement ni interrogatoire devant le groupe. Ne pas promettre de garder le secret. Organiser un échange à l'écart, assurer la protection de l'élève et suivre les procédures de l'établissement avec les personnels compétents. Ne pas organiser de confrontation.

Des repères pour accompagner les échanges

La personne visée n'est pas responsable d'un geste imposé ou d'une humiliation. Un témoin peut soutenir et alerter sans se mettre en danger. Le droit de passer reste effectif pendant toute la séance. Une douleur qui perturbe la vie scolaire mérite une écoute et une orientation vers un professionnel de santé.

Les personnes et numéros ressources

Au collège : CPE, professeur, infirmière scolaire, assistant social, direction et référent harcèlement. **3018 :** harcèlement et violences numériques, tous les jours de 9 h à 23 h. **119 :** enfant en danger ou en risque de l'être, à toute heure. **17 ou 112 :** danger immédiat. Ces numéros sont gratuits.

Origine du projet et ressources

Jeu original inspiré des thèmes de l'exposition Corpor.elles, présentée par la Maison pour l'égalité femmes-hommes de Grenoble-Alpes Métropole. Projet Jeunes pour l'égalité 2025, association Freya ; graphisme de l'exposition : collectif Zulus Design. Les cartes proposent des situations fictives.

Maison pour l'égalité femmes-hommes • Corpor.elles
Éducation nationale • La protection de l'enfance • Éduscol • Programme EVAR/EVARS
Défenseur des droits • Discrimination • Service Public • Numéros d'urgence

Notre défi collectif

Pour chaque famille, noter le numéro de la carte et une réponse à chacune des deux missions.

Normes de beauté

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Règles et puberté

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Normes de genre

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Regards et remarques

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Consentement et limites

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Images et réseaux

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Inégalités et exclusion

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Violences et solidarité

Carte : ..... Mission 1 : .... / 1 Mission 2 : .... / 1

1.

2.

Notre charte du respect

Nous choisissons un engagement concret pour chacune des huit familles.

Normes de beauté

Nous nous engageons à

Règles et puberté

Nous nous engageons à

Normes de genre

Nous nous engageons à

Regards et remarques

Nous nous engageons à

Consentement et limites

Nous nous engageons à

Images et réseaux

Nous nous engageons à

Inégalités et exclusion

Nous nous engageons à

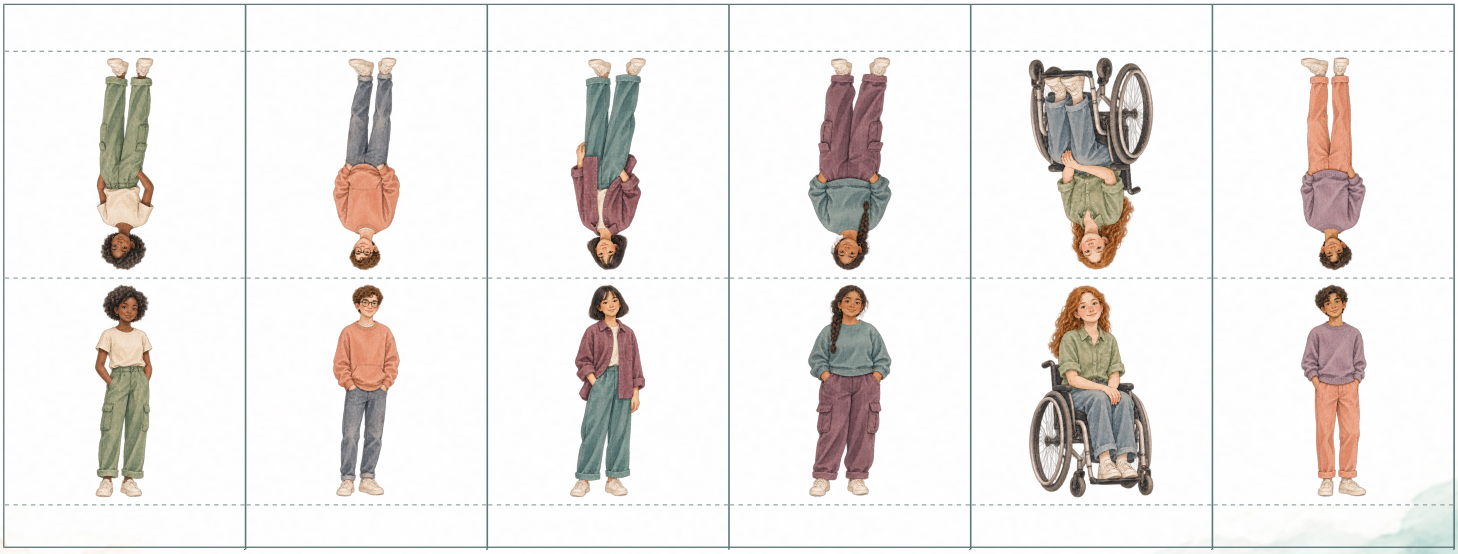
Violences et solidarité

Nous nous engageons à

Nos adultes ressources

Nos personnages

Découper les contours pleins. Plier sur les pointillés, puis rabattre les languettes pour faire tenir chaque personnage.



Normes de beauté

1. Le corps parfait

Une publicité affirme qu'il faut avoir le ventre plat pour être belle.

1. Repère l'injonction.

2. Reformule-la sans imposer de norme.

Normes de beauté

2. Au naturel

On conseille à Inès de se maquiller pour paraître plus présentable.

1. Explique la pression.

2. Propose une réponse respectueuse.

Normes de beauté

3. Les poils

Des élèves se moquent d'une fille qui ne s'épile pas.

1. Nomme le problème.

2. Propose une intervention de témoin.

Normes de beauté

4. Vrai ou faux ?

« Pour avoir de la valeur, il faut correspondre aux critères de beauté du moment. »

1. Vrai ou faux ?

2. Justifie ta réponse.

Normes de beauté

5. Les compliments

Les compliments adressés à Zoé concernent toujours son apparence.

1. Quel effet est possible ?

2. Valorise une qualité de Zoé.

Normes de beauté

6. Affiche à créer

Une campagne montre toujours le même type de silhouette.

1. Explique ce qui manque.

2. Imagine un slogan inclusif.

Règles et puberté

7. La tache

Une élève remarque une tache de règles sur le vêtement d'une camarade.

1. Pourquoi serait-ce injuste de se moquer ?

2. Propose une aide discrète.

Règles et puberté

8. La douleur

Lina a très mal pendant ses règles et manque des cours. On lui dit de supporter la douleur.

1. Repère le problème.

2. Indique une aide adaptée.

Règles et puberté

9. Au vestiaire

Un élève affirme que les règles empêchent toujours de faire du sport.

1. Vrai ou faux ?

2. Explique.



Règles et puberté

10. Protection oubliée

Une élève a besoin d'une protection périodique au collège.

1. Propose une solution immédiate.

2. Imagine une solution durable.

Règles et puberté

11. Rythmes différents

Deux élèves du même âge vivent des changements corporels différents.

1. Est-ce forcément anormal ?

2. Propose une règle de respect.

Règles et puberté

12. Les mots justes

Un groupe emploie le mot « sale » pour parler des règles.

1. Corrige cette idée.

2. Trouve une phrase à afficher.

Normes de genre

13. Une coupe courte

On dit à une fille aux cheveux courts qu'elle ne ressemble pas à une fille.

1. Repère le stéréotype.

2. Réponds en une phrase.

Normes de genre

14. Les larmes

Un garçon est triste. Un ami lui dit qu'un vrai garçon ne pleure pas.

1. Repère l'injonction.

2. Explique son effet possible.

Normes de genre

15. Le vernis

Un garçon porte du vernis. Des élèves le mettent à l'écart.

1. Identifie le préjugé.

2. Propose une action d'inclusion.

Normes de genre

16. Vrai ou faux ?

« On peut connaître le genre d'une personne simplement en regardant sa tenue. »

1. Vrai ou faux ?

2. Justifie ta réponse.

Normes de genre

17. Les loisirs

Une fille aime la boxe ; un garçon aime la danse. On les juge tous les deux.

1. Repère le stéréotype commun.

2. Propose une règle pour le club.

Normes de genre

18. Liberté de style

Un élève change de style vestimentaire. Ses amis exigent qu'il se justifie.

1. Quelle limite respecter ?

2. Propose une réponse bienveillante.



Regards et remarques

19. La note

Un groupe attribue des notes sur dix au physique des filles du collège.

1. Explique le problème.

2. Propose une façon de l'arrêter.

Regards et remarques

20. La tenue

Une élève reçoit une remarque déplacée. On accuse sa tenue d'en être la cause.

1. À qui revient la responsabilité ?

2. Justifie.

Regards et remarques

21. Le faux compliment

Une remarque sur le corps de Maya la gêne. Son auteur insiste : « C'est gentil ! »

1. Repère la limite ignorée.

2. Propose une réaction.

Regards et remarques

22. À la sortie

Un groupe interpelle une passante sur son physique. Elle accélère le pas.

1. Identifie le problème.

2. Propose une aide sans danger.

Regards et remarques

23. C'était pour rire

Un élève fait une blague sur la poitrine d'une camarade. Elle ne rit pas.

1. Pourquoi est-ce blessant ?

2. Formule une règle de respect.

Regards et remarques

24. Le respect pour tous

Une personne est jugée « respectable » seulement si elle s'habille d'une certaine façon.

1. Repère le jugement.

2. Propose un principe d'égalité.

Consentement et limites

25. Le câlin

Noé veut faire un câlin à Lou. Lou refuse. Noé insiste.

1. Quel principe est oublié ?

2. Que doit faire Noé ?

Consentement et limites

26. Changer d'avis

Une personne avait accepté d'être embrassée puis dit qu'elle ne veut plus.

1. Son accord précédent suffit-il ?

2. Explique.

Consentement et limites

27. Le silence

Une personne ne répond pas à une demande de contact et semble mal à l'aise.

1. Peut-on considérer qu'elle accepte ?

2. Que faire ?



Consentement et limites

28. La preuve d'amour

Une personne dit : « Si tu m'aimais, tu accepterais. »

1. Repère la pression.

2. Propose une réponse saine.

Consentement et limites

29. La plaisanterie

Un élève touche les cheveux d'une camarade sans lui demander.

1. Quelle limite est franchie ?

2. Propose un autre comportement.

Consentement et limites

30. Un accord libre

Un groupe prépare une charte sur le consentement.

1. Cite deux conditions du consentement.

2. Que faire si l'autre change d'avis ?

Images et réseaux

31. Le filtre

Une influenceuse utilise un filtre qui modifie son visage sans le préciser.

1. Explique le risque.

2. Donne un réflexe critique.

Images et réseaux

32. Le partage

Une photo gênante d'une élève circule sur la messagerie de classe.

1. Que faut-il éviter ?

2. Que peut faire un témoin ?

Images et réseaux

33. La publication

Amir accepte une photo entre amis, mais pas sa publication en ligne.

1. L'accord pour la photo suffit-il ?

2. Explique.

Images et réseaux

34. Le défi viral

Un défi demande aux participantes de comparer leurs silhouettes.

1. Repère la pression.

2. Propose un défi alternatif.

Images et réseaux

35. Le commentaire

Sous une vidéo, des internautes attaquent le corps de la personne filmée.

1. Nomme le comportement.

2. Propose un geste utile de témoin.

Images et réseaux

36. Le fil d'actualité

Le fil de Léa lui montre surtout des visages et des corps très semblables.

1. Pourquoi ces images sont-elles limitées ?

2. Propose un réflexe critique.



Inégalités et exclusion

37. Le terrain

Dans la cour, un groupe monopolise le terrain. Les filles n'osent plus demander à jouer.

1. Repère l'inégalité.

2. Propose une organisation plus juste.

Inégalités et exclusion

38. Le sport

Une fille est écartée d'une équipe avant même d'avoir joué. On la croit moins forte.

1. Quel critère est utilisé ?

2. Quel critère serait juste ?

Inégalités et exclusion

39. Deux règles

Pour la même tenue, deux élèves reçoivent des remarques différentes selon leur genre.

1. Repère le traitement différent.

2. Propose une règle équitable.

Inégalités et exclusion

40. Le club

Un club refuse une inscription à cause de la silhouette de la personne, sans motif lié à l'activité.

1. Explique l'injustice.

2. Propose un recours.

Inégalités et exclusion

41. La consultation

Une adolescente décrit une douleur. Un adulte pense qu'elle exagère, sans l'écouter.

1. Quel risque cela crée-t-il ?

2. Que faire ?

Inégalités et exclusion

42. Les espaces

Des filles renoncent à certains trajets par peur des remarques sexistes.

1. Explique l'effet sur leur liberté.

2. Propose une action collective.

Violences et solidarité

43. Les surnoms

Chaque jour, une élève reçoit des surnoms humiliants liés à son corps.

1. Identifie le problème.

2. Indique une aide.

Violences et solidarité

44. Le témoin

Un élève voit une camarade insultée. Il a peur d'intervenir seul.

1. Doit-il se mettre en danger ?

2. Propose une autre action.

Violences et solidarité

45. Le secret

Une camarade confie qu'une personne ne respecte pas ses limites et exige le secret.

1. Comment accueillir sa parole ?

2. Vers qui l'orienter ?



Violences et solidarité

46. La responsabilité

On reproche à une élève de ne pas avoir réagi assez vite à un geste imposé.

1. À qui revient la responsabilité ?

2. Explique.

Violences et solidarité

47. Le bon numéro

Une élève subit des humiliations répétées en ligne. Elle hésite à en parler.

1. Quel numéro peut aider ?

2. Cite aussi un adulte du collège.

Violences et solidarité

48. Une classe solidaire

La classe veut réduire les remarques humiliantes sur le corps.

1. Propose une règle commune.

2. Comment demander de l'aide ?

Mémo d'équipe

À vous de jouer

1. Lire la situation.

2. Échanger et écrire les deux réponses.

3. Vérifier avec les pistes du corrigé.

4. Proposer un engagement commun.

Chacun peut passer. Aucun récit personnel n'est demandé.

Mémo d'équipe

À vous de jouer

1. Lire la situation.

2. Échanger et écrire les deux réponses.

3. Vérifier avec les pistes du corrigé.

4. Proposer un engagement commun.

Chacun peut passer. Aucun récit personnel n'est demandé.

Mémo d'équipe

À vous de jouer

1. Lire la situation.

2. Échanger et écrire les deux réponses.

3. Vérifier avec les pistes du corrigé.

4. Proposer un engagement commun.

Chacun peut passer. Aucun récit personnel n'est demandé.

Mémo d'équipe

À vous de jouer

1. Lire la situation.

2. Échanger et écrire les deux réponses.

3. Vérifier avec les pistes du corrigé.

4. Proposer un engagement commun.

Chacun peut passer. Aucun récit personnel n'est demandé.

Mémo d'équipe

À vous de jouer

1. Lire la situation.

2. Échanger et écrire les deux réponses.

3. Vérifier avec les pistes du corrigé.

4. Proposer un engagement commun.

Chacun peut passer. Aucun récit personnel n'est demandé.

