



RÉAPPROPRIATION DU CORPS ET DE LA SEXUALITÉ

Plan de cours — 15 semaines — Académie la Clairière

VCS-1001 — *Vindicatio Corporis Sexualitas*

Description du cours

Un cours-atelier de 15 semaines qui traverse la sociologie, la psychologie, la biologie et la création littéraire/artistique pour outiller la réappropriation du corps et de la sexualité. On alterne théorie, lecture d'œuvres et pratique créative. Le cours culmine dans la production d'un corpus personnel (texte et/ou image) présenté en colloque.

Formule pédagogique

Cours co-animé par **Catherine Clair** (angle psychologique/théorique : honte, anxiété, discours interne) et **Catherine Obscur** (angle incarné/créatif : désir, corps, écriture).

Pondération de l'évaluation

Évaluation	Semaine(s)	Pondération
Carnets réflexifs #1, #2 et #3 (notés)	Sem. 3, 10, 13	15 %
Travaux hebdomadaires (fiches de lecture, synthèses, fragments créatifs)	Sem. 2, 5, 6, 7, 9, 11	20 %
Devoir de mi-session (travail créatif « miette »)	Sem. 8	15 %
Participation et engagement (ateliers, débats, présence)	Continu	10 %
Projet final — corpus créatif (texte et/ou image)	Sem. 12, 14-15	20 %
Projet final — essai réflexif	Sem. 15	10 %
Présentation orale (colloque)	Sem. 15	10 %

Total : 100 %

Calendrier détaillé

Semaine 1 : Introduction, cadre, définir la réappropriation

Local — local-c045

Contenu — Présentation du cours, contrat pédagogique, distinction entre représentation et appropriation du corps.

Devoir — Exercice le corps et le miroir

Semaine 2 : Le regard sur son corps

Local — local-c090

Lecture — Michel Foucault, *Histoire de la sexualité I : La volonté de savoir* (extraits) ; Charlotte Perkins Gilman, *Le Papier peint jaune* (*The Yellow Wallpaper*) ; Mona Chollet, *Sorcières : la puissance invaincue des femmes*

Contenu — Le corps comme objet de pouvoir et de surveillance ; construction sociale du corps féminin ; la chasse aux sorcières et le « repos forcé » médical comme dispositifs de contrôle mis en regard avec Foucault.

Devoir — Fiche de lecture critique (1 page).

Semaine 3 : Honte, hypocondrie et kinks

Local — local-c045

Lecture — Sonya Renee Taylor, *The Body Is Not an Apology* (extraits) ; Alexie Morin, *Ouvrir son cœur*

Contenu — Origine de la honte corporelle, anxiété de performance, le corps comme site de jugement intériorisé. Morin ancre la théorie de Taylor dans l'autofiction québécoise (maladie, différence, honte enfantine). La conversation s'élargit à l'hypocondrie et aux kinks : nommer la honte liée aux pratiques et désirs sexuels, pas seulement à l'image corporelle.

Devoir — Carnet #1 (noté) — la honte.

Semaine 4 : Anatomie réelle de l'orgasme

Local — local-c045

Lecture — Emily Nagoski, *Come As You Are* (extraits) ; *Hysterical Litterature* (documentaire) ; *Sexe Oral* (extraits) ; *Au lit avec Anne-Marie* (extraits)

Contenu — Le cours est dédié à l'analyse de l'orgasme et du système de plaisir, chez l'homme comme chez la femme : anatomie réelle, mythes sur le désir, modèle du frein et de l'accélérateur.

Devoir — Documenter, par écrit, un orgasme qu'on se procure soi-même le soir, en s'appuyant sur une technique vue en cours.

Semaine 5 : Comment la masculinité et la sexualité de l'homme sont écrites

Local — local-c108

Lecture — Hélène Cixous, « Le Rire de la Méduse » ; Olivia Gazalé, *Le Mythe de la virilité : un piège pour les deux sexes* (extraits, Robert Laffont, 2017).

Œuvres à consulter — Auguste Rodin, *L'Âge d'airain* (bronze, 1877 — sculpture) ; Lucian Freud, portraits d'hommes nus (à partir des années 1990 — peinture) ; *Moonlight*, film de Barry Jenkins (2016) ; « Fille de personne II », chanson d'Hubert Lenoir (album *Darlène*, 2018).

Contenu — Écrire à partir du corps plutôt que de l'idée ; l'écriture-corps. Cette semaine renverse la focale : on regarde comment la sexualité et le corps de l'homme sont écrits, en écho à la semaine suivante qui aborde comment la femme est souvent écrite comme objet sexuel. Comment, à l'inverse, l'homme est-il utilisé dans le sexe et dans le texte?

Devoir — Fragment créatif qui part du corps avant de partir du sens.

Semaine 6 : Théories féministes contemporaines

Local — Auditorium

Animation — Panel avec invitées à confirmer

Lecture — Virginie Despentes, *King Kong Théorie* ; Judith Butler, *Trouble dans le genre* (extraits) ; Mona Chollet, *Réinventer l'amour : comment le patriarcat sabote les relations hétérosexuelles* ; Mona Awad, *Lapin*

Contenu — Le corps comme performance ; la sexualité comme terrain politique ; le patriarcat logé jusque dans l'amour hétérosexuel ; Lapin comme fiction-laboratoire de la conformité et de la violence féminines entre pairs.

Devoir — Débat en petits groupes + synthèse écrite (1 page).

Semaine 7 : Le corps comme véhicule, non comme personnage

Local — local-c090

Lecture — Nelly Arcan, *Putain* ; Nelly Arcan, *Folle* ; Annie Ernaux, *Passion simple* (extraits) ; Neige Sinno, *Triste Tigre*

Contenu — Dire le corps qui souffre, qui désire, qui se raconte. La fiction de soi. Folle prolonge Putain du côté de l'adresse épistolaire à l'amant ; Triste Tigre ouvre la question du récit d'inceste et de ses limites littéraires. Dans l'autofiction, le corps n'est pas le personnage principal mais un vecteur : on écrit à partir de son corps et de son histoire pour avancer, pour créer, jamais l'inverse.

Devoir — Fiche comparative Arcan / Ernaux / Sinno.

Semaine 8 : Semaine pratique — Chasse aux miettes

Local — Hors-site (lieu au choix de chacun·e)

Contenu — Atelier intensif de création collective. Aucune nouvelle matière : tout le monde se rend dans un lieu de son choix pour y récolter des « miettes » de corps et d'observations, de fragments, de gens croisés.

Devoir — Remise du devoir de mi-session : un travail créatif (medium au choix) sur les concepts appris dans les semaines précédentes, inspiré du lieu et des gens observés.

Semaine 9 : La poésie du corps

Local — Auditorium

Animation — Panel avec invitées à confirmer

Lecture — Marie Uguay, poèmes choisis ; Denise Desautels, *Un livre de Kafka à la main* (extraits) ; Catherine Morency, *Le jour survit à sa chute* ; Natalie-Ann Roy, *Jouissive* et *Indécente* (extraits)

Contenu — Corps malade, corps désirant, poésie intimiste québécoise ; le recueil de Morency ajoute la douleur, la violence conjugale et le deuil comme matière poétique contemporaine. Le cours remonte cette année aux origines du trauma intergénérationnel : le regard que tes parents portent sur leur corps, et comment ce regard a façonné ton propre rapport à ton corps et à ta sexualité. On y nomme le discours interne négatif, le discours intergénérationnel et le tabou de la sexualité. On cherche les vrais mots, ceux qu'on utilise (ou qu'on évite) pour parler de son corps.

Devoir — Nommer les mots (les tiens, ceux de ta mère) utilisés pour parler de ton corps, et écrire ce qu'ils t'ont transmis.

Semaine 10 : La romance, l'érotique et le pornographique

Local — local-c090

Lecture — Audre Lorde, « Uses of the Erotic: The Erotic as Power » ; Bell Hooks, *À propos d'amour* ; Suzanne Jacob, *Parlez-moi d'amour*

Contenu — Distinguer la romance, l'érotique et le pornographique et nuancer la conversation entre les trois : la romance va au-delà du cœur, l'érotique va au-delà du sexe, et la pornographie peut elle aussi être un vecteur de créativité incroyable. Hooks et Jacob élargissent la réflexion de Lorde à l'amour comme pratique et comme discours.

Devoir — Carnet #2 (noté) — où sens-tu ta puissance érotique, au sens de Lorde, hors du lit.

Semaine 11 : Normes de beauté

Local — local-c090

Lecture — Sabrina Strings, *Fearing the Black Body* ; Naomi Wolf, *The Beauty Myth* (extraits)

Contenu — Construction historique et raciale des normes corporelles ; le mythe de la beauté comme outil de contrôle. On évalue ce que « beau corps » veut dire à travers les siècles et les mediums : théâtre, cinéma, peinture, photographie, télévision, magazines.

Devoir — Retracer l'origine d'une norme de beauté tenue pour « naturelle ».

Semaine 12 : Représentation visuelle du corps

Local — local-c108

Lecture — Œuvres de Francesca Woodman, Jenny Saville, Nan Goldin ; Annie Ernaux et Marc Marie, *L'usage de la photo* ; Sophie Calle (*Douleur exquise, Prenez soin de vous*), Geneviève Cadieux (*La Fêlure, au cœur des corps*, 1990)

Contenu — Photographie et autoportrait comme outils de réappropriation ; L'usage de la photo comme dialogue texte/image sur le désir et la maladie ; Sophie Calle comme troisième pôle, où le protocole, l'enquête et la mise en scène de soi brouillent la frontière entre vécu et œuvre. On reprend les autoportraits déjà réalisés dans *Ode à Catherine(s)* pour analyser le discours interne négatif, l'estime de soi et le stress amoureux.

Devoir — Amorcer la production visuelle du projet final.

Devoir (complément) — Documenter en autoportrait, chaque jour pendant une semaine, avec un texte d'accompagnement.

Semaine 13 : Corps et capitalisme

Local — local-c090

Lecture — Silvia Federici, *Caliban and the Witch* (extraits) ; Rachel Reid, *Heated Rivalry*

Contenu — Le corps productif, la charge mentale, le lien entre performance sexuelle et performance économique ; le sport professionnel comme cas limite où corps, désir caché et rentabilité économique s'entremêlent. On documente aussi les autres formes contemporaines de monétisation du corps et du désir : vente de sous-vêtements usagés, livres érotiques, smut, fanfiction, eau de bain en vente, OnlyFans, le concept de « good girl », le « book boyfriend », etc.

Devoir — Carnet #3 (noté) — le corps

Semaine 14 : Atelier de création intensif — le corpus final

Local — local-c108

Contenu — Laboratoire d'écriture/création, accompagnement individuel.

Devoir — Avancer significativement le projet final.

Semaine 15 : Colloque de fin de session

Local — Auditorium

Contenu — Présentations orales (10-15 min chacune), bilan collectif, diplômes remis en direct.

Devoir — Remise du projet final complet (corpus créatif + essai réflexif).

Bibliographie

Sociologie

Foucault, Michel. *Histoire de la sexualité I : La volonté de savoir*. Gallimard, 1976.

Federici, Silvia. *Caliban and the Witch: Women, the Body and Primitive Accumulation*. Autonomedia, 2004.

Strings, Sabrina. *Fearing the Black Body: The Racial Origins of Fat Phobia*. NYU Press, 2019.

Wolf, Naomi. *The Beauty Myth*. William Morrow, 1990.

Gilman, Charlotte Perkins. *The Yellow Wallpaper*. 1892. (trad. *Le Papier peint jaune*)

Chollet, Mona. *Sorcières : la puissance invaincue des femmes*. Zones/La Découverte, 2018. (trad. angl. *In Defense of Witches*, St. Martin's Press, 2022)

Psychologie

Taylor, Sonya Renee. *The Body Is Not an Apology: The Power of Radical Self-Love*. Berrett-Koehler, 2018 (2e éd. 2021).

Gay, Roxane. *Hunger: A Memoir of (My) Body*. Harper, 2017.

Morin, Alexie. *Ouvrir son cœur*. Le Quartanier, 2019.

Biologie et sexologie

Nagoski, Emily. *Come As You Are: The Surprising New Science That Will Transform Your Sex Life*. Simon & Schuster, 2015 (éd. révisée 2021).

Roach, Mary. *Bonk: The Curious Coupling of Science and Sex*. W.W. Norton, 2008.

Littérature et autofiction

Arcan, Nelly. *Putain*. Seuil, 2001.

Arcan, Nelly. *Folle*. Seuil, 2004.

Ernaux, Annie. *Passion simple*. Gallimard, 1991.

Ernaux, Annie. *Mémoire de fille*. Gallimard, 2016.

Despentès, Virginie. *King Kong Théorie*. Grasset, 2006.

Sinno, Neige. *Triste tigre*. P.O.L, 2023.

Fiction et genres populaires

Awad, Mona. *Lapin*. Trad. Marie Frankland. Québec Amérique, 2021. (titre original : *Bunny*, Viking, 2019)

Reid, Rachel. *Heated Rivalry*. Carina Press, 2019.

Théorie féministe

Cixous, Hélène. « Le Rire de la Méduse ». *L'Arc*, 1975.

Butler, Judith. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. Routledge, 1990. (trad. *Trouble dans le genre*)

Lorde, Audre. « Uses of the Erotic: The Erotic as Power ». Discours 1978, publié dans *Sister Outsider*, 1984.

Gazalé, Olivia. *Le Mythe de la virilité : un piège pour les deux sexes*. Robert Laffont, 2017.

Amour et politique du couple

Hooks, Bell. *À propos d'amour*. Éditions Divergences, 2022. (titre original : *All About Love: New Visions*, William Morrow, 2000)

Chollet, Mona. *Réinventer l'amour : comment le patriarcat sabote les relations hétérosexuelles*. Zones/La Découverte, 2021.

Jacob, Suzanne. *Parlez-moi d'amour*. Boréal, 1998.

Poésie québécoise

Uguay, Marie. *Poèmes*. Boréal, 2005 (éd. posthume).

Uguay, Marie. *Journal*. Boréal, 2005 (éd. posthume, dir. Jean Royer).

Desautels, Denise. *Un livre de Kafka à la main*. Éditions du Noroît, 1987.

Morency, Catherine. *Le jour survit à sa chute*. Le Lézard amoureux, 2022.

Roy, Natalie-Ann. *Jouissive*. Québec Amérique, 2024.

Roy, Natalie-Ann. *Indécente*. Québec Amérique, 2026.

Arts visuels (à consulter en images)

Woodman, Francesca. *Photographies*, corpus 1972-1981.

Saville, Jenny. *Peintures du corps*, à partir des années 1990.

Goldin, Nan. *The Ballad of Sexual Dependency*. 1986.

Ernaux, Annie, et Marc Marie. *L'usage de la photo*. Gallimard, 2005.

Calle, Sophie. *Douleur exquise*. Actes Sud, 2003.

Calle, Sophie. *Prenez soin de vous*. Actes Sud, 2007.

Cadieux, Geneviève. *La Fêlure, au chœur des corps*. 1990. Triptyque photographique, MNBAQ.

Rodin, Auguste. *L'Âge d'airain*. 1877. Bronze.

Détails administratifs de l'Académie

Crédits — 9 crédits

Cote R — maximum 50

Colloque — Semaine 15