



Education Affective Relationnelle et Sexuelle

Interventions proposées aux établissements scolaires

Equipe CLER Amour et Famille de Toulouse

www.cler-toulouse.fr

Amélie LAURENT, éducatrice à la vie : 07 83 76 29 05

Hélène BARBIER, éducatrice à la vie : 06 82 23 88 26

Siège : 65 boulevard de Clichy – 75009 Paris – 01 48 74 87 60

www.cler.net

Etablissement d'information, de consultation ou de conseil familial. Association nationale de jeunesse et d'éducation populaire, reconnue d'utilité publique.

Siret : 775 664 709 000 34 – Organisme de formation 11 75 007 18 75

Extrait du site du CLER Amour et Famille :

« L'Education Affective Relationnelle et Sexuelle est un temps privilégié d'échange entre les jeunes et un adulte spécialement formé sur ce sujet délicat. Un temps de réflexion et de sensibilisation aux notions de respect et de responsabilité. Un temps pour les aider à identifier leurs aspirations profondes et devenir pleinement acteurs de leur vie affective. »

Notre rôle d'éducatrice est :

*de les **ECOUTER**, les accueillir tels qu'ils sont, favoriser les échanges, faire émerger leurs questions et leurs questionnements.*

*de les **INFORMER**, compléter l'apport des parents, des enseignants, des éducateurs.*

*de **PREVENIR** les violences, les abus sexuels, le harcèlement sexuel.*

*de les **FAIRE REFLECHIR**, éveiller leur esprit critique sur les messages médiatiques, positiver leur vision du corps et de l'amour humain, les responsabiliser, les sensibiliser à la vie.*

*de les **AIDER A SE CONSTRUIRE** en associant la dimension préventive à la dimension éducative, les inciter à la confiance, développer leur estime de soi, favoriser leurs compétences relationnelles, les aider dans la recherche de sens à leur vie.*

Classe de CM2 : deux séances non mixtes de 1h30

1. Apprendre à m'émerveiller de la nature ; de mon corps qui grandit

- Repérer le beau autour de soi, s'émerveiller.

La nature est belle, il faut la préserver, le corps humain est beau, il faut le respecter.

- J'identifie mes émotions et mes sentiments : qu'est ce que j'en fais ?
- Je prends conscience des 3 grandes dimensions qui font l'unité de ma personne.

Mon Cœur : j'apprends à reconnaître mes émotions, agréables ou non, et à les exprimer.

Mon Corps : j'ai des pulsions, des besoins, des sensations ; j'agis, je réagis à mes émotions.

Mon Cerveau, c'est ma conscience. Je choisis, je décide, je réfléchis, j'utilise la parole.. pour contrôler mes émotions, prendre soin de mon corps, respecter mon environnement.

- Si je suis en accord avec mes 3 C, alors je suis dans le respect de moi même et des autres.

2. En marche vers la puberté

- Identifier les transformations du corps chez les garçons et chez les filles et se préparer à les accueillir.
- Les organes génitaux : anatomie et physiologie simplifiée
- Le sens de la puberté : pouvoir donner et accueillir la vie
- La fécondation, la grossesse et la naissance du bébé.

3. Apprendre à aimer

- L'amour se construit. Dans ma famille, avec mes amis...L'importance de l'amitié.
- La notion de consentement.

Possibilité de passer les DVD :

« l'Odyssée de la vie » un film de Nils Tavernier.

« le bonheur de la vie » de Jacques Rémy Girerd.

Classe de 6e : deux séances non mixtes de 1h30

1) J'apprends à connaître et à aimer mon corps, il mérite respect, le corps de l'autre aussi.

- éveiller à la beauté du corps humain
- identifier les changements du corps à la puberté
- sens de la puberté : pouvoir donner et accueillir la vie
- les organes génitaux masculins et féminins et leur fonctionnement
- La fécondation, la grossesse et la naissance du bébé.

2) Je me prépare à aimer

- Découvrir l'unité de la personne humaine : les 3 C

notre Corps que nous avons appris à découvrir et qu'il faut apprendre à soigner, protéger, faire grandir (j'agis, je réagis)

notre Cœur capable d'émotions, de sentiments, de tendresse (je ressens)

notre Cerveau qui me permet de réfléchir, de se contrôler, de choisir.

- J'accueille mes émotions, j'apprends à me contrôler, je suis responsable de la manière dont je réagis

- L'amour se construit :

Vivre les valeurs de l'amitié pour me préparer à aimer

- Respect de l'autre / sens de la relation.
- Quelle attitude face à des choix ? Apprendre à dire des vrais OUI, des vrais NON.
- La notion de consentement.

Classe de 5 e : deux séances non mixtes de 1h30

1) La puberté et l'adolescence

- La puberté : rappel sur les changements du corps humain. Beauté du corps dont les transformations sont tournées vers la vie.
- L'adolescence : expliquer sa fonction dans la croissance de l'être humain. Resituer l'adolescence dans une dynamique de vie. L'adolescence est utile et bonne.
- Les besoins de l'adolescent.
- Vivre l'adolescence :
Les 3 couches de la personnalité : le look, la carapace, l'envie d'aimer et d'être aimé
- la pression du groupe
- les relations conflictuelles avec les parents, les amis

2) La connaissance de soi

- La personne humaine : les 3C
Corps : pulsions, besoins, sensations
Coeur : émotions, sentiments,
Cerveau : Anticipation, discernement, parole, maîtrise, projets, imagination
- Les émotions : repérer les principales émotions, expliquer la fonction des émotions.
Les émotions ne sont ni bonnes ni mauvaises, ce sont des signaux. Que puis-je en faire ?
La violence, échec de la colère.
- L'estime de soi comme socle relationnel.
- La notion de pudeur, l'intimité du corps et du cœur

Le corps objet : prostitution, viol, pornographie : les atteintes à la pudeur.

La présence et le sens de la loi.

4^e : deux séances non mixtes de 1h30

Pré-requis : le cours de SVT (contraception – IST)

Adolescent qui suis-je ?

- Mon corps change et ses transformations sont tournées vers la vie
- Différences garçon/fille (physiologiques, psychologiques, maturité...)
- La pudeur, l'intimité
- Il n'y a pas que mon corps qui change ... Différences entre puberté et adolescence
- Conséquences sur les relations avec les parents et l'entourage...
- Savoir dire NON : rester libre face à la pression du look et du groupe ?
- Identifier ses sentiments, ses besoins, trouver une écoute
- Le respect de soi et de l'autre
- La relation à l'autre

Les relations affectives

- L'amitié, comment l'établir et la consolider
- Les gestes, la parole et le temps dans les relations amoureuses
- Découverte de ce qu'évoque pour chacun les mots affectivité et sexualité (le corps, le cœur et le cerveau)
- De la pulsion à la relation
- Sexualité et médias : représentations subies ou choisies ?... comment se situer ? La pornographie
- La présence et le sens de la loi
- Différence entre le sentiment amoureux et l'amour
- Sens et implications d'une première relation sexuelle
- Se sentir responsable

3e : deux séances non mixtes de 1h30

Bien-être – Mal-être à l'adolescence

- Puberté, adolescence et changements
- Ambiguïté des désirs
- Quelles attitudes face aux modes et à la pression du groupe ?
- Comment faire mes choix ? Quel sens ont-ils ?
- Attitudes face aux conduites à risques – dangers de l'addiction - Savoir dire NON : rester libre
- Sexualité et médias : représentations subies ou choisies.. Comment se situer ?
- La pornographie (ses raisons, ses représentations, ses risques)
- La présence et le sens de la loi

Connaissance de soi et estime de soi

- Apprendre à se connaître pour vivre ma relation l'autre.
- Les bases d'une bonne communication
- Les différences garçons/filles

Affectivité et Sexualité

- L'amitié et ses richesses
- De l'amitié à l'amour
- Besoin d'aimer et d'être aimé : profondément humain.
- La recherche de l'autre : attirances, peurs, premiers pas.
- Etre amoureux à l'adolescence : le dire ? Sortir ensemble ? Et les parents ? Qu'est ce que moi je veux vivre ?
- Coup de cœur, coup de foudre, rupture : on a le droit de se tromper et on apprend de ses erreurs
- Suivre ses envies ou apprendre à discerner ce qui est bon pour moi et pour l'autre ?
- Sens et implication d'une première relation sexuelle, pour le jeune homme, pour la jeune fille : grossesse non désirée : attitudes et conséquences possibles
- Se sentir responsable : contraception, se prémunir des IST et du SIDA
- La première fois et toutes les questions qu'elle suscite.
- Les gestes de l'amour - «*Tout paraît possible, mais tout m'est-il profitable ?*» et profitable à l'autre ? => Notion de respect des corps et des cœurs
- L'amour, ça se construit : de l'attirance à l'amour vrai ... quelles étapes ?

2de : deux séances mixtes de 1h30 ou 2h

Première séance : au lycée, trouver ma place

- Connaissance de soi : j'ose dire mes sentiments et j'identifie mes besoins, j'ose m'affirmer.
- Donner du sens à ma relation à l'autre, en amitié comme en amour.
- Apprendre à découvrir et à accueillir les différences garçons /filles
- Prévention du mal être à l'adolescence : quelles sont mes valeurs, mes failles, mon histoire ? On a le droit de se tromper et on apprend de ses erreurs.
- Prévention des conduites à risques – les addictions, leurs dangers
- Savoir dire non- rester libre face aux pressions du groupe.
- La présence et le sens de la loi.

Deuxième séance : amour et sexualité

- Travail sur mes désirs et mes peurs, mes motivations et mes attentes
- Quel sens je souhaite donner à la relation sexuelle ?
- Comment vivre des relations amoureuses responsables : contraception et prévention IST et SIDA.
- Attitudes possibles face à une grossesse non désirée, conséquences possibles.
- L'unité de la personne : « aimer engage la personne tout entière » Les 3 dimensions de la sexualité.
- Qu'est ce qu'aimer ? Réflexion sur les grandes questions autour de l'amour et du sentiment amoureux.
- Qu'est ce qu'un amour durable et comment le construire ? Ce que cela représente pour moi, mes aspirations ; les choix que cela implique dans ma vie.
- Quand je dis oui, à quoi je dis oui ; quand je dis non, à quoi je dis non.

Premières / Terminales : 2 séances mixtes de 2 heures

Première séance : oser se tourner vers l'avenir

- Qu'est ce qu'être adulte ?
- Prévention du mal être de l'adolescence : quelles sont mes valeurs, mes failles, mon histoire ? Sortir du tout blanc ou du tout noir : on a le droit de se tromper et on apprend de ses erreurs
- Ma position face aux conduites à risques- les dangers de l'addictio,
- Savoir dire non, rester libre
- La présence et le sens de la loi
- Mes projets d'avenir : apprendre à me connaître, identifier mes ressources
- Mes rêves d'avenir : de quel bonheur je rêve ?
- De quels engagements aurais je envie ?
- Se sentir responsable par la prise en compte de soi et de l'autre : sens de la relation sexuelle, regard sur sa finalité, ses conséquences possibles pour moi et pour l'autre, pour moi quand débute la vie ? Quelles responsabilités et attitudes choisir (contrception, prévention, Sida, IST.

Deuxième séance : quel amour et quelle sexualité ai-je envie de vivre ?

- Qu'est ce qu'être un homme ? Qu'est ce qu'être une femme ?
- D'où me vient cette envie d'aimer et d'être aimé ?
- Qu'est ce qu'aimer ?
- Les cinq grands rêves de l'amour
- Se préparer à l'amour adulte : qu'est ce qu'un amour qui dure ? Quelle place peut y prendre la sexualité ? Comment le construire ?
- M'engager en amour ? Qu'est ce que cela représente pour moi ?

Deux propositions de conférences pour les lycéens :

Les addictions, moi et les autres

Les différentes addictions, qu'est ce que l'addiction, comment se met elle en place ?

Les conséquences sur moi, sur mes relations avec les autres.

Comment se libérer de l'addiction ?

Apprendre à aimer

Qu'est ce qu'aimer ?

L'amour, ça se construit : différencier l'amitié, le sentiment amoureux, l'amour.

L'amour, une réalité fabuleuse au confluent de 5 grands désirs.

L'amour peut-il durer ? Quel engagement ?

Modalités

- Participation financière : 60 euros par groupe de 1 heure 30 pour une intervention en EARS.
200 euros pour une conférence de deux heures pour les lycéens.
- Une réunion de parents est souhaitable, elle permet de leur présenter notre travail et d'aborder le sujet de l'éducation affective relationnelle et sexuelle avec leurs enfants.
- Un point écoute est possible sur le temps de pause du midi : 40 euros/heure.
- Afin de permettre aux jeunes un plus grand respect de leur intimité, la présence des professeurs lors de l'intervention n'est pas souhaitable.
- A la fin de la séance, chaque jeune répond de manière personnelle et anonyme à un questionnaire-bilan.
- Un bilan général écrit est envoyé à l'établissement reprenant l'ambiance, les thèmes abordés et les commentaires des jeunes pour chaque groupe.