

*Programme d'éducation à la vie
affective et sexuelle*



Étape FA

Finalisée après expérimentation

*Destinée aux Adolescents
de 13 à 15 ans*

*I.M.E.
Léon Doudard*



11, rue d'Ernée- B.P.7—53220 Montaudin
tel: 02.43.05.33.26—Fax: 02.43.05.42.49
Courriel: apeino53ime@wanadoo.fr

Programme d'éducation à la vie affective et sexuelle / Étape Fa

2

1 ^{ère} séance - Présentation.....	2
2 ^{ème} Séance - Le cadre.....	2
3 ^{ème} Séance - Les émotions (1).....	2
4 ^{ème} Séance - Les émotions (2).....	2
5 ^{ème} Séance - Les changements du corps	2
6 ^{ème} Séance - La puberté masculine.....	2
7 ^{ème} Séance - La puberté féminine	2
8 ^{ème} Séance - Vie affective (1).....	2
9 ^{ème} Séance - Vie affective (2).....	2
10 ^{ème} Séance - Conclusion.....	2

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°

Étape du Programme : Fa

1^{ère} Séance

Présentation

3

Objectifs de la séance :

- Créer une cohérence de groupe.
- Se présenter (adultes et adolescents)
- Faire connaissance
- Permettre aux adolescents de s'approprier ce temps de parole.

Accueil des adolescents : (5 minutes)

On invite les adolescents à s'asseoir autour de la table.

1^{ère} étape : (10 minutes) Se présenter

Le bâton de parole est introduit : Le bâton circule dans le groupe, celui qui le tient a la parole, les autres l'écoutent. Les adultes soutiennent la parole de l'adolescent. L'adulte commence.

1^{er} tour : Chacun se présente en donnant son prénom. Les adultes en disent un peu plus, ils précisent leur position vis à vis des adolescents présents.

2^{ème} tour : « Qu'est ce que tu aimes faire en dehors de l'I.M.E ? »

3^{ème} tour : « Quel est ton chanteur, ta star, ton musicien préféré ? »

4^{ème} tour : « Que préfères-tu manger ? »

2^{ème} étape : (10 minutes) Présenter le contenu des séances et le sens de ce groupe

1/ Présentation générale : Il s'agit de transmettre aux adolescents le sens global de notre travail puis d'une présentation orale de ce que nous allons faire avec eux :

« *On va se retrouver plusieurs fois pour :*

- Aborder les choses de la vie ;
- Les relations avec les autres : Si je fais attention aux autres...
- La question des sentiments : comment on est avec les autres...
- Ce que l'on ressent : qu'est ce que je ressens à l'intérieur de moi quand je suis avec quelqu'un, si j'aime être avec les autres, si ça me fait du bien d'être avec l'autre... ».
- Transmettre l'idée qu'ils ne sont plus des enfants mais des adolescents, qu'il y a des choses qui changent dans leurs têtes (leurs idées, leurs pensées, leurs désirs), mais aussi dans leurs corps (transformations morphologiques et biologiques) parce qu'ils deviennent des adultes.

2/ Explication des supports :

Il s'agit de leur préciser quels supports nous allons utiliser pour aborder ces différents thèmes : « *Pour cela, on va se raconter des histoires, faire différents jeux, du théâtre, du dessin...mais le but des séances, ce n'est pas le jeu en soi. On ne vient pas ici seulement pour jouer. C'est un espace qui vous appartient.* »

4

3^{ème} étape : (35 minutes) Introduction du calendrier des 10 séances

1/ On dispose, sur la table, un cadran ayant 10 emplacements pour chacune des boîtes à camembert. Les adolescents décorent le fond des boîtes avec de la peinture, elles sont ensuite collées sur le cadran (permet de fixer visuellement les séances dans le temps). On leur présente des étiquettes ayant les dates et les numéros des séances. Celles-ci sont collées dans le fond des boîtes peintes. Chaque boîte symbolise une séance.

2/ Les couvercles des boîtes serviront de mémoire à la séance, ils seront illustrés d'une image représentative de la séance. On colle la bande avec les prénoms des participants du groupe sur l'épaisseur de la boîte.

Conclusion : on recouvre le couvercle du jour avec l'image mémoire de la séance représentant un chanteur et un plat. On propose à celui qui a peint la boîte de mettre le couvercle mémoire. Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* »

Matériel

Bâton de parole (en tissu bleu)
Cadran (Planche de contre-plaqué)
Boîtes de camembert
10 étiquettes autocollantes avec les dates des séances.

Peinture, blouses et pinceaux.
Couvercle mémoire représentant un chanteur et un plat.
10 bandes avec tous les prénoms des participants du groupe.

Groupe concerné : 13 à 15 ans
Étape du Programme : Fa

Module n°

2^{ème} Séance

Le cadre

5

Objectifs de la séance :

- Présenter les règles du groupe et le cadre relationnel des séances
- Respect de soi, de l'autre et du groupe
 - Confidentialité
 - Non jugement
 - Droit à l'erreur avec réparation

Accueil des adolescents : (10 minutes)

Lorsque les adolescents arrivent, on se place autour de la table (pas d'obligation de reprendre la même place !) - *Bonjour* et salutations - Un adulte a en main le ***bâton de Parole***.

Sur le cadran, le deuxième jour est indiqué en tournant la flèche (Fait par celui qui a peint la boîte du jour).

Puis il est proposé un tour de libre parole en utilisant le ***bâton de Parole***. (Silence accepté)

Le thème de la séance est annoncé. « *Aujourd'hui, nous allons parler des règles de fonctionnement pour ce groupe, que nous (les adultes) vous proposons, afin de faciliter la confiance et les échanges.* » Le respect de soi, Le respect de l'autre, Le respect du groupe, La confidentialité, Le non-jugement, et Le droit à l'erreur avec la possibilité de réparer.

1^{ère} étape : (25 minutes)

« Nous avons créé un puzzle pour représenter notre groupe »

1) **Respect de soi** : Au départ, le puzzle n'est pas fait. Chaque ado reçoit une pièce du puzzle représentant un personnage. On demande aux jeunes, s'ils sont d'accord pour utiliser leur photo. Chacun va pouvoir ensuite personnaliser son morceau de puzzle c'est-à-dire le personnage pré dessiné qui va le représenter : (Collage de la photo du visage). « *Chacun a sa place dans le groupe, chacun est différent.* »

Temps d'expression : Les ados réagissent à leur photo etc....

Autre élément du "Respect de soi" : Nous expliquons aux jeunes qu'un coin est aménagé pour pouvoir se mettre à part, et ne pas se sentir obligé de participer (à un moment de la séance). Ils peuvent nous signifier leur besoin d'un temps à part, cela doit être autant que possible verbalisé, ou signalé. « *Le coin n'est pas une punition. C'est le coin du respect de soi (toujours au même endroit). Au calme, seul.* »

2) **Respect de l'autre** : Les adolescents sont invités à se mettre 2 par 2. « Vous allez dessiner la couleur du pull et du pantalon de votre binôme ». « **Proposer, ne pas imposer** » celui qui est colorié peut suggérer à l'autre des choses dont il a envie.

3) **Respect du groupe** : On assemble le puzzle pour signifier la constitution du groupe. Chacun prend sa place, chacun donne sa place à l'autre, chacun est attentif pour que le groupe puisse faire des choses ensemble.
Ce support restera dans la salle au long des séances.

6

2^{ème} étape (10 minutes) Non jugement, droit à l'erreur et réparation

« *Le non jugement, c'est ne pas se moquer des autres (ne pas rire ni se moquer de ce qu'ils font ni de ce qu'ils disent). Parfois, on peut rire parce que l'on est gêné. Mais il est nécessaire de s'excuser* » « Je ne fais pas à l'autre ce que je n'aime pas qu'on me fasse » - Réciprocité

→ Nous allons jouer au jeu du «j'aime - j'aime pas» en parlant de 4 situations

Chacun reçoit deux cartons un Vert - un Rouge « *C'est comme les feux de circulation* » (Carton V = J'aime - et Carton R= je n'aime pas)

1^{ère} situation : « *Quelqu'un te dit que tu n'es pas beau ou pas belle - tu aimes ou tu n'aimes pas ?* » **Dans les séances nous allons éviter de dire des choses comme cela**

2^e situation : « *Je pleure parce que j'ai très peur. Un autre se moque de moi - j'aime - j'aime pas ?* » **Dans les séances, nous allons éviter les moqueries**

3^e situation : « *"Quelqu'un veut passer, et me pousse - j'aime - j'aime pas ?"* » **Dans les séances, nous allons éviter ce genre de gestes**

4^e situation : « *"Quelqu'un te félicite pour le gâteau que tu as bien réussi" pour ton anniversaire- j'aime - j'aime pas ?* » **Dans les séances nous allons nous valoriser**

5^{ème} situation : « *je suis en activité en groupe, quelqu'un me touche le bras ou l'épaule - j'aime - j'aime pas ?* » **Dans les séances, nous allons faire attention aux autres**

3^{ème} étape : (10 minutes) Confidentialité

- Est-ce que quelqu'un sait ce qu'est un secret ?

Nous proposons à chacun de faire un dessin qui va être mis dans une grande enveloppe qui sera cachetée et qui restera dans le groupe.

Nous énonçons les règles de la confidentialité « *ce que l'on dit ici reste dans le groupe* », la confiance est associée à la confiance et au secret, « *nous ne pouvons faire de confiance que dans un climat de confiance* ».

7

Conclusion

Le couvercle du disque mémoire est posé

Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* »

Matériel

- Deux coussins.
- Puzzle formant 11 pièces radiales en bois
- Des dessins prédécoupés des filles et garçons
- Les photos du trombinoscope
- Des feutres
- 11 paires de cartons Vert et Rouge
- Disque mémoire représentant le puzzle en miniature

Groupe concerné : 13 à 15 ans
Étape du Programme : Fa

Module n°

3^{ème} Séance

Les émotions (I)

8

Objectifs de la séance :

Rappeler les règles évoquées la dernière fois.
Insister sur le thème qui nous réunit : vie affective, relationnelle et sexuelle et notre besoin de cadre sécurisant
Apprendre à reconnaître les émotions
Repérer comment elles se manifestent chez chacun et en soi dans son cœur, son corps et sa tête.

Se préparer à animer la séance

Émotion : c'est une réaction psychique et physiologique. Tous les jeunes ont déjà ressenti et vécu les émotions que l'on veut travailler dans la séance. L'enjeu de l'étape 2 est de les aider à les identifier et à les nommer. C'est-à-dire à reconnaître comment ça fait dans la tête et dans le corps quand on est dans cette émotion. La reconnaissance des émotions en soi et chez les autres est un préalable au sentiment d'estime de soi, à l'empathie et à la relation à l'autre respectueuse.

Accueil des adolescents (10 minutes)

La flèche est tournée vers la 3^{ème} séance sur le cadran.
Tout le monde s'assoit autour de la table. Un tour de libre parole est proposé avec le « bâton de parole ».
« Pour commencer avez-vous quelque chose à dire ? » « Sur votre vie ou sur ce qu'on a déjà fait ensemble ? »

1ère étape : (20 minutes)

Les règles sont renommées : respect de soi, respect de l'autre, non jugement, droit à l'erreur avec réparation, confidentialité.

1 - Jeu : « je me laisse guider ».

- Les ados et les adultes sont invités à se mettre par 2.
- l'un des deux va se bander les yeux ou juste les fermer s'il ne supporte pas le bandeau. L'autre va le guider au travers de la salle sur une musique douce permettant un temps « plus intime et calme » - si possible en silence.
- Remise en cercle du groupe : Temps d'expression avec le bâton de parole ; « *c'était facile ?* » la discussion qui suivra pourra porter sur la facilité ou pas de se laisser guider, de faire confiance à son guide, sur ce que chacun a ressenti etc.... ex : de la peur de cogner quelque chose, de la crainte d'être trompé(e), manipulé(e), ...

Conclusion : « *pour se parler de nos vies, de ce que nous ressentons de ce que nous pensons, nous avons besoin d'un cadre sécurisant, de nous faire confiance ; Car c'est notre vie relationnelle, affective, intime et peut-être sexuelle* ».

9

2ème étape : (30 minutes) Apprendre à reconnaître les émotions

« *Nous allons maintenant parler des émotions* » - Les émotions en général, pas « nos » émotions que nous ressentons dans des cas particuliers. Le groupe s'installe pour visionner sur le mur les 8 planches émotions rétro projetées.

Tristesse - peur - colère - douleur (avoir mal) - Surprise - indifférence - être amoureux - joie

Nous précisons qu'il s'agit de personnages dessinés, que nous ne connaissons pas. Ils montrent une émotion, nous allons la deviner. Pour chaque émotion, une planche est montrée au groupe « *Que ressentent les personnages ?* », « *Qu'est-ce qui peut nous mettre dans cette émotion ?* ». Quand l'émotion est nommée, « *Comment ça fait la joie ?* », « *comment fait-on lorsque l'on est joyeux ?* »

Il est important d'insister pour chaque émotion et pour chacun sur comment ça fait à l'intérieur quand on est dans cette émotion et le faire ensemble. Tout le groupe, jeunes et adultes, est invité à mimer l'émotion citée **ensemble**. (Sauf pour l'émotion « être amoureux » parce que c'est très personnel).

Après cet exercice, l'outil récapitulatif les émotions est introduit : la **bande cartonnée des émotions**.

Conclusion :

Pose du disque mémoire représentant une image de la bande des émotions (être amoureux).

Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* » Nous nous disons au revoir, en précisant la date prochaine.

Matériel

- 8 planches de transparents construits à partir des planches 1 à 16 de « Des Femmes et des Hommes »
- Un rétroprojecteur, un lecteur de musique, un C.D de musique douce +/- de type relaxation – des foulards.
- Disque mémoire correspondant à « être amoureux ».
- Outil reprenant l'ensemble des planches- émotions en format réduit (+/- 10 cm) sur une ou plusieurs bandes cartonnées.

FICHE DE PREPARATION / SEANCE

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°

Étape du Programme : Fa

4^{ème} Séance

Les émotions (2)

10

Objectifs de la séance :

Valoriser l'estime du jeune avant qu'il ne s'exprime sur ses sentiments et émotions.

Permettre à chacun de s'approprier (s'exprimer avec) les pictogrammes émotions à travers des situations vivantes.

Apprendre à se situer dans les étapes de vie au travers des générations.

Accueil des adolescents : (10 minutes)

La flèche est tournée sur la 4^{ème} séance.

1^{er} tour de parole libre. « *Avez-vous quelque chose à dire ?* »

2^{ème} tour : Les pictogrammes réalisés avec les personnages présentés la dernière fois sont remontrés, afin de se remémorer les émotions - Éventuellement, les émotions sont re-mimées ensemble brièvement. - « *Ces deux bandes de cartons, deux jeux de pictogrammes seront désormais présentées dans nos séances* » - Posés sur la table, les pictogrammes seront montrés du doigt facilement, au fur et à mesure des besoins et des séances.

1^{ère} étape : (15 minutes)

Nous sortons les 10 cartes représentant 5 personnages féminins (*bébé, fillette, jeune fille, dame, mamy*) et 5 personnages masculins (*bébé, Garçon, jeune homme, Homme adulte, Papy*) suivant les étapes de vie et les générations.

→ Comme dans un jeu de cartes, à l'envers et en éventail, chacun dans le groupe pioche une des cartes. Puis nous allons reconstituer l'ordre des âges par genre. « *Qui a les plus jeunes, les plus petits des personnages ?* » ; les bébés sont posés sur la table. « *Quand on grandit en âge quels sont les personnages qui viennent après ?* » ainsi de suite jusqu'aux grands-parents (faire un rangée de filles et une rangée de garçons).

1^{ère} étape (suite)

Nous sommes attentifs à ce que les jeunes s'expriment déjà sur ces personnages. En particulier, les voient-ils avec notre norme ?

Dans ces 10 personnages : « *A quel âge nous correspondons ?* ».

Un adulte dit « *moi j'ai le même âge que...* » « *Moi je suis comme ...* », tout en montrant le personnage correspondant ; chaque ado le fait aussi pour lui. « *L'adolescence est un « passage » on grandit, pour passer de l'enfant à l'adulte. On change, notre corps change* ».

2^{ème} étape (30 minutes)

Ensuite, des photos évoquant des situations et permettant aux jeunes d'exprimer leurs émotions (à l'aide des pictogrammes), lorsqu'ils se trouvent ou imaginent se trouver dans les 7 situations suivantes. (1 ou 2 photos selon les situations).

- 1- le garçon seul (38) et la fille seule (2)
- 2- être en famille à table (22)
- 3- trois copines (15) et 3 copains (24) complices ;
- 4- Un jeune couple qui s'embrasse (20)
- 5- Trois filles qui se bagarrent (37)
- 6- Un père qui soigne sa fille (36)
- 7- Sortir : deux qui se maquillent devant le miroir (5) et trois garçons sur des jeux vidéo (39)
- 8- Des copains et des copines qui se retrouvent.

Nous distribuons un jeton en forme d'étoile à chacun. Nous sortons les images et nous les décrivons. Nous donnons le temps à chacun de penser à l'émotion qu'il ressentirait s'il était dans cette situation. Quand tout le monde a trouvé, au TOP, chacun pose son jeton sur la carte qu'il a choisi. Ensuite, nous regardons les ressemblances et les différences. Puis nous proposons un temps où chacun va pouvoir, s'il le souhaite, verbaliser. Les pictogrammes émotions sont mis à leur disposition.

11

3^{ème} étape : (5 minutes)

« **J'offre quelque chose à mon voisin de droite** » : Nous proposons un tour de parole où chacun va pouvoir dire ou donner ce qu'il a préparé pour son voisin de droite (un dessin), quelque chose de gentil, quelque chose qui fasse du bien et qui soit positif, qui fait plaisir. Si nécessaire, être attentif si un enfant en « profitait » pour dire ou dessiner quelque chose de désagréable. Reprendre avec lui, et préférer qu'il ne donne rien, s'il ne sait ou ne peut faire autrement.

Conclusion : Collage du disque mémoire qui représente une des photos. Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* »

Matériel

- L'outil Pictogrammes – émotions : Les bandes de carton reprenant les planches émotions
- 10 cartes représentant 5 personnages féminins (bébé, fillette, jeune fille, dame, mamy) et 5 personnages masculins (bébé, Garçon, jeune homme, Homme adulte, Papy)

- Les photos choisies évoquant des situations (issues du Photo langage « Adolescence, amour et sexualités » de Claire Beslisle).
- Photos n°38, 2, 22, 15, 24, 20, 37, 5 et 39
- Jetons en forme d'étoile.
- Bâton de parole

FICHE DE PREPARATION / SEANCE

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°.....

Étape du Programme : Fa

5^{ème} Séance

Les changements du corps

12

Objectifs de la séance :

Aborder les changements corporels au long de la vie d'un garçon et d'une fille (4 générations)

Aider les jeunes à se repérer dans les situations, les lieux et avec qui, ils peuvent se présenter nus, en «petites tenues», habillés.

Permettre aux jeunes de mieux comprendre le passage de l'adolescence, et les changements induits dans leurs comportements.

Accueil des adolescents : (10 minutes)

Nous proposons à un jeune de tourner la flèche du calendrier : 5^è séance

Un tour de parole est proposé - libre - ou sur ce qui s'est passé la séance dernière.

1^{ère} étape : (20 minutes)

Autour de la table

Les 10 planches des générations (5 personnages masculins - 5 féminins) sont réexposées et « rangées » sur la table. Nous soulignons le fait que les personnages soient habillés. « *Quels sont les moments de la journée où nous devons nous habiller ?* » ; « *Aujourd'hui, nous allons porter notre attention sur ce qui change au niveau de notre corps, ce qui change et se voit à l'extérieur* ».

Les images des bébés nus, déshabillés, puis des enfants, des adolescents, des adultes nus sont montrées. (Mêmes personnages) Les jeunes sont sollicités pour s'exprimer sur « ce qui change ». Les mots qu'ils peuvent employer sont confirmés par les termes exacts, et nommés simplement. (Vocabulaire adapté)

« *Ces transformations sont normales. Chaque homme vit cela. Chaque femme connaît ces changements* »

2^{ème} étape (15 minutes)

« Nous allons maintenant parler de l'intimité »

a) Les images des personnages en petites tenues sont montrées.

Ensuite, avec les planches lieux : Une salle de bain avec baignoire, une piscine, des W.C, un cinéma, une chambre à coucher (1 ou 2 lits), une cuisine, un transport en commun ?, une salle de sport

« Où peut-on se mettre, se montrer en « petite tenue » ? »

Les jeunes sont invités à classer les planches lieux en deux catégories : là où je peux être en petite tenue / là où c'est non.

b) Faire la même démarche avec les « 2 personnages qui se grattent à l'entrejambe. »

13

3^{ème} étape : (20 minutes)

Nous leur proposons de dessiner un de leur lieu intime, ou de le représenter par un collage.

→ Échanges tout en dessinant (proposer aux jeunes qui le souhaitent de se mettre à l'écart).

- Chacun reçoit une enveloppe de couleur pastel, dans laquelle il glisse son dessin ou son collage. « C'est un lieu à toi, c'est un lieu intime, où personne ne peut entrer sans ta permission ». Parler de la discrétion.

Les ados gardent leurs enveloppes, ça leur appartient.

NB : si quelqu'un souhaitait laisser son enveloppe, lui dire qu'on la garde mais qu'on ne l'ouvrira pas, car c'est son espace, son lieu intime à lui.

Collage du disque mémoire (5 minutes)

Présentation du disque mémoire et collage.

Nous proposons un dernier tour de parole, « comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ? »

Matériel

- le bâton de parole
- le cadran des séances.
- Les planches lieux
- Les planches de l'outil des Femmes et des Hommes, n°
- 1^{ère} série pour 1^{ère} étape de 42 à 52 inclus
- 2^e série pour 2^e étape, a)- : 57, 58, 59, 60
- 3^e série pour 2^e étape, b)- : 72, 73

- Les pictogrammes Émotions
- Des enveloppes de couleurs.
- Une feuille vierge chacun
- Des ciseaux et de la colle
- Des crayons de couleurs
- Des magazines.
- Disque mémoire : image de lieu « Salle de bain » utilisée en 2nde étape.

FICHE DE PREPARATION / SEANCE

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°

Étape du Programme : Fa

6^{ème} Séance

La puberté masculine

14

Objectifs de la séance :

Donner des repères sur les changements physiques et sexuels chez le garçon à la puberté. Cette séquence a pour objectif d'approcher les manifestations physiques liées à la puberté chez les garçons et principalement les phénomènes d'érection et d'éjaculation, afin que chacun puisse les identifier et les vivre de façon positive.

Il s'agit de comprendre que :

- Chaque garçon peut connaître des érections déjà avant la puberté et des éjaculations à partir de la puberté,
- Il s'agit de phénomènes normaux,
- L'érection et l'éjaculation sont des manifestations de la puberté comme d'autres signes liés à cette étape (pilosité, mue de la voix, sudation, transformations du corps...)
- Il s'agit de phénomènes touchant l'intimité de la personne,
- L'érection et l'éjaculation sont en général source de plaisir.

Se préparer à animer la séance

la puberté des garçons est abordée de façon générale, sans que les jeunes garçons du groupe soient amenés à témoigner de leur propre vécu de la puberté. (Éthique) – Il n'y a ainsi pas de risque de comparaison, ou de renforcement de la crainte de ne pas être « normal » sur ce plan.

Dans le manuel d'animation de l'outil des « femmes et des Hommes », le chapitre 3.6 « Mon corps dès la puberté », pp. 187 à 213 est consacré à ce thème. lire en particulier les pages 211 et 212.

Être attentif à ne pas effrayer, et à laisser apparaître comme possibles et normales toutes les situations de vécus réels des jeunes présents.

Accueil des adolescents : (15 minutes)

1^{er} tour : comment on se sent aujourd'hui

2^e tour : peux-tu nommer ou montrer une partie de ton corps que tu aimes bien ?

Si on sent un jeune trop en difficulté pour répondre à cette question nous n'insistons pas, nous passons le tour.

A partir du disque mémoire de la 5^e séance, rappel du thème de la fois dernière : L'intimité

On place l'aiguille sur le 6^e camembert. « *Aujourd'hui, nous en sommes à la 6^e séance et nous allons parler des changements corporels qui se produisent à l'adolescence. Aujourd'hui, nous allons parler de ce qui se passe dans le corps d'un garçon pour qu'il devienne un homme adulte (utiliser les planches des différentes générations).*

15

1^{ère} étape : (15 minutes)

Introduire la séance par un changement qui s'entend : la voix.

Faire écouter des morceaux de musiques de différents chanteurs à des âges différents et proposer aux jeunes d'identifier l'âge du chanteur à partir d'une planche représentant des hommes à des âges différents.

2^{ème} étape

Les changements à la puberté chez le garçon :

1 planche de 4 personnes masculines nues à 4 âges différents est présentée.

Qu'est-ce qui est différent entre les 4 personnages ?

Comment reconnaît-on celui qui est le plus âgé ?

Qu'est-ce que l'on voit changer entre le petit garçon et l'adulte ?

Taille plus grande, épaules plus larges, pilosité (joues, menton, lèvre supérieure, aisselles, torse, sexe, bras, jambes), parfois peau plus grasse, acné, transpiration, changement de voix, développement des organes génitaux. Il y a d'autres changements chez le garçon que les autres ne voient pas, car c'est leur intimité.

3^{ème} étape

Séquence 3 vidéo : la nuit d'Arthur (du vidéogramme de l'outil des « femmes et des hommes ») *Nous allons regarder un petit film où un jeune garçon, Arthur vient de passer une drôle de nuit, une nuit pas comme les autres ; il vient de se passer quelque chose de nouveau pour lui. Il est en train de devenir un homme »*

3^{ème} étape (suite)

Pour mémoire, voici le propos de la séquence : Arthur a passé une nuit pas comme les autres. Le matin, il se lève et rejoint Antoine, son grand-frère dans la salle de bain. Antoine blague avec son petit frère mais celui-ci n'a pas envie de rire. Arthur quitte la salle de bain et retourne dans son lit. Antoine, surpris par son attitude, le suit dans sa chambre et lui propose de discuter de ce qui l'inquiète. En écoutant Arthur, Antoine comprend que son frère a eu pour la 1^{ère} fois une éjaculation durant la nuit et le rassure.

Questions :

- *Qui sont les personnages ?*
- *S'agit-il d'enfants, d'adolescents ou de jeunes adultes ?*
- *Qu'est-il arrivé à Arthur pendant la nuit ?*
- *Qu'est-ce que c'est une érection ? (avoir les images 61, 62, 63, 64 pour illustrer et avoir un support).*
- *Qu'est-ce que c'est une éjaculation ?*
- *Comment Arthur se sent-il suite à ce qui lui est arrivé cette nuit ?*
- *Pourquoi va-t-il se recoucher en dessous de sa couette ?*
- *Comment se sent-il après avoir discuté avec son frère ?*

16

Conclusion

« Cela peut se passer comme ça pour tous les garçons, un jour ou l'autre entre l'âge de 12 et 16 ans. Ça ne change pas d'un seul coup, ça demande du temps et c'est suivant le rythme de chaque garçon, cela est naturel comme d'autres changements du corps (pilosité, voix...).

Une érection, cela vient chez le garçon suite à une excitation : par exemple lorsque le garçon se masturbe, qu'il se caresse le sexe pour découvrir comment son corps fonctionne, et pour ressentir du plaisir ; c'est quelque chose de normal, de vouloir comprendre. Un grand sentiment de plaisir accompagne ces moments, en particulier quand cela va jusqu'à l'éjaculation. Parfois, c'est une idée, (imagination), une envie forte de quelque chose / de quelqu'un qui nous plaît ou un désir fort de bien-être, qui provoque une érection. Parfois, ça vient sans qu'on le prévoie ; Au début, c'est difficile à empêcher. »

Chaque garçon doit apprendre à vivre avec ses érections, trouver les bons moments pour les vivre en tout intimité.

Nous verrons la semaine prochaine comment cela se passe pour les filles.

Collage du disque mémoire : photo d'un adolescent.

Nous proposons un dernier tour de parole, « comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?

Matériel

Planche 4 personnages masculins (enfant, ado, jeune homme, adulte)

Le bâton de parole

Le CD avec les voix de chanteurs de différents âges préenregistrés.

Lecteur DVD ou ordinateur portable

Le DVD de l'outil des « Femmes et des

Hommes » - séquence n°3, « La nuit d'Arthur »

Disque mémoire représente 1 garçon ado.

FICHE DE PREPARATION / SEANCE

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°.....

Étape du Programme : Fa

7^{ème} Séance

La puberté féminine

17

Objectifs de la séance :

L'objectif de cette séquence est de cerner les manifestations physiques liées à la puberté chez les filles et principalement les menstruations ou les règles, afin que chacune puisse reconnaître et vivre positivement son cycle menstruel.

Les idées-clés concernant ce thème sont celles-ci :

- A partir de la puberté, les jeunes filles sont en général réglées tous les mois
- Il s'agit d'un phénomène normal
- Certaines jeunes filles sont réglées tôt, d'autres le sont plus tard
- Certaines jeunes filles ont un cycle menstruel régulier, tous les mois, chez d'autres, il est irrégulier
- Les menstruations sont une manifestation de la puberté comme d'autres signes liés à cette étape (pilosité, sudation, transformation du corps, seins...)

Se préparer à animer la séance

la puberté des filles est abordée de façon générale, sans que les jeunes filles du groupe soient amenées à témoigner de leur propre vécu de la puberté. (Éthique) – Il n'y a ainsi pas de risque de comparaison, ou de renforcement de la crainte de ne pas être « normale » sur ce plan.

Dans le manuel d'animation de l'outil des « femmes et des Hommes », le chapitre 3.6 « Mon corps dès la puberté », pp. 187 à 213 est consacré à ce thème. lire en particulier les pages 209 et 210. (Côté filles)

Accueil des adolescents : (10 minutes)

La flèche est tournée vers la 7^{ème} séance sur le cadran.

Un tour de libre parole est proposé avec le « bâton de parole ». « Pour commencer avez-vous quelque chose à dire ? » « Sur votre vie ou sur ce qu'on a déjà fait ensemble ? »

1^{ère} étape : (10-15 minutes)

La voix :

Les changements qui s'entendent : le changement de voix.

Faire écouter des voix chantées de filles à des âges différents « *quel personnage peut avoir cette voix-là ?* » (Avoir en support une planche de 4 filles à des âges différents) et leur demander d'identifier l'âge des chanteuses.

2^{ème} étape

18

Les changements corporels chez la fille à la puberté.

Une planche avec 4 personnages féminins à 4 âges différents est présentée.

« *Qu'est-ce que l'on voit changer dans la fille qui grandit ?* » (Ce qui se voit sur le corps à l'extérieur)

Taille plus grande, bassin plus large, poitrine, pilosité (aisselles, pubis, jambes), parfois peau plus grasse, acné, transpiration, développement des organes génitaux. Outre ces changements visibles, d'autres transformations apparaissent à la puberté, en lien avec le développement des organes génitaux, les règles.

Chez les filles, beaucoup de changements importants ne se voient pas à l'extérieur.

Nous avons déjà commencé à parler des règles de la fille et nous allons continuer.

Nous allons pour commencer regarder un petit film où 2 filles en parlent.

3^{ème} étape

Séquence vidéo n°4 de l'outil des femmes et des hommes

Pas de panique

Résumé de l'histoire (pour les animateurs) : Nathalie lit un livre dans sa chambre lorsqu'elle entend sa cousine Sarah qui l'appelle. Sarah monte dans la chambre de Nathalie. Elle a envie de lui raconter ce qui vient de lui arriver mais se sent gênée. Nathalie essaie de deviner... Sarah finit par lui expliquer : elle a eu ses règles pour la première fois. Nathalie la félicite. Sarah est contente et en même temps inquiète car elle se pose beaucoup de questions qu'elle n'a pas eu le temps d'aborder avec sa maman. Nathalie lui propose de l'écouter.

« - *Qu'est-il arrivé à Sarah ?* »

« - *Qu'est-ce que c'est les règles ?* »

« - *Comment Sarah se sent-elle au début de l'histoire ?* »

« - *Comment Sarah se sent-elle vis-à-vis du fait qu'elle a eu ses règles ?* »

« - *Comment se sent-on lorsqu'on a ses règles ?* »

« - *Que peut faire Sarah pour être à l'aise lorsqu'elle a ses règles ?* »

3^{ème} étape (suite)

Les premières règles :

Pour expliquer les 1^{ères} règles, l'animateur peut partir des connaissances des participants en posant quelques questions. Par exemple :

«Que se passe-t-il dans le corps des filles à la puberté ? » ; «Qui a déjà entendu parler des règles ? » ; « Que se passe -t-il dans le corps quand on a ses règles ? » ; «Les garçons ont-ils aussi des règles ? » ; «Une fois qu'on a été réglée, peut-on savoir quand les règles suivantes vont arriver ? » ; «Combien de temps durent les règles ? » ; « Que signifie le fait d'être réglée ? »

L'animateur insiste sur le fait que, tôt ou tard, toute jeune fille est réglée. C'est un signe de bonne santé, signe aussi que l'on devient une femme et qu'à partir de maintenant, il est possible d'avoir un bébé. Pour expliquer ce qui se passe, l'animateur utilise des mots simples et positifs. Pour cela il peut s'aider des dessins du dossier d'images (cf. : « Des Femmes et des Hommes » : une adolescente nue (n°48), une femme nue (n°51) et les organes sexuels féminins (n°67, 68, 69, 70). Selon les connaissances et possibilités des participants, il donne des informations de niveau différent plus planche sur les règles.

Les informations indispensables :

Cela se passe chaque mois ; Du sang coule par le vagin ; C'est naturel ; Ce n'est pas sale ; Cela dure quelques jours ; Ce sang est propre quand il sort du corps.

De quoi une fille ou une femme a-t-elle besoin au moment des règles ?

- Tampons, serviettes hygiéniques pour se protéger.

Comment être à l'aise quand on a ses règles ? L'animateur adapte son approche en fonction du groupe. Partir des informations que le groupe connaît ou imagine à ce sujet.

Par exemple : *Comment sait-on que les règles vont arriver ? Que fait-on quand les règles arrivent ? Comment se sent-on quand on a ses règles ?*

19

Conclusion (10 minutes)

Toutes filles ont des règles un jour ou l'autre. Souvent c'est tous les mois, mais beaucoup de différences existent pour chaque femme : parfois les règles s'arrêtent, elles font mal ou pas, y'a beaucoup de sang ou pas selon les filles. Tout cela, c'est naturel.

Pose du disque mémoire représentant une adolescente.

Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* »

Nous nous disons au revoir, en précisant la date prochaine.

Matériel

- Planche 4 personnages féminins (enfant, ado, jeune fille et femme adulte)
- Le bâton de parole
- Le CD avec les voix de chanteurs de différents âges préenregistrées et Un lecteur de CD audio
- Le DVD de l'outil des « Femmes et des Hommes », séquence n°4, « Pas de panique » et un lecteur DVD ou ordinateur portable / Image de l'outil des "femmes et des hommes", 48, 51, 67, 68, 69, et 70.
- Disque mémoire représente une jeune adolescente.
- Planche sur les règles et serviettes hygiéniques et tampons

FICHE DE PREPARATION / SEANCE

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°.....

Étape du Programme : Fa

8^{ème} Séance

Vie affective (I)

20

Objectifs de la séance :

- Finir d'aborder les changements notamment dans « la tête », dans sa façon de vivre.
- Conter une histoire qui évoque le passage entre le dégoût de l'enfant face à la réalité corporelle de la relation sexuelle, et le désir de l'adolescent /de l'adulte du corps érotisé de l'autre via (« Le Roi Grenouille »), conte de Grimm.
- Aborder les différents types de relations que l'on peut avoir avec les autres. Ce qui change avec le fait de grandir, de quitter l'enfance, de devenir adolescent, et bientôt adulte.
- Apprendre à se situer dans ses relations aux autres, et développer des relations harmonieuses, satisfaisantes, épanouissantes grâce à un repérage de ses différents types de relations.
- Paradoxe de l'ado entre envie d'autonomie et le besoin persistant de la référence parentale (en tenant compte d'un besoin permanent de soutien).

Se préparer à animer la séance

Pour les 1^{ères} étapes: Parler « des changements dans la tête »

Changements avec la famille

- Ne pas toujours être d'accord. Avoir envie de les critiquer. Sentiment de les détester, les trouver ringards, honte de ses parents. Se sentir incompris, les parents ne se rendent pas toujours compte que leur enfant a grandi, n'a plus les mêmes besoins. On n'a pas envie de tout raconter à ses parents (notamment petites/grandes histoires d'amour). Besoin d'indépendance. Besoin d'intimité (chambre, envie d'être seul). On n'accepte pas l'intrusion des parents n'importe où (ex : la chambre, la salle de bain ...)

Entre les filles et les garçons

- les amis deviennent plus importants que les parents : on veut être avec eux tout le temps, ce que disent les amis est très important. On regarde l'autre sexe d'une autre façon (rapport de séduction, envie de plaire, de flirter)

Accueil des adolescents : (5 minutes)

On place l'aiguille sur le 8^e camembert.

- Tour avec le bâton de parole : quelques souvenirs des 2 dernières séances. *De quoi a-t-on parlé ?* Ce que chacun souhaite en dire.

- A partir du carré mémoire de la 7^e séance, rappel du thème de la fois dernière. Les changements corporels à l'adolescence chez la fille

- « *Aujourd'hui, nous en sommes à la 8^e séance* », nous allons parler de ce qui change aussi dans nos têtes à l'adolescence et dans nos relations aux autres ».

Tour de parole : « *Qui sont les gens importants pour moi ?* »

Éventuellement, selon les réponses de chaque jeune, demander « *Et en dehors de ta famille qui est important pour toi ?* »

21

1^{ère} étape (20 minutes)

« *A l'adolescence, on a envie d'avoir de nouvelles relations, amicales et amoureuses ..., on a de nouvelles envies* »

Nous allons, ensemble, faire le jeu du « j'aime, j'aime pas ». Chaque participant reçoit deux cartons : un vert ou un rouge (déjà utilisés en 2nde séance de FA)

Dans cette étape, nous proposons des situations, nous demandons aux jeunes de s'exprimer en disant soit « *j'aime* » (en levant son carton vert), soit « *je n'aime pas* » (en levant son carton rouge).

Vous allez vous imaginer comme si vous étiez dans les situations suivantes et dire si ça vous plaît ou pas : les pictogrammes émotions peuvent aussi servir. »

Voici les situations :

« *Quand ma mère me demande de ranger ma chambre ?* »

« *Je suis dans la voiture avec mes parents - je rencontre quelqu'un de l'IME ?* »

« *Quand je sors avec mes parents, ça me plaît ou pas ?* »

« *Quand mon père refuse que je sorte avec mes amis ?* »

« *Quand ma mère me propose d'aller faire des courses avec elle ?* »

« *Je raconte mes secrets à mes parents* »

« *Je suis en pause avec les autres, un éducateur vient nous voir ?* »

« *Mon amoureux (se) me prend la main ?* »

« *Si mon père ou ma mère m'aide à faire ma toilette, à me raser ?* »

« *Discuter avec mes parents* »

« *Discuter avec mes copains-copines ?* »

« *Quand ma mère me fait un bisou dans mon lit ?* »

« *Si ma mère rentre dans ma chambre sans frapper* »

2ème étape

« Quand je me connais mieux, quand je comprends mieux ce qui se passe dans mon corps, les nouvelles sensations, quand je reconnais mes émotions, et regarde mes réactions, alors ça peut m'aider à être mieux avec les autres et à me sentir bien avec eux. Je sais mieux quand cela me fait plaisir ou pas plaisir, j'arrive mieux à le dire, à l'exprimer »

3ème étape

Nous allons vous conter l'histoire du «Roi-Grenouille et de la Princesse»

Aujourd'hui, on pense que les contes ne sont que pour les enfants alors que quand ils ont été créés, il y a très longtemps, c'était pour les adultes, pour se transmettre les choses de la vie (la télévision n'existait pas).

Lecture : 15mn

a) Temps de verbalisation avec un Tour de parole sur : « *Qu'est-ce que tu as aimé, qui t'a plu dans ce conte ?* »

- « *Qui sont les personnages de ce conte ?* »
- « *Qu'est-ce qui change pour la Princesse ?* »
- « *Qu'est-ce qui change pour le Roi-Grenouille ?* »

b) Temps de dessin libre sur le conte

Chacun est invité à dessiner, à mettre en couleurs le moment du conte qu'il a préféré et se faisant un dialogue informel aura lieu.

Les adultes peuvent dessiner aussi en se centrant sur un des temps clé du conte, à savoir :

- Le rapport de la fille à son père, qui la soutient, qui l'aide à grandir.
- La princesse qui au cours du conte va de son roi-père et vers le roi-prince

c) Temps final : « *Qu'est-ce que tu as dessiné ?* »

Chacun est invité à présenter son dessin au groupe (les enfants sont invités à emporter leur dessin s'ils le souhaitent).

22

Conclusion (10 minutes)

Pose du disque mémoire représentant une image du conte.

Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* »

Matériel

- 11 paires de cartons Vert et Rouge
- les pictogrammes émotions
- le livre du Conte des Frères Grimm, « le Roi-Grenouille », revu par Denis Vaginay, éd. Chroniques Sociales.
- du matériel pour dessiner : feuilles, crayons de couleurs, feutres,...etc.
- Disque mémoire représentant une image du conte

FICHE DE PREPARATION / SEANCE

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°

Étape du Programme : Fa

9^{ème} Séance

Vie affective (2)

23

Objectifs de la séance :

Être mieux avec l'autre et développer des relations satisfaisantes

- Apprendre à distinguer les différents types de relations plus ou moins intimes.
- Faire ressortir ce qui est positif dans chaque type de relation

Accueil des adolescents : (5 minutes)

A partir du disque mémoire de la 8^è séance, rappel du thème de la fois dernière : la puberté. On place l'aiguille sur le 9^è camembert. « *Aujourd'hui, nous en sommes à l'avant dernière séance* »

1^{er} tour de parole : « *Comment je me sens aujourd'hui ?* »

1^{ère} étape

« *Quand je grandis, j'ai envie de plaire aux copains, je n'ai parfois plus envie d'être avec mes parents, je ne me sens pas toujours bien dans mon corps... Voici une petite histoire de Jonathan qui raconte ces changements liés à l'adolescence :*

« *C'est l'histoire d'un garçon de 10 ans, Jonathan, qui aimait bien jouer avec ses copains, faire du football, rentrer à la maison et manger avec ses parents, aller faire les courses avec sa maman. Puis Jonathan grandit et devient adolescent, il devient plus grand, plus fort, des poils poussent sur son visage et sur son torse, sa voix change, il se regarde dans le miroir et se trouve bizarre, il n'aime pas toujours se regarder dans le miroir. Sa maman veut encore l'emmener faire les courses mais il n'a plus envie, il préfère rester avec ses copains, discuter avec eux. Son meilleur copain, Arthur partage la même passion des consoles de jeu. Un jour, Jonathan rencontre une fille et son cœur commence à battre très fort, il devient rouge, transpire, il la trouve très jolie et a envie de lui parler. Pour elle, Jonathan a envie de se faire beau, de la séduire. Ils se voient plusieurs fois, la jeune fille aussi a l'air d'être amoureuse de lui... »*

1ère étape (suite)

Temps de verbalisation :

Après avoir raconté l'histoire, l'animateur demande aux participants : « *que s'est-il passé dans l'histoire ?* », « *Comment pourrait-on terminer l'histoire ?* ». Les animateurs mettent en évidence les changements que l'on peut vivre à l'adolescence : changements dans son corps, malaise corporel, attirance pour l'autre sexe, envie de rester entre copains, envie de s'éloigner de ses parents, découvertes de nouvelles envies, de nouveaux plaisirs (notamment le plaisir sexuel).

- « *Aimer ses parents, est-ce que c'est pareil que d'aimer son petit copain ou copine ?* ». (Variantes possibles suivant le groupe : voir en fin de fiche)

24

2ème étape

La bonne distance à avoir avec l'autre en fonction du lien qui existe.

On va vous proposer un jeu sur les différentes façons d'être en relation avec les autres.

Un cube à 6 faces, représentant 6 situations (Images de 16 à 21 de l'outil « des Femmes et des Hommes ») est présenté au groupe. [Image 16 : Couple qui ne se salue pas - Ignorance / Image 17 : couple qui se salue de la main (« Coucou ») / Image 18 : Couple qui se sert la main / Image 19 : Couple qui se fait la bise / Image 20 : Couple qui se tient la main / Image 21 : Couple qui s'embrasse]

A tour de rôle, le cube est lancé, et chacun réfléchit sur

« *À qui je dis bonjour de cette façon là ?*

Est-ce que je connais des gens qui se disent bonjour comme ça ?

A quelle occasion je fais la bise aux autres ? »

Quand le cube tombe sur le N°16

- *Qu'est-ce qui se passe ?*

- *Où est-ce que l'on voit des gens comme ça ?*

3ème étape

Une feuille A3 préparée comme indiqué dans la rubrique « matériel » avec 5 cercles concentriques : Chacun en reçoit une pour situer ses relations aux autres.

- Le petit cercle du centre représente les ados eux-mêmes - Moi - « *Tu choisis une couleur que tu préfères et colore le centre avec cette couleur pour te représenter* »

- *Dans les autres cercles, tu vas mettre, représenter, les personnes à qui tu dis bonjour comme le montre le dessin (de 16 à 21)*

Écrire les noms s'il le souhaite.

3^{ème} étape (suite)

Pour le 2^{ème} cercle (image 21 : couple qui s'embrasse) : *Maintenant nous allons parler de choses assez personnelles qui ne nous regardent pas tous, les autres ne sont pas obligés de savoir. Ce sont ce sont des choses intimes qui ne concernent que vous. Vous pouvez penser à une personne et nous dire qui c'est : Est-ce que tu as embrassé quelqu'un comme ça ? Est-ce que tu aimerais embrasser quelqu'un comme ça ? As-tu envie de mettre quelqu'un dans ce cercle ? Vous pouvez penser à quelqu'un, le dessiner ou noter son prénom ou le cacher sous un collage.*

25

Conclusion (10 minutes)

Pose du disque mémoire représentant l'image n°21 (couple qui s'embrasse).
Nous proposons un dernier tour de parole, « *comment vous vous sentez ou avez-vous quelque chose à dire ?* »
Nous nous disons au revoir, en précisant la date prochaine

Variantes

Pour la 1^{ère} étape, voici des variantes possibles à proposer suivant le groupe :

- 1) c'est l'histoire d'un petit garçon qui grandit mais qui reste plus petit que les autres garçons de son école
- 2) c'est l'histoire d'une petite qui grandit et dont les parents ne veulent pas qu'elle fréquente d'autres jeunes
- 3) c'est l'histoire d'une petite fille qui grandit et qui est amoureuse d'un garçon.

Matériel

- le bâton de parole
- Disque mémoire représente en réduit l'image n°21 (couple qui s'embrasse)
- cube 6 faces avec les images des planches de 16 à 21 (outil des hommes et des femmes)
- feuilles A3 avec 5 cercles concentriques reprenant les figures 16 à 21 dans chaque cercle du plus intime au centre au moins proche (à l'extérieur)
- crayons de couleur

Groupe concerné : 13 à 15 ans

Module n°

Étape du Programme : Fa

10^{ème} Séance

Conclusion

26

Objectifs de la séance :

- Revenir sur les changements de l'adolescence, et insister sur les changements dans nos têtes, dans nos ressentis, nos pensées, nos façons de réagir.
- Faire un rappel de ce que l'on a abordé (les règles et l'érection).
- Faire un récapitulatif
- Les interroger sur le vécu dans les séances
- Conclure par un temps convivial

Accueil des enfants : (5 minutes)

- A partir du carré mémoire de la 9^{ème} séance, rappel du thème de la fois dernière, sur les différents types de relations.
- On place l'aiguille sur le 10^{ème} et dernier camembert, « *Aujourd'hui, nous en sommes à la dernière séance* » ; Avec le bâton de parole, un tour est proposé « *Comment vous sentez-vous aujourd'hui ?* »

1^{ère} étape : (20 minutes)

Avec le calendrier, nous allons nous souvenir de tout ce que nous avons fait dans les séances.

Nous revenons sur les 1^{ères} séances du calendrier : « *Qu'avons nous fait ce jour là ? De quoi tu te rappelles ? Qui se souvient ?* »

2ème étape

Nous proposons de regarder une vidéo où des jeunes témoignent et disent comment cela change dans leur tête au moment de la puberté (About You, à Toi qui change)
Présentation des contenus de 5 séquences, et des questions correspondantes à adresser aux jeunes après chaque séquence.

Présentation de la vidéo :

1^{ère} partie : La puberté (2mn)

De quoi parlent-ils dans le film ? Est-ce qu'ils ont vécu des choses semblables ? Est-ce qu'ils peuvent nous en parler ?

2^{ème} partie : Les filles, les règles

Est-ce qu'il y a des questions ? Qu'est ce qui arrive aux filles qui parlent ? Quand il y a des questions, des inquiétudes par rapport à des choses qui changent, il est important d'avoir quelqu'un avec qui en parler, amis, parents, personnes en qui on a confiance.

3^{ème} partie : Les garçons : Érections, Éjaculations

Questions ? Comme pour les filles on voit, on ne grandit pas tous à la même vitesse.

4^{ème} Partie : Les changements sont parfois difficiles à vivre

Est ce qu'il vous est arrivé, à vous aussi, de ne pas vous sentir bien sans savoir pourquoi ?

5^{ème} partie : Rappel sur l'hygiène.

27

Conclusion

Pour conclure nous allons vous proposer 1 goûter (Jus de fruit - gâteaux)

Pose du disque mémoire représentant un goûter festif (5 minutes)

Nous arrivons au terme de nos rencontres, aujourd'hui c'est la dernière séance.

Est-ce que vous avez aimé - ou pas - ces temps ? De quoi aimeriez vous qu'on parle quand on continuera le programme après ?

Matériel

- Le bâton de parole
- Vidéo « About You », à Toi qui change
- Le disque mémoire : une photo du goûter festif
- Verres, Boissons, et Gâteaux sucrés

