

Club de lecture

Activité destinée aux élèves du secondaire uniquement. L'enseignant·e devra lire le livre choisi afin de se préparer à la discussion. Nous recommandons fortement de consulter les sites Web de la Semaine nationale de sensibilisation aux troubles alimentaires, d'ANEb et de la Maison l'Éclaircie pour se préparer le mieux possible à la discussion.

Matériel

- Livres au sujet des troubles alimentaires (une suggestion en fonction du niveau scolaire est disponible à la fin de l'activité);
- Annexe de l'activité « Le club de lecture ».

Déroulement

Étape 1 : Lecture du livre

Demander aux élèves de lire le livre qui leur a été attribué en classe (à la discrétion de l'enseignant·e). Remettre la feuille-support « Annexe de l'activité Le club de lecture » aux étudiant·e·s. Cette feuille sera utile lors de la lecture en les préparant pour la discussion qui aura lieu au prochain cours.

Étape 2 : Retour en groupe

Une fois le livre lu par tous·tes, constituer des groupes de 4 personnes pour échanger sur des questions concernant les troubles alimentaires.



Questions de discussion

1. Comment la jeune fille se sent-elle au début du roman?
 - Certaines de ses émotions ont-elles pu jouer un rôle dans le développement de son trouble alimentaire?
2. Quels comportements pouvez-vous associer au trouble alimentaire?
3. Que font les ami·e·s de la jeune fille lorsqu'ils/elles s'aperçoivent que cette dernière souffre d'un trouble alimentaire?
 - Sont-ils/elles aidant·e·s? Expliquez.
4. Selon vous, qu'est-ce qui a le plus aidé l'héroïne dans son parcours vers le rétablissement? Pourquoi?
 - Y a-t-il des comportements ou des paroles dans son entourage qui pourraient avoir nui à sa guérison? Pourquoi?
 - Si vous considérez que certains comportements chez ses proches étaient inappropriés (par maladresse, méconnaissance ou autre), de quelle(s) façon(s) auraient-ils/elles pu, à votre avis, être modifiés pour répondre à ses besoins?
5. Quelles répercussions le trouble alimentaire apporte-t-il dans la vie de la jeune fille?
 - Les relations qu'elle entretient avec son entourage ont-elles été affectées par le trouble alimentaire?
6. À quel moment le personnage principal de cette histoire est-il allé chercher de l'aide?
 - Quelles ont été ses sources de motivation?
7. Quelles stratégies la jeune fille a-t-elle mises en place pour tenter de se départir de son trouble alimentaire?
8. À la fin du livre, l'héroïne est-elle complètement rétablie du trouble alimentaire? Si non, pensez-vous qu'elle pourra s'en rétablir complètement?
9. Dans le livre, le personnage principal est de genre féminin. Selon vous, les garçons peuvent-ils eux aussi souffrir d'un trouble alimentaire?
10. Qu'est-ce qui vous a le plus marqué dans ce livre?
11. Qu'avez-vous retenu du livre?



Suggestions de livres pour le premier cycle de secondaire

Seule contre moi, Geneviève Piché, Titan ,
Québec Amérique, 2013.

Résumé de la maison d'édition : Pascale a quatorze ans et un corps qu'elle n'a pas choisi. Un matin, plantée devant le miroir, mâchoire serrée, elle se déclare la guerre. Tandis que son corps s'affine, son univers rétrécit. Le processus de l'anorexie se déploie peu à peu, menaçant bientôt sa vie.

Suggestions de livres pour le deuxième cycle de secondaire

Parfaite, Carl Rocheleau, Collection Tabou,
Éditions de Mortagne, 2015. *

Résumé de la maison d'édition : Je ne demande pas grand chose à la vie. Je veux juste être la meilleure. La meilleure élève, celle qui obtient toujours la note la plus élevée de la classe, peu importe la matière. [...] Et, même, la meilleure des « victimes ». Celle qui a surmonté la plus terrible épreuve de toute sa vie : un enlèvement... Et sans aucune séquelle! Bref, je veux exceller dans tout. Pourtant, quelque part en moi, il y a cette voix qui ne cesse de me répéter que je pourrais être plus-que-parfaite. Mais comment?

* Choisir et photocopier des passages du livre qui réfèrent aux émotions du personnage principal et ne font pas référence à des comportements employés pour perdre du poids.



Annexe de l'activité

1. Comment la jeune fille se sent-elle au début du roman?

- Certaines de ses émotions ont-elles pu jouer un rôle dans le développement de son trouble alimentaire?

2. Quels comportements pouvez-vous associer au trouble alimentaire?

3. Que font les ami·e·s de la jeune fille lorsqu'ils s'aperçoivent que cette dernière souffre d'un trouble alimentaire?

- Sont-ils/elles aidant·e·s? Expliquez.

4. Selon vous, qu'est-ce qui a le plus aidé l'héroïne dans son parcours vers le rétablissement? Pourquoi?

- Y a-t-il des comportements ou des paroles dans son entourage qui pourraient avoir nui à son rétablissement? Pourquoi?



Annexe de l'activité, suite

- Si vous considérez que certains comportements chez ses proches étaient inappropriés (par maladresse, méconnaissance ou autre), de quelle(s) façon(s) auraient-ils pu, à votre avis, être modifiés pour répondre à ses besoins ?

5. Quels répercussions le trouble alimentaire apporte-t-il dans la vie de la jeune fille?

- Les relations qu'elle entretient avec son entourage ont-elles été affectées par le trouble alimentaire?

6. À quel moment le personnage principal de cette histoire est-il allé chercher de l'aide? Quelles ont été ses sources de motivation?

7. Quelles stratégies la jeune fille a-t-elle mises en place pour tenter de se départir de son trouble alimentaire?

8. À la fin du livre, l'héroïne est-elle complètement rétablie du trouble alimentaire? Si non, pensez-vous qu'elle pourra s'en rétablir complètement?

9. Dans le livre, le personnage principal est de genre féminin. Selon vous, les garçons peuvent-ils eux aussi souffrir d'un trouble alimentaire?



