

Livres et jouets : peuvent-ils nuire au développement de l'image corporelle?

Des poupées pour filles avec une taille fine, de longs cils et de grands yeux, ça vous dit quelque chose? Puis des jouets pour garçons qui présentent des personnages grands et musclés?

Les livres et les jouets destinés aux enfants représentent souvent le corps humain de manière stéréotypée, ce qui peut pousser les tout-petits à se préoccuper de leur apparence.

Les impacts de ce type de livres et de jouets sur votre enfant

Si votre enfant est souvent exposé à ce genre de livres et de jouets stéréotypés, il voudra sûrement ressembler aux personnages qu'il voit. Il pourrait aussi penser que son corps ne correspond pas à ce qu'il pense être un « corps idéal ». D'ailleurs, saviez-vous que dès l'âge de 4 ans, les tout-petits peuvent être insatisfaits de leur reflet dans le miroir?

Ces types de personnages très clichés peuvent aussi encourager votre enfant à adopter des caractéristiques stéréotypées selon son sexe et non selon ses préférences. Par exemple, beaucoup de fillettes veulent avoir des cheveux longs, car elles croient que c'est ainsi pour les filles.

Ces jouets peuvent donc rendre votre enfant insatisfait de son corps. Ils peuvent aussi nuire au développement de son estime de soi et de sa personnalité.

Pourquoi avoir des jouets et des livres non stéréotypés à la maison?

Exposer votre enfant à des jouets non stéréotypés lui permet :

- de se reconnaître dans ce qu'il voit au quotidien;
- d'être plus ouvert à la diversité, puisqu'il ne sera pas exposé à un seul type de corps lorsqu'il joue;
- d'accorder moins d'importance à son apparence ainsi qu'à celle des autres;
- de se sentir plus à l'aise par rapport à son corps.



Tous ces éléments aident votre enfant à se percevoir de façon plus positive et à développer une bonne estime de soi!

Comment exposer votre enfant à des modèles variés et réalistes?

- Choisissez des livres et des jouets qui présentent des personnages de différents types :
 - Diversité de corps : rond, mince, grand, petit, etc.
 - Diverses origines : afro-américaine, asiatique, etc.
 - Différents traits : aventurier.ère, fort.e, doux.ce, sensible, etc.
- Tentez de trouver des personnages qui ont des corps réalistes. Évitez donc d'avoir seulement des poupées de type « Barbie » qui sont très minces ou des superhéros qui sont très musclés. Essayez de le faire même si votre enfant semble plus attiré par ce type de jouets très stéréotypés.
- Partagez votre vision avec les membres de votre entourage qui seraient tentés d'acheter des jouets stéréotypés à votre enfant. Ils comprendront mieux les raisons de vos demandes et pourront ainsi respecter votre choix.
- Choisissez des livres et des jouets qui mettent en scène des personnages qui défont les stéréotypes. Consultez le site Kaléidoscope pour une belle sélection de livres pour les tout-petits.
- Essayez vous-même de valoriser la diversité corporelle. Parlez-en ouvertement avec votre enfant comme en lui faisant remarquer les qualités d'une personne qui ne sont pas liées aux standards de beauté (l'humour, la joie de vivre, etc.).
- Encouragez-le à être ouvert et à respecter la diversité corporelle en lui montrant, par exemple, des modèles variés et inspirants dans les médias.

Des outils pour les milieux de la petite enfance

Vous aimeriez que les adultes qui gravitent autour de votre enfant fassent de même? Invitez-les à consulter les outils de la trousse *Pour une image corporelle positive, agissons de la même façon avec les filles et les garçons!* offerts gratuitement au equilibre.ca/trousse-petite-enfance.