



E.V.R.A.S.

Éducation à la vie relationnelle,
affective et sexuelle



Le Brabant wallon

2^e cycle

Objectifs généraux:

1. Je me soigne : **assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux**

- Relation à son corps p.33
- Tendresse.....p.37
- Pudeur p.39

2. Je ressens : **comprendre et respecter ses semblables**

- Respect.....p.43
- Relations filles-garçons.....p.47
- Regards croisés p.49

Relation à son corps

Objectif général

« Je me soigne »

Assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

Objectif terminal

L'enfant sera capable de... découvrir son corps et en prendre soin

1 Nommer correctement les différentes parties du corps et identifier leurs fonctions

Ce qui est visible (visage, cou, tronc, membres et les organes sexuels externes) et invisible (les organes internes).

	leur contenu :	leurs fonctions :
Tête	- visage et organes sensoriels - cerveau - bouche, dents - langue	- vue, audition, olfaction, goût, protection des yeux (paupières, cils et sourcils) - commande des mouvements, organe de l'équilibre, siège des sentiments, de la pensée, de la conscience, de la mémoire, de l'imagination et des rêves... - mastication, salivation (digestion) - goût - langage, expression verbale
Nuque	nuque et colonne cervicale	soutien et mobilité de la tête
Cou	- larynx et cordes vocales - vaisseaux sanguins	- organe de la parole - alimentation et oxygénation du cerveau
Membres supérieurs	épaules, bras, coudes, avant-bras, poignets, mains, doigts	- préhension (prendre, manger, se laver, écrire, jouer...) - contact (toucher, enlacer, indiquer...) - expression gestuelle
Thorax	- bronches et poumons - cœur - côtes - seins	- respiration - circulation du sang - cage protégeant le cœur et les poumons - sécrétion du lait (glandes mammaires)
Dos	colonne vertébrale et muscles dorsaux	soutien et mobilité du tronc
Abdomen	- estomac, intestins, foie... - reins et vessie - organes génitaux féminins (ovaires, utérus)	- digestion des aliments - élimination des déchets dilués dans l'urine - organes féminins de la reproduction (grossesse)
Périnée	- fond de l'abdomen - pénis et testicules	- siège des orifices urinaires, digestifs (anus) et génital féminin (vulve) - organes masculins de reproduction
Membres inférieurs	bassin, cuisses, genoux, jambes, chevilles, pieds, orteils	- position debout - l'équilibre, marche, saut, course, etc.

Objectif général

« Je me soigne »

Assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

Objectif terminal

L'enfant sera capable de... **découvrir son corps et en prendre soin**

2 Identifier ce qui lui plaît dans son corps et ce qui le caractérise

Amener les enfants à rechercher ce qui est beau et remarquable chez eux.

Par exemple :

- les particularités de son corps, ce qu'il aime ou ce dont il est fier ;
- ses aptitudes physiques, ses compétences artistiques, créatives, théâtrales ... ;
- ce qui l'intéresse dans la vie de tous les jours ;
- ce que ses amis apprécient chez lui ;
- ses qualités relationnelles ;
- ce qui le rend peut-être imparfait mais unique, etc.

⇒ Accepter son corps est essentiel pour se sentir à l'aise avec les autres.

[> 🧠 > 3° cycle > Relations avec autrui]

3 Savoir comment prendre soin de son corps pour se présenter à autrui

- assurer ses besoins essentiels : veiller à adopter une bonne hygiène de vie, faire une toilette quotidienne complète, être prudent et à l'écoute des signaux de son corps ;
- assurer ses autres besoins : avoir confiance en soi, communiquer avec les autres, être écouté, reconnu et réconforté, préserver son intimité ;
- soigner son apparence physique : coiffure, propreté des mains, odeur, tenue vestimentaire adaptée ;
- être attentif à son expression corporelle : sourire, attitude et gestes d'accueil, de sympathie ;
- identifier ses sentiments et les exprimer sans honte : joie, passion, doute, craintes, tristesse, colère, etc.

[> 🧠 > 1° cycle > Emotions]

[> 🧠 > 1° cycle > Sommeil (1)] - [> 🧠 > 2° cycle > Détente]

[> 🧠 > 3° cycle > Fatigue]

[> 🧠 > 1° cycle > Besoin de se laver] - [> 🧠 > 3° cycle > Vêtements (2)]

[> 🧠 > 3° cycle > Cosmétiques]

[> 🧠 > 3° cycle > Relations avec autrui] - [> 🧠 > 3° cycle > Intimité]

Objectif général

« Je me soigne »

Assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

4 Décrire l'image qu'il a de lui

Le regard qu'il porte sur lui est :

- soit positif : je suis beau/belle, fort(e), intelligent(e), habile, courageux(se)...
- soit négatif : je me trouve moche, pas assez grand(e), trop gros(se), faible, maladroit(e), stupide, peureux(se)...

L'amour de soi est :

- soit positif quand il s'agit de rechercher du plaisir et la santé mais en veillant à ne pas faire de tort à quiconque ;
- soit négatif quand il s'agit de la recherche exclusive de son plaisir ou de son intérêt personnel (= égoïsme).

=> Faire prendre conscience à l'enfant que :

- l'image qu'il a de lui est souvent faussée par ce qu'il imagine que les autres pensent de lui ;
- son corps va encore changer au cours du temps ;
- la vraie beauté est souvent intérieure : générosité, bienveillance, loyauté... vis-à-vis d'autrui ;
- personne n'est parfait comme les héros des films ou les mannequins des magazines...

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS

- Dessiner une silhouette humaine : reconnaître et désigner les différentes parties du corps
- Situer les organes externes et internes : par ex, au moyen d'un jeu de cartes sur lesquelles est inscrit le nom d'un élément du corps (cœur, testicules, sourcils, aisselle, utérus ...) que chaque élève tire au sort et place correctement sur la silhouette
- Lister les émotions de base et quelques autres
- Exprimer ses sentiments par rapport à diverses situations possibles ou de scénarios inventés
- Photo langage, émoticônes
- Inviter un élève à parler devant la classe de ce que son corps lui permet de réaliser, ce qu'il aime faire, ce qu'il a réussi, etc
- Jeu des pommes (voir animations SANCORRES)

OUTILS

- « Carapace de tortue », Université de Paix asbl - Outil pédagogique
- « Lili se trouve moche », Editions Calligram, 2004 - Livre
- « Le corps humain », Editions Nathan, 2013 - Livre
- « Le corps humain, cette étonnante machine », Editions Hachette Jeunesse, 1987 - Livre
- « Malle des savoirs », CALAO Production, 2009 - Outil pédagogique
- « 50 exercices d'estime de soi », Editions Eyrolles, 2009 - Livre
- « Ado-naissant », Editions Averbode, 2005 - Livre

Objectif terminal

L'enfant sera capable de... découvrir son corps et en prendre soin

Tendresse

Objectif général

« Je me soigne »

Assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

5

Objectif terminal

L'enfant sera capable d'... échanger des sentiments positifs et chaleureux

1 Reconnaître que la tendresse est un besoin affectif essentiel

La tendresse peut être reçue ou donnée mais elle est le plus souvent partagée car elle rappelle et renouvelle les interactions vécues durant la petite enfance avec ses parents. Il s'agit d'un plaisir calme et serein qui permet de trouver du réconfort à travers les sensations communes et de restaurer la confiance en soi. Elle se manifeste, entre autres, par un regard bienveillant, des gestes de protection, des caresses, des mots doux et encourageants.

[>  > 1^o cycle > Emotions] - [>  > 1^o cycle > Besoins affectifs]

2 Distinguer le sentiment amoureux de l'amitié et de la fraternité

La tendresse va se retrouver à des degrés différents dans :

- l'amour, qui est un sentiment intense d'affection réciproque entre deux personnes qui s'exprime par des relations empreintes de tendresse et par un puissant besoin de rapprochement quasi fusionnel de la personne aimée ;
- l'amitié, qui est un sentiment d'affection mutuelle et d'estime réciproque entre deux personnes qui partagent les mêmes goûts, qui se sentent bien ensemble et qui recherchent le bien de l'autre sans rien attendre en retour et sans le désir de posséder l'autre que l'on retrouve dans la relation amoureuse ;
- la fraternité, qui est soit :
 - l'affection que l'on porte à son frère ou sa sœur marquée souvent par des gestes et des paroles de tendresse ;
 - une entente et une aide mutuelle (= solidarité) entre des personnes de même condition ;
 - un sentiment de compassion, de chaleur et d'amour pour toute l'humanité (= altruisme).

[>  > 1^o cycle > Relations Affectives] - [>  > 3^o cycle > Relations avec autrui]

[>  > 1^o cycle > Besoins affectifs]

3 Citer des moments agréables et chaleureux qu'il a vécus récemment

Un exercice bien utile pour retrouver de la confiance en soi dans les moments difficiles. Il peut s'agir de :

- paroles de consolation, d'assurance, de réconfort, d'encouragement, d'espoir, de vœux de rétablissement... ;
- gestes de tendresse.

4 Décrire des moments où il a besoin de réconfort

Par exemple :

- une douleur ou une maladie pénible ;
- des soins chez un dentiste ;
- la perspective d'une intervention chirurgicale ou d'un examen à l'hôpital ;
- la perte d'un objet de valeur ou auquel il tient ;
- la séparation d'une personne qu'il affectionne ;
- une dispute avec son (sa) meilleur ami(e) ;

Objectif général

« Je me soigne »

Assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux

- des mauvais résultats scolaires ;
- une défaite ou une déception ;
- des moqueries ou un rejet de la part d'autres enfants de l'école, d'un groupe, d'un club sportif, etc.

5 Identifier comment exprimer ses sentiments à quelqu'un et comment le réconforter

Par exemple :

- faire plaisir à quelqu'un, offrir un cadeau ;
- proposer à quelqu'un d'être son ami ;
- partager ses friandises, ses billes..., prêter un jouet, un jeu, un livre, un stylo ... ;
- s'asseoir à côté d'un enfant qui a du chagrin, lui demander pourquoi il est triste, l'écouter ;
- l'embrasser, lui faire un bisou, l'inviter chez soi, lui proposer de jouer avec lui ;
- soigner un blessé, rester auprès de lui et le rassurer en attendant les secours, etc...

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

5

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS

- Relever dans les événements d'une journée ce qui lui a plu
- Raconter une déception et son dénouement
- Lister les comportements qui rendent la vie plus belle ou plus triste (► 3 et 4)
- Expliquer comment il témoigne de l'affection à ceux qu'il aime (► 5)
- Décrire à quoi il reconnaît que deux personnes sont amoureuses l'une de l'autre
- Imaginer ce que peut ressentir une personne abandonnée par son amoureux
- Photo langage

OUTILS

- « C'est ta vie ! L'encyclopédie qui parle d'amitié, d'amour et de sexe aux enfants », Oskar jeunesse, 2013 - Livre
- « Petits outils estime de soi », CLPS-Bw, 2017, élaboré par le CLPS - Fiche outil pédagogique
- « C'est quoi être amoureux », Editions Bayard Jeunesse, 2012 - Livre
- « L'amour et l'amitié », Editions Nathan, 2009 - Livre
- « Le langage des émotions », Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial, 2012 - Jeu
- « Parle-moi d'amour 9-11 ans : L'amour, les copains et moi », Editions Amaterre - Livre
- « Ado-naissant », Editions Averbode, 2005 - Livre

Objectif terminal

L'enfant sera capable d'... échanger des sentiments positifs et chaleureux

Pudeur

Objectif général

« Je me soigne »

Assurer ses besoins naturels, affectifs et sociaux

1 Comprendre le sens du mot pudeur

Selon le dictionnaire le mot pudeur se définit comme un « sentiment de gêne qu'éprouve une personne devant ce que sa dignité semble lui interdire ».

Trois mots caractérisent ce sentiment :

- Gêne : malaise que l'on ressent dans l'accomplissement de certains actes ;
- Dignité : respect de soi, amour-propre, fierté ;
- Sembler : impression personnelle (qui n'est donc pas la réalité objective).

Il s'agit donc d'une notion entièrement subjective. Même si la perception et le champ d'application sont propres à chaque individu, ce sentiment complexe qui exprime une retenue et une méfiance légitime, mérite toujours le respect.

2 Exprimer ce que la pudeur représente pour lui

Pour introduire le débat, l'animateur (ou l'enseignant) invitera chaque enfant à exprimer :

a) sa propre représentation de la pudeur parmi d'autres nombreuses et divergentes

- un sentiment de honte ridicule ;
- une protection de son intimité, de sa personne, de son domaine privé ;
- le signe d'une faible estime de soi ;
- l'expression d'un refus d'accepter son corps ;
- un manque de confiance en soi ;
- la trace imprimée dans son inconscient, d'un traumatisme vécu dans l'enfance ;
- une marque de respect de soi et de son corps ;
- un devoir de réserve inculqué par son éducation ;

b) des exemples d'attitudes pudiques

- refuser de se déshabiller dans un vestiaire devant un autre enfant ou un adulte ;
- refuser de se faire examiner les parties génitales par un docteur ;
- s'enfermer dans la salle de bain ;
- ne pas livrer ses pensées (pudeur des sentiments) ;
- pouvoir retenir ses émotions ;
- protéger son corps du regard et de la convoitise des autres ;
- résister à se livrer à des actes qui le mettent mal à l'aise.

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

Objectif terminal

L'enfant sera capable de... manifester une certaine retenue

Objectif général

« Je me soigne »
Assurer ses besoins
naturels, affectifs et
sociaux

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

Objectif terminal

L'enfant sera capable
de... **manifester une
certaine retenue**

3 Identifier où commence la pudeur et où elle s'arrête

Réponse impossible car chacun fixe ses limites selon le lieu où il se trouve, les personnes présentes, les enjeux en cause et surtout ses modèles construits à partir de son vécu, son éducation, son milieu et sa culture.

Entre une timidité excessive et l'obscénité, tous les comportements, attitudes et paroles se rencontrent.

Par exemple :

- des gens estiment que se promener en maillot sur la plage est indécent alors que d'autres exposent leur nudité au regard de tous ;
- pour certains, la pudeur commence dès qu'on leur demande d'exprimer leurs sentiments alors que d'autres se complaisent à les montrer avec beaucoup de gestes et de bruits ;
- les conventions sociales, la politesse, le respect, la culture ou la religion imposent des limites à ne pas dépasser et interdisent certains comportements ;
- en Europe, depuis le Moyen Âge, tout ce qui concerne le corps a été diabolisé et un tabou règne encore sur les soins du corps, la sexualité et le plaisir physique ;
- beaucoup de personnes éprouvent un sentiment de gêne à explorer leur corps, etc.

Chacun a le droit d'avoir son opinion sur la manière de se conduire, ce qui ne doit pas l'empêcher de tenir compte du milieu et des personnes qu'il fréquente pour éviter de mettre celles-ci mal à l'aise.

4 Savoir ce que dit la loi à propos de la pudeur

Sont punis par la loi :

- les comportements ou les faits à caractère sexuel, associés à de la violence ou des menaces ;
- le voyeurisme (regarder quelqu'un nu) ;
- l'exhibitionnisme (se montrer nu et, en particulier, ses organes sexuels), étant considéré comme un outrage public à la pudeur ;
- toutes sollicitations insistantes à se livrer ou à assister passivement à des actes sexuels contre le consentement d'un mineur, même sans contrainte, menace ou violence (risque de dommage physique et/ou psychologique) ;
- la publication sur l'internet ou un réseau social d'images pornographiques ou de photos sans le consentement du sujet (droit à l'image).

Objectif général

« Je me soigne »

**Assurer ses besoins
naturels, affectifs et
sociaux**

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS

- Inviter les élèves à donner leur avis sur des conduites considérées comme provocantes ou choquantes
- Inviter les élèves à exprimer la pudeur à travers les arts plastiques, la publicité, etc.
- Jeu des frabee
- Animation autour d'un photolangage

OUTILS

- « Lili ne veut plus se montrer toute nue », Editions Calligram, 2007 - Livre
- « Photolangage » <http://pedagopsy.eu/photolangage.html> - Outil pédagogique

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

Objectif terminal

*L'enfant sera capable
de... **manifester une
certaine retenue***

Respect

Objectif général
« Je ressens »
**Comprendre
et respecter
ses semblables**

1 Comprendre que pour respecter les autres il doit d'abord se respecter lui-même

RESPECTER, c'est :

- témoigner de la valeur qu'il accorde à une personne, à la nature, à une idée, à une institution, à un objet,...
- se conduire avec réserve et retenue vis-à-vis d'eux ;
- reconnaître une distance et ne pas franchir une frontière particulière à chacun et à chaque chose.

Mais d'abord : **se respecter soi-même**, c'est-à-dire découvrir son corps avec ses potentialités, l'accepter, l'aimer malgré ses défauts et le soigner.

Celui qui se sent bien dans sa peau attire la sympathie. Celui qui accepte son corps, se sent à l'aise avec les autres. Il n'éprouve aucun sentiment d'envie ou de jalousie vis-à-vis de ses semblables et peut alors s'intéresser pleinement à leurs qualités, compétences, aptitudes, actions, habitudes, opinions et œuvres diverses et donc leur témoigner du respect.

En revanche, celui qui ne s'accepte pas ou qui se renfroigne, est souvent exclu par les autres. [►  ► 1^o cycle ► **Relation à son corps**]

**Objectifs
intermédiaires**

1

2

3

2 Identifier les personnes, les principes et les choses qu'il juge importants et qui méritent son respect

Tout le monde n'accorde pas la même importance aux personnes et aux choses.

Chaque enfant sera amené à identifier ce qui est important pour lui et pourquoi :

- sa personne : ses capacités, ses ressources, ses valeurs ;
- ses parents parce qu'ils sont responsables de lui, ainsi que les autres membres de sa famille ;
- les enseignants, éducateurs, moniteurs parce qu'ils l'aident à devenir adulte et autonome ;
- les autres enfants et amis pour la compagnie et les jeux ;
- les animaux et les végétaux dont l'existence est essentielle pour la planète ;
- des choses immatérielles, telles que :
 - l'institution scolaire pour sa promotion des sciences et du savoir ;
 - les lois et les règlements destinés à protéger les citoyens et leurs biens, et à vivre en paix avec les autres ;
 - les idées, opinions, croyances et sagesse des autres, pour son enrichissement personnel ;
 - les valeurs humaines : liberté, loyauté, tolérance, générosité, compassion, solidarité, discrétion... dont plusieurs sont reprises comme sujet dans ce manuel ;
 - l'intimité de chaque personne car elle garantit la sienne ;
 - la qualité de l'environnement (terre, air, eau) pour sa survie, etc...
 - des choses matérielles, œuvres de la main et du travail de l'homme ;

Objectif terminal
**L'enfant sera capable
de... se respecter
et respecter ce qui
l'entoure**

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

- le matériel, les fournitures, les équipements et les bâtiments scolaires, qui lui permettent d'apprendre ;
 - ses objets personnels, vêtements, livres, jouets, équipements de sport... pour éprouver toujours le même plaisir quand il les réutilise ;
 - les biens d'autrui et le patrimoine public car il en profite aussi ;
 - les biens communs (eau et autres ressources de la terre) dont tout le monde a besoin, etc.

3 Savoir comment faire preuve de respect vis-à-vis des personnes et des choses

a) Vis-à-vis de soi-même

Par exemple :

- connaître et assurer ses besoins :
 - physiologiques et vitaux (dormir, respirer, boire, manger...),
 - de sécurité (logement, argent pour se nourrir, consignes, protections, soins...),
 - d'appartenance (famille, amis, groupe...) et de reconnaissance (capacités, autonomie, créativité...); [ > 1^o cycle > **Besoins affectifs**]
 - d'épanouissement (bonheur, créativité...);
 - soigner sa présentation (propreté, coiffure, habillement...);
[> 1^o cycle > **Toilette corporelle**] - [> 1^o cycle > **Vêtements (1)**]
[> 3^o cycle > **Vêtements (2)**] - [> 3^o cycle > **Mains et ongles**]
- protéger son corps : identifier les dangers, éviter de prendre des risques inutiles ;
[> 3^o cycle > **Discernement**]
- conserver sa santé par des aliments de qualité, par une activité physique régulière et par un sommeil récupérateur ;
- être à l'écoute de son corps et connaître ses limites...
[> 3^o cycle > **Exigences du sport**]

b) Vis-à-vis d'autrui

Par exemple :

- être poli : saluer, dire « bonjour », « au revoir » et « merci », ne pas déranger ni interrompre quelqu'un qui parle...
- accepter l'autorité et les conseils des adultes ;
- reconnaître le talent et le mérite chez ceux qui en ont ;
- comprendre et tenir compte des besoins, du désir d'intimité ou d'un refus ;
- choisir les mots adéquats et courtois pour s'adresser à quelqu'un ;
- être tolérant par rapport aux opinions contraires aux siennes...
[> 1^o cycle > **Relations affectives**]

c) Vis-à-vis de la nature et des animaux

Par exemple :

- considérer les animaux comme des êtres doués d'intelligence, capables, comme lui, de communiquer et d'éprouver des émotions ;
- témoigner de l'affection pour ses animaux de compagnie ;
[> 2^o cycle > **Animaux de compagnie**]

Objectifs intermédiaires

1

2

3

Objectif terminal

*L'enfant sera capable
de... se respecter
et respecter ce qui
l'entoure*

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

- admirer la puissance vitale de la faune et de la flore et leur recherche d'équilibre avec le milieu ;
- reconnaître l'utilité des mesures visant à préserver les ressources naturelles et l'environnement.

[▶  ▶ 3^e cycle ▶ Pollution air, terre et eau]

d) Vis-à-vis de choses immatérielles

Par exemple :

- défendre les valeurs humaines au sein de son école et en dehors de celle-ci, vertus et principes moraux : loyauté, fidélité, prudence,...
- obéir aux lois et règlements, défendre la justice et l'égalité au sein de son école et en dehors de celle-ci...

e) Vis-à-vis de choses matérielles

Par exemple :

- reconnaître l'utilité, les qualités, la fragilité et parfois une valeur sentimentale de certains objets même s'il ne s'en sert pas et surtout s'ils ne lui appartiennent pas ;
- apprécier le talent d'un artiste ou d'un artisan à travers une œuvre d'art, un objet décoratif ou un objet utilitaire ;
- prendre soin de ses livres et de ses objets personnels et les ranger...

=> Respecter un objet c'est aussi respecter ceux qui l'ont conçu et fabriqué !

Objectifs intermédiaires

1

2

3

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS

- Animation EVRAS en 6^e par l'équipe PSE/CPMS en concertation avec le Planning familial et le titulaire de la classe
- Identifier ce qui est important pour lui : (▶ **2**) : les personnes qui méritent le respect
- Expliquer comment on doit se respecter, respecter les autres (▶ **3**)
- Découvrir des hommes et des femmes célèbres
- Visite de musées d'art et d'histoire pour considérer les œuvres de l'homme
- Considérer les efforts de certaines espèces végétales et animales pour se reproduire ou la puissance d'autres pour se régénérer après une blessure ou une amputation...
- Rédiger ensemble une charte de vie à l'école pour se respecter mutuellement et respecter son milieu de vie

OUTILS

- « Filles et garçons : Questions de respect ? », Editions Valoremis, 2010 - Jeu
- « De Moi, à Toi et Au-delà », Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial 2017– Carnet pédagogique
- « Petits outils estime de soi », CLPS-Bw, 2017, élaboré par le CLPS - Fiche outil pédagogique

Objectif terminal

**L'enfant sera capable
de... se respecter
et respecter ce qui
l'entoure**

Relations filles-garçons

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

Préambule : Reconnaître l'égalité des filles et des garçons et la lutte contre les préjugés sexistes est un aspect fondamental de l'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle auprès des jeunes.

Une information consacrée à ce sujet est certainement utile à tous les stades de la scolarité. Certaines notions abordées ci-dessous sont sans doute peu accessibles aux enfants du 2^e cycle. Elles ne constituent donc pas des objectifs à atteindre à l'issue de ce 2^e cycle mais des matières à réflexion.

1 Identifier les modèles socio-culturels (stéréotypes liés au genre) et les commenter

a) Définition : les stéréotypes sont des représentations simplifiées, déformées et rigides, attribuées à un individu ou à un groupe. Par exemple : « Un garçon, ça ne pleure pas » ou « Les filles sont nulles en mathématiques ».

Ils se transmettent de génération en génération, véhiculés par les parents, l'école, les pratiques culturelles et sportives, les médias, la publicité..., et sont présentés comme des modèles auxquels l'enfant devrait se conformer ou comme des conventions sociales à suivre et à respecter.

b) Exemples de stéréotypes : même si les enfants sont incapables à leur âge d'appréhender l'importance du phénomène et ses conséquences, des faits qui font partie de leur quotidien peuvent néanmoins les sensibiliser à ces représentations sexistes et susciter leurs commentaires. On observe toutefois une évolution des mentalités vers l'égalité des genres.

• dans le milieu familial :

- le rôle de la mère serait de prendre en charge les tâches domestiques, de soin, du soutien scolaire; le rôle du père de s'investir dans les jeux physiques, les activités ludiques ponctuelles, et dans l'ouverture vers le monde extérieur;
- les parents valorisent certains comportements chez les filles (docilité, aptitudes relationnelles) et d'autres chez les garçons (combativité, compétitivité). Ils proposent aussi des jeux différents : jeux favorisant la réflexion ou l'identification à des héros actifs chez les garçons; jeux d'imitation et de conformité à des rôles sociaux ou subalternes chez la fille (jouer à la poupée, à la marchande, à la dînette, princesses).

• à l'école :

- les filles seraient plus orientées vers des filières sociales (petite enfance, secrétariat...) ou littéraires (enseignement...).
- les garçons vers des filières scientifiques, techniques ou à responsabilité (politique, économie...).

• à travers les pratiques culturelles et sportives :

- certains sports sont considérés comme plus masculins (le football, le rugby...), d'autres plus féminins (la gymnastique, la danse). Cette distinction varie en fonction de l'éducation, du pays d'origine, de la culture,...

Objectifs intermédiaires

1

2

3

Objectif terminal

L'enfant sera capable de... reconnaître des qualités communes chez les filles et garçons

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

Objectifs intermédiaires

1

2

3

Objectif terminal

**L'enfant sera capable
de... reconnaître des
qualités communes
chez les filles et
garçons**

2 Décrire des différences de comportement qu'il remarque chez les filles et les garçons

Certains comportements sont peut-être perçus par les élèves comme plus typiques de l'un ou de l'autre genre, par exemple, dans la manière de décider, d'agir, d'obéir, de réagir à une moquerie... de choisir ses amis et ses loisirs, d'étudier, d'envisager son avenir, ou de se présenter aux autres, etc.

Une éventuelle différence de perception est intéressante à relever avec les enfants au cours d'une animation pour pouvoir corriger les stéréotypes et tenter d'effacer les préjugés.

3 Relever les qualités et les dispositions communes aux deux genres

L'objectif est de faire constater par l'enfant que :

- les filles et les garçons disposent des mêmes facultés physiques et intellectuelles, ce qui témoigne de leur égalité ;
- les différents tempéraments, aptitudes, caractères et comportements se retrouvent autant dans les deux genres.

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS

- Proposer aux élèves de :
 - lister des jeux et des activités qui ont la préférence des filles et d'autres, celle des garçons (► 1)
 - relever les qualités et dispositions communes chez les filles et les garçons (► 3)
- Décrire s'il remarque une (des) différence(s) de conduite entre les filles et les garçons (► 3)

OUTILS

- « Autour du sexisme ordinaire chez les jeunes », Editions Itinéraire AMO asbl, 2008 - Kit pédagogique
- Découvrons l'amour », Editions Droguet et Ardant, 1990 – Livre
- « Genre et inégalités scolaires », Editions Changement pour l'égalité, 2006 - Publication
- « Mallette genre », Itinéraires AMO, 2017 - Outil pédagogique
- « Côté filles, côté garçons », Editions Casterman, 2002 - Livre
- « Toi garçon, moi fille ! », Editions Hatier Jeunesse, 2009 - Livre
- « La déclaration des droits des garçons », Editions Talents Hauts, 2014 - Livre
- « La déclaration des droits des filles », Editions Talents Hauts, 2014 - Livre
- « Maman, rodarde ! », dépliants d'autodéfense anti sexiste fille - Outil pédagogique

Regards croisés

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

5

Objectif terminal
*L'enfant sera capable
de... tenir compte des
sentiments exprimés
par le corps et le
visage*

1 Identifier que chaque individu est particulier

L'enfant est tenté de s'identifier aux personnages des films, des magazines ou des publicités, ce qui est normal et parfois bon, à condition de bien se rendre compte qu'il ne s'agit pas de personnages réels et qu'ils ne représentent pas la vraie vie mais un monde imaginaire.

Il est normal aussi de se comparer aux autres enfants de son âge, et même utile pour :

- constater qu'ils ont un caractère différent du sien, des intérêts divergents et leur propre vitesse de croissance et de maturité ;
- se rendre compte que chacun est unique ;
- prendre conscience de ses qualités et de ses défauts.

[>  > 3^o cycle > Image de soi] - [>  > 3^o cycle > Socialisation]

[>  > 3^o cycle > Tempéraments]

2 Identifier et comprendre les réactions émotionnelles

Au cours des échanges entre personnes, les émotions sont souvent difficiles à cacher.

Les perceptions visuelles, olfactives, auditives, gustatives ou tactiles captées par les organes sensoriels sont transmises au cerveau qui les traduit en émotions (ce qui trouble) et en réactions physiques ou affectives :

- pâleur ou rougissement, battements de cœur, tremblement, transpiration, gorge sèche, agitation ou sidération, parfois syncope... sont des réactions neuro-végétatives incontrôlables ;
- fuite, colère, cris, pleurs, rire, sauts de joie, transe... dont des réactions physiques émotives contrôlables ;
- joie, peur, douleur, tristesse, honte, colère, haine... dont des émotions que chacun éprouve mais qu'il ne montre pas toujours.

[>  > 1^o cycle > Emotions]

3 Apprendre à gérer ces diverses manifestations

Les premières sont incontrôlables : les réactions neuro-végétatives sont en effet régies par le système nerveux autonome qui assure les fonctions vitales (circulation, respiration, hormones, etc.) et non par les zones exécutives du cerveau qui décident et ordonnent (la volonté).

Les autres réactions émotives peuvent être plus ou moins contrôlées par la volonté :

- les réactions physiques sont bonnes à « laisser sortir », quand elles permettent d'évacuer des émotions négatives (ce qui le fait souffrir ou trembler) ou de montrer ce qui est important pour lui (le calme, un besoin particulier, la justice, une écoute...). A condition toutefois d'exprimer ses émotions de manière acceptable sans violence (coups, gifles, cris, injures,...) ou de les convertir en paroles : raconter ce qu'il a vu, ressenti, entendu ... sans débordement, dénigrement, moquerie, menaces, etc ;
- les sentiments sont des « ressentis » profondément incrustés dans l'intimité du corps et de la pensée :
 - s'il s'agit de sentiments négatifs, il peut tenter de les contenir pour ne pas importuner autrui ou de relativiser leur importance et modifier son point de vue ;
 - quant aux sentiments positifs, il doit parfois les tempérer et éviter de s'emballer trop

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

Objectifs intermédiaires

1

2

3

4

5

Objectif terminal

**L'enfant sera capable
de... tenir compte des
sentiments exprimés
par le corps et le
visage**

vite, car ils risquent parfois de le conduire vers une désillusion.

Les émotions, même non exprimées, sont néanmoins perceptibles par ceux qui sont en face de lui à travers les traits du visage et le regard qui traduisent ses sentiments intimes. Le regard est d'ailleurs volontairement utilisé dans les relations humaines pour approuver ou désapprouver tacitement une parole ou une action.

[>  > 2^e cycle > Comportement]

4 Exprimer son ressenti par rapport au regard de l'autre

Avec le développement de la fonction visuelle, le regard acquiert une place dans la vie relationnelle, qui dépassera celle du toucher.

L'expression faciale permet d'informer l'individu de nos intentions mais également du comportement que l'on attend de lui ; de même, une interprétation erronée d'une mimique faciale peut nous faire adopter un comportement mal adapté à la situation. Savoir lire sur le visage facilite donc nos relations sociales (Ekman).

Elle est « le pivot de la communication entre hommes » (Rimé et Scherer, 1989).

Le regard de l'autre peut être vécu et interprété de diverses manières par l'enfant. Il peut être :

- gêné, mal à l'aise, menacé, moqué, pris en faute... par exemple quand quelqu'un le regarde avec insistance ;
- pardonné, félicité... par un regard bienveillant.

5 Identifier l'effet que son regard et sa façon d'être peuvent produire sur autrui

Entrer en relation avec quelqu'un demande une certaine réserve et du savoir-vivre pour ne pas le heurter.

Cette démarche est en quelque sorte codifiée par les règles de politesse qui imposent entre autres de soigner son image, sa présentation et son attitude, pour induire un sentiment positif de l'autre et favoriser le contact.

Le regard qu'une personne porte sur une autre peut révéler ses sentiments et ses intentions :

- humanité, ouverture, douceur, bienveillance, réconfort,
- étonnement, suspicion,
- mécontentement, reproche, haine, menace,
- malveillance, envie, moquerie, malice...

et susciter chez l'autre :

- une première impression favorable ou défavorable,
- une réaction émotionnelle de défense, de crainte ou de rejet...
- un malentendu causé par des préjugés ou une interprétation erronée...

⇒ L'échange du regard entre deux personnes qui dialoguent peut confirmer ou infirmer ce que chacun pense de l'autre.

Objectif général

« Je ressens »

**Comprendre
et respecter
ses semblables**

L'importance et l'impact du regard dans la relation interpersonnelle est d'ailleurs attesté par les qualificatifs associés au terme « regard » ou par l'usage de ce terme dans bon nombre d'expressions imagées pour décrire un sentiment : avoir un regard doux, haineux, moqueur, féroce, envieux, brillant, noir, etc.

SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS

- Expliquer ce que signifie l'expression : « Le langage du corps »
- Inviter un élève à exprimer son ressenti par rapport au regard de l'autre (► 4)
- Décoder et interpréter des émoticônes
- Rechercher la signification et l'usage de certains mots et locutions en rapport avec le regard : physionomie, mimique, expression du regard, faire des gros yeux, un regard d'intelligence, des regards en coin, dévorer du regard, foudroyer du regard, suivre du regard... [lien avec le cours de français]

Objectifs intermédiaires

1

OUTILS

- Cartes blobs des émotions, 48 cartes – Outil pédagogique
- « De Moi, à Toi et Au-delà », Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial 2017– Carnet pédagogique
- « Mon corps et moi - Le connaître, le respecter et agir » - Editions Sed, 2010 - Mallette pédagogique
- « Petit cahier d'exercices de communication non verbale », Editions Jouvence, 2014 - Cahier d'exercice
- « Balles émotion » - Jeu
- « Le langage des émotions », Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial asbl, 2012 - Jeu
- « Emotions monstres », Edition Pourpenser - Jeu
- « Les cahiers Filliozat. Mes émotions », Editions Nathan - Cahier d'activités
- « Graines de médiateurs », Université de paix asbl - Livre, page 86-88

2

3

4

5

Objectif terminal

*L'enfant sera capable
de... **tenir compte des
sentiments exprimés
par le corps et le
visage***

