



Livre-documentaire sur la diversité corporelle

DÉTAILS DU PROJET
ET
INSPIRATION PHOTOS

ROXANE TURGON, PSYCHOLOGUE - ZOÉ DESBOUIS, DIÉTÉTICIENNE - SHANNON CREACH, PHOTOGRAPHE.

Présentation du projet :

Le livre sera un recueil de témoignages écrits issus d'une interview de chaque participant.e.
Chaque témoignage sera associé à une ou deux photos de la personne qui témoigne.

Objectifs du livre :

- valoriser et célébrer la diversité naturelle des corps, des apparences
- nommer l'étendue des problématiques individuelles qui peuvent découler à la fois de la surexposition aux standards de beauté mais aussi de la binarité de genre de ces standards
- donner la parole sur des sujets en lien avec l'image corporelle comme : la dysmorphophobie, l'expression de genre, la quête identitaire, la comparaison sociale etc.
- permettre aux lecteur.ices de s'identifier et donc de se sentir moins seul.e.s

Nous souhaitons que ce projet soit militant et joyeux, que chaque participant.e prenne du plaisir à s'impliquer dans le projet sans jamais se forcer, et que cela fasse éventuellement partie de son cheminement même si nous n'avons pas la prétention de proposer faire de la thérapie via cette proposition.

Zoé DESBOUIS, diététicienne

Le corps est un sujet central dans ma vie.

J'ai longtemps détesté et fui mon corps, l'apprivoiser a été long aussi, depuis quelques années je le célèbre enfin.

Par différents moyens j'accompagne cette transition chez d'autres personnes, depuis un endroit caractérisé par le rejet, l'insatisfaction, le dégoût ou encore la honte, vers quelque chose de beaucoup plus calme, plus doux et plus respectueux.

Ce livre documentaire a été un projet, il est en train de se concrétiser et j'en suis extrêmement heureuse. Il s'inscrit dans la continuité de mon parcours, où main dans la main avec d'autres personnes je tente à mon échelle de valoriser la diversité naturelle des corps, de regagner du terrain face à la standardisation et d'oser être soi.



Roxane TURGON, Psychologue clinicienne & Docteure en psychologie

Mon intérêt pour l'image corporelle a commencé pendant ma thèse quand j'ai étudié le Body Project qui est un programme centré sur ce thème. Ce programme m'a permis de me rendre compte de la scission entre le mental et le corps qui est faite de manière générale et dans mes études de psychologie. Or le corps, notre corps, fait partie de nous. Il est une part de notre identité et pour certain.e.s il représente la première chose de nous qui est donnée à voir à autrui. C'est pourquoi depuis ma thèse, je m'informe et je me forme sur l'image corporelle et sur la façon d'accompagner les personnes pour qu'elles rassemblent leur mental et leur corps. C'est également une question qui m'interpelle personnellement dans la place que je donne à mon propre corps en tant que femme et dans la façon dont je me positionne face aux images qui me sont données à voir et aux injonctions que je m'efforce d'esquiver.



Shannon Creach

Photographe

Depuis l'enfance, l'art a toujours été un refuge et un langage pour moi. Après un parcours marqué par des troubles alimentaires, la photographie m'a appris à me dévoiler et à me réconcilier avec mon reflet. Elle s'est imposée comme un moyen de capturer le vivant, de transformer les émotions en images et d'explorer l'intime avec douceur.

La photographie est pour moi un outil précieux pour s'appropriier son corps, son identité, dévoiler sa puissance, célébrer son être, ses moments de vies et se dépouiller de ce que l'on ressent.

Je cherche sans cesse de nouvelles manières de révéler le beau, le vrai, le vivant et de sacraliser l'estime de soi.

Chaque séance photo devient une expérience unique et libératrice dans un cadre doux et bienveillant.



L'intention de l'interview :

L'interview sera menée par Zoé et Roxane.

Elle s'articulera autour d'un fil rouge :

« Comment as-tu développé ta relation à ton corps et à ton image dans une société où nous sommes surexposés à deux standards de beauté : la femme parfaite et l'homme parfait ? »

Nous invitons chaque participant·e à réfléchir en amont à son histoire personnelle et son vécu avec son corps.

L'entretien se déroulera dans un cadre bienveillant et confidentiel. Il prendra la forme d'un échange, sans attente de performance ni obligation de répondre à tout.

Afin de retranscrire vos mots, l'interview sera enregistrée en audio. Le témoignage sera ensuite rédigé, puis envoyé pour validation avant toute publication. Vous aurez la possibilité de modifier, ajuster ou retirer des éléments si nécessaire.

L'intention Photographique

Le but n'est pas de produire une image "parfaite" mais une image sincère, qui vous ressemble et dans laquelle vous vous reconnaissez.

- Les images sont créées ensemble
- Elles seront symboliques
- Elles respecteront le rythme et les limites du modèle
- Rien n'est imposé (par exemple, le nu est une possibilité mais pas une nécessité)
- Les photographies n'auront aucune retouche morphologique ni de modification esthétique du corps ou de la peau. Seuls des ajustements colorimétriques pourront être réalisés.

Qu'est-ce que mon corps à besoin d'exprimer ?

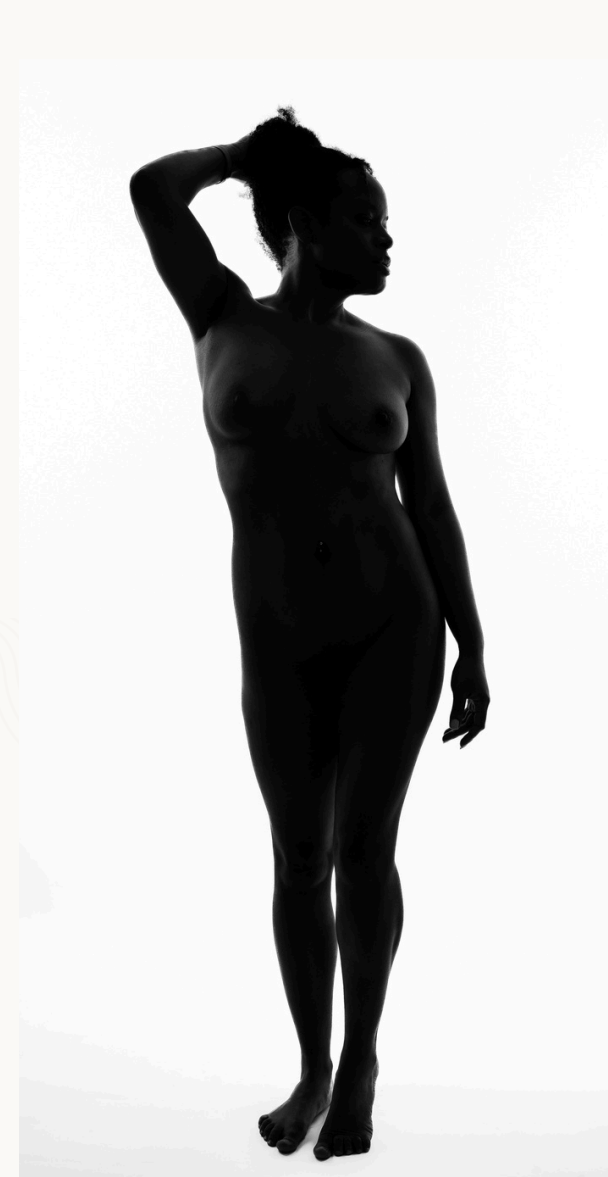
Qu'est-ce qu'il dit ?

Comment l'Art permet-il de mieux vivre avec ses peurs et ses émotions ? Comment poétiser ses troubles, ses joies et ses vécus ?



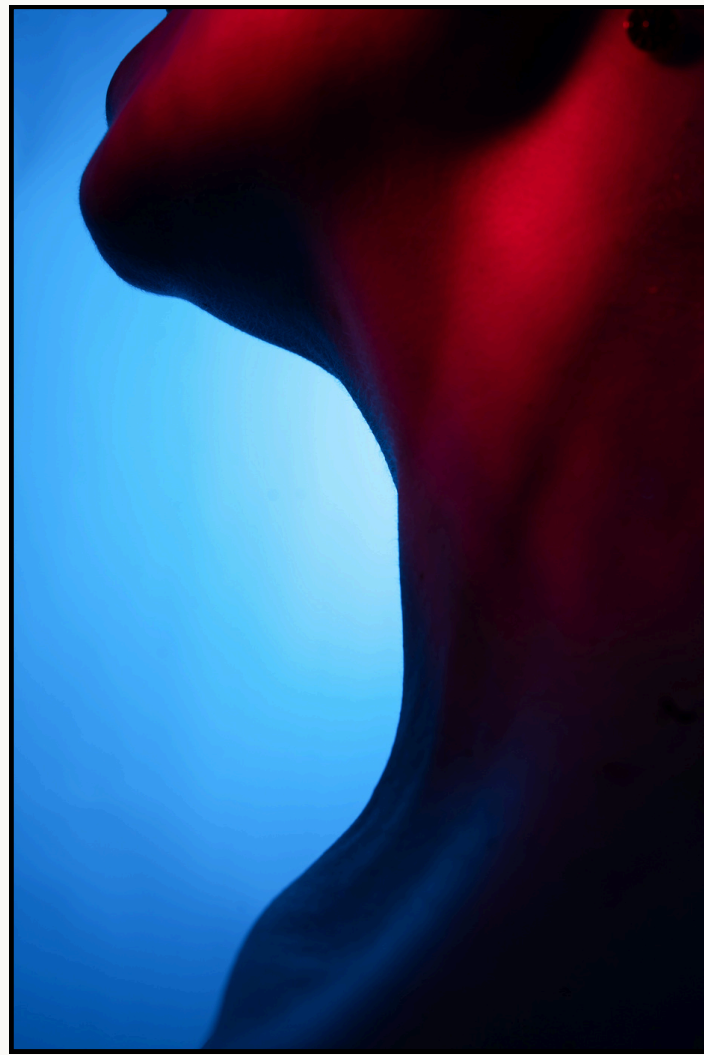
Les lieux

- À domicile
ambiance intime, personnelle, ancrée dans votre quotidien
- En extérieur
Lieu symbolique, nature, espace qui vous représente
- En studio (Palaiseau 91)
Mise en scène construite, minimaliste ou artistique.



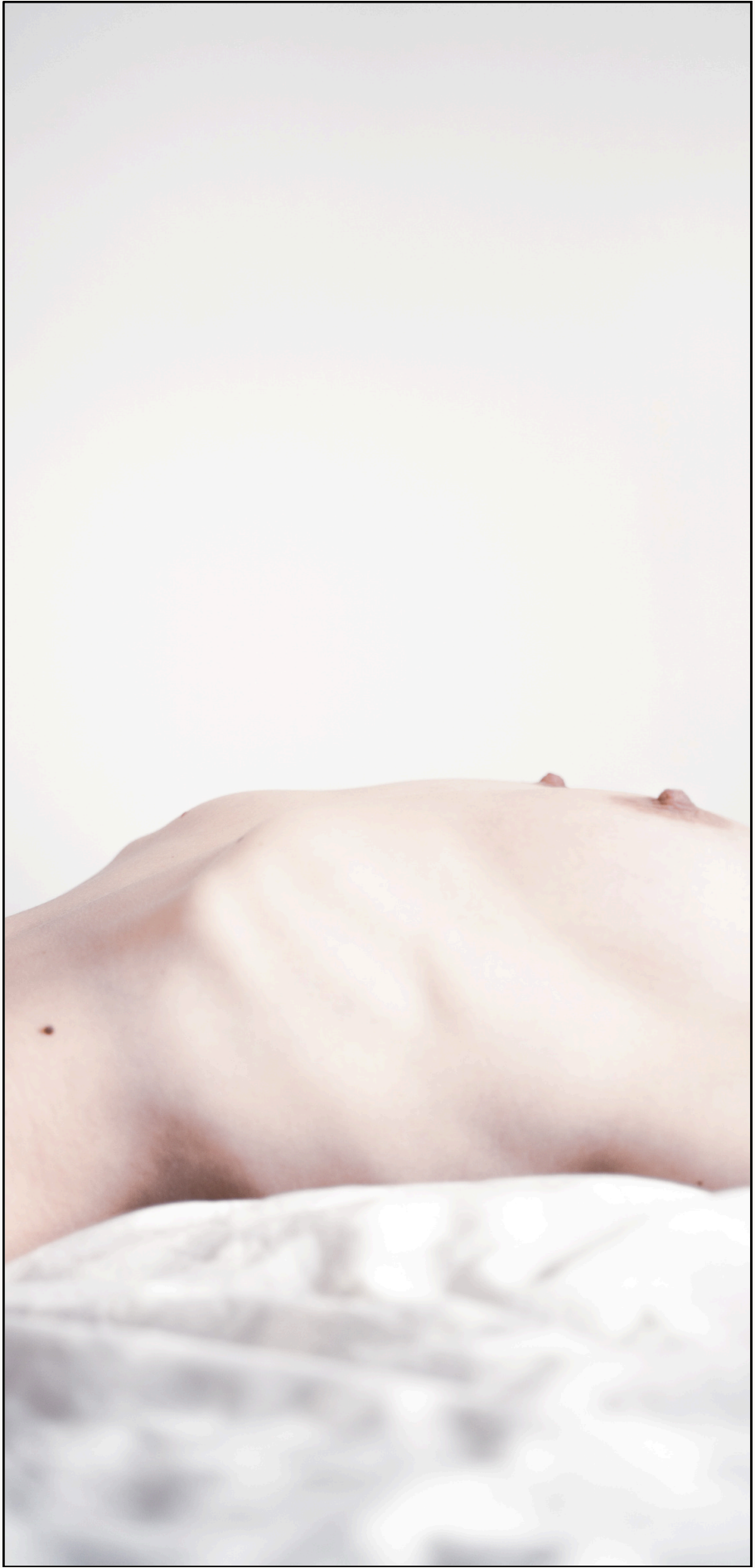
EN STUDIO



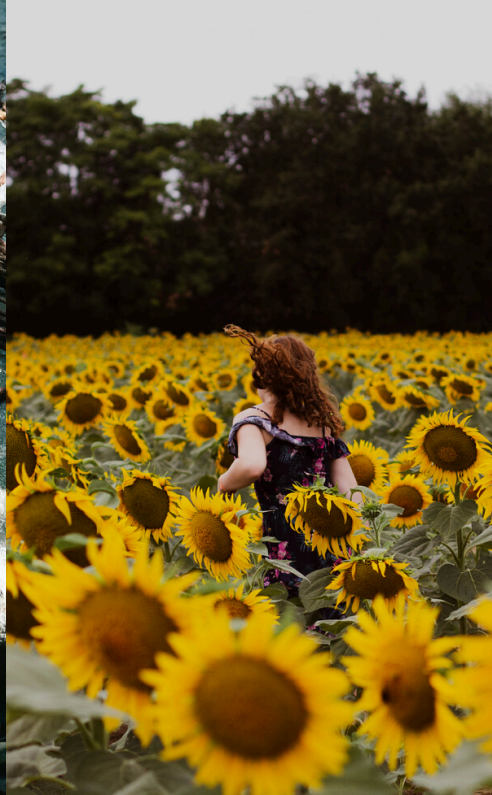
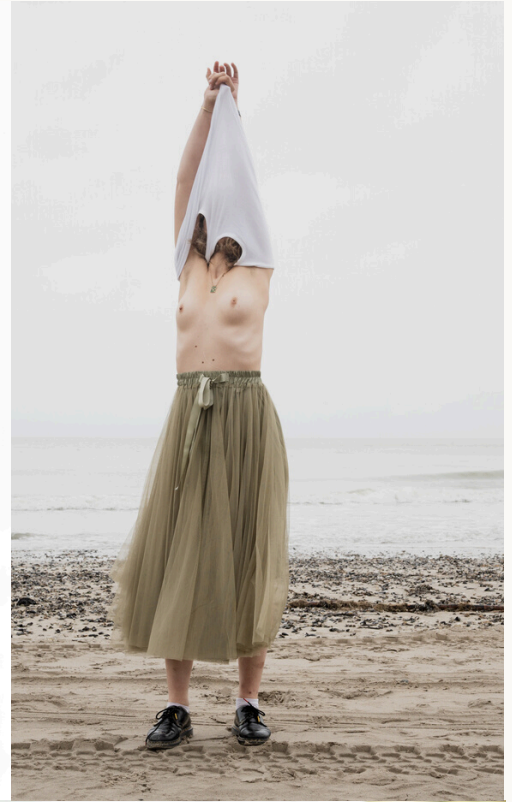


À DOMICILE





EN EXTÉRIEUR





À propos du corps et du dévoilement

Il n'y a aucune attente concernant ce que vous devez montrer ou non.

Ce projet accueille tous les corps, toutes les identités et toutes les expressions de genre.

Certaines personnes préfèrent rester habillées, d'autres explorent les sous-vêtements, le jeu des tissus, des fleurs, des ombres.

D'autres encore souhaitent expérimenter le nu, de manière subtile, cachée, affirmée ou symbolique.

Tout est possible.

Rien n'est obligatoire.

Votre ressenti peut évoluer pendant la séance, et nous nous adapterons toujours à ce qui est juste pour vous.

Déroulé de l'interview :

La rencontre se déroulera en deux temps.

Dans un premier temps, vous serez reçu·e seul·e par Zoé ou Roxane pour l'interview. Cet échange individuel permet de créer un espace confidentiel et authentique.

Dans un second temps, le shooting photo aura lieu avec Shannon, également en tête-à-tête. Ce moment sera dédié à la création d'images en lien avec votre témoignage, dans le respect de votre rythme et de vos limites.

Comment se déroule la séance :

- Temps d'échange en amont/ préparation du shooting et de l'interview avec Roxane, Zoé et Shannon ou seulement Shannon si vous ne ressentez pas le besoin d'en savoir plus sur le projet
- Durée du shooting (1h)
- Pré-sélection des photos par Shannon
- Sélection finale d'une à deux photos parmi la sélection proposés par Shannon

*Si possible, nous souhaiterions organiser les shooting et interview par groupe de 3 participant.es.

Un temps d'accueil collectif permettra de faire connaissance et de poser le cadre de la journée.

Ensuite, chacun.es passera à tour de rôle pour l'interview (en individuel) puis pour le shooting photo (également en individuel)