

## RÉFLEXION SUR LA DISCRIMINATION

### Instructions

1. Demandez à vos élèves de prendre une feuille de papier et d'y écrire leur propre définition de la discrimination.
  - a. Vous pouvez leur demander de faire l'exercice en équipe de 2-3.
  - b. Vous pouvez leur distribuer la feuille de travail ci-jointe.
2. Donnez-leur environ 10 minutes pour réfléchir et écrire leur définition.
3. Une fois le temps écoulé, demandez-leur de partager avec les autres leur définition. Écrivez au tableau les éléments clés qui ressortent des différentes définitions. Élaborez ensemble une définition générale et globale de la discrimination.
4. Pour continuer la discussion, demandez à vos élèves quels sont, à leur avis, les conséquences possibles de la discrimination sur une personne.
  - a. Vous pouvez leur mentionner que les conséquences de la discrimination peuvent se faire sentir non seulement sur la personne lésée, mais également sur les personnes qui en sont témoins, celles qui sont accusées, les familles, les amis, le milieu de vie, etc.

### Réponses possibles

**Discrimination** : Fait de traiter une personne injustement, soit en lui imposant des fardeaux, soit en l'empêchant d'avoir accès aux privilèges, aux bénéfices ou aux avantages offerts à d'autres, en raison de sa race, de sa citoyenneté, de son état familial, d'un handicap, de son sexe ou d'autres caractéristiques personnelles (remarque : il ne s'agit pas d'une définition légale).

### **Exemples de conséquences**

- désarroi, tristesse, symptômes dépressifs, idées suicidaires
- colère, sentiment d'injustice, sentiment d'impuissance
- anxiété, crainte ou peur
- doute, culpabilité, honte
- baisse de l'estime de soi
- trouble du sommeil, troubles alimentaires
- difficultés de concentration
- irritabilité, cynisme
- démotivation envers les études ou le travail, remises en question
- baisse de rendement
- atteinte des relations personnelles, souffrance des proches
- épuisement personnel et professionnel
- sentiment d'infériorité, dévalorisation

**Feuille de travail**

**RÉFLEXION SUR LA DISCRIMINATION**

Selon toi, la discrimination \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Selon toi, quels effets la discrimination a-t-elle sur une personne?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_