

PRÉCONISATIONS DANS LE CADRE DE
L'ÉDUCATION AFFECTIVE,
RELATIONNELLE ET SEXUELLE

Corps et Estime de soi



Édition du 1er février 2022
Mise à jour : www.ec75.org/corpssetestimesoi.pdf

•

Direction diocésaine de l'Enseignement catholique de Paris
76 rue des Saints-Pères, 75007 Paris

Se laisser interroger

Dans notre contexte de société, le corps est à la fois surexposé et idéalisé. Cette représentation lui fait perdre de la réalité et peut créer des troubles de l'image de soi. Rétablir la confiance en soi et le respect de soi et de l'autre dans la relation passe par un travail de renforcement de l'estime de soi qui incombe aux éducateurs.

Pour les responsables éducatifs, une manière pastorale d'agir consiste d'abord à partir des jeunes, là où ils en sont, en acceptant de s'y confronter. Elle se déploie ensuite en ouvrant un chemin d'humanisation ambitieux, exigeant et positif.

La création d'un parcours d'éducation à la relation, en particulier le développement de l'estime de soi sur l'ensemble des cycles, nécessite une réflexion sur la progression des contenus à développer.

Sensibilisés par l'association *Aux Captifs la Libération* aux risques de prostitution de certains jeunes de nos établissements scolaires, un groupe de réflexion composé de chefs d'établissement, CPE, APS, psychologue et médecin s'est constitué pour rechercher comment mieux protéger les élèves de toutes formes de dérives. Les échanges au sein du groupe ont mis en évidence des propositions pertinentes mises en place pour les élèves dans beaucoup d'établissements, sans être toujours reliées entre elles et souvent sans reprise. D'autre part, la question de l'éducation affective, relationnelle et sexuelle (EARS) est portée majoritairement par l'équipe pastorale. Ces constats ont motivé l'élaboration du document et le choix pour la construction d'un parcours doté de :

- une pédagogie *inductive* qui part du vécu des jeunes et doit permettre de co-construire des repères entre l'adulte et le jeune, avant de pouvoir souligner que ces repères rejoignent souvent les convictions éducatives,
- une pédagogie *spiralair*e qui s'appuie sur l'expérience et les acquis de l'élève pour une progression « pas à pas » dans son cursus collège-lycée,
- une pédagogie *transversale* et interdisciplinaire propre à chaque contexte d'établissement.

Le document est organisé en trois chapitres :

1. **Visée éducative**
2. **Convictions éducatives et Enseignement de l'Église**
3. **Points d'attention pour la construction d'un parcours**

*La confiance en soi,
respect de soi et de
l'autre, passe par un
renforcement de
l'estime de soi*

Visée éducative

Comment permettre aux jeunes d'être eux-mêmes, de poser des choix censés, respectueux dans leur contexte de société ? Renforcer la confiance en soi apparaît comme une priorité éducative.



Connaissance de soi, estime de soi, confiance en soi

On ne peut pas travailler la confiance en soi sans prendre en compte le développement de l'estime de soi. L'éducation affective, relationnelle et sexuelle s'inscrit dans une formation à la connaissance de soi qui vise à valoriser les capacités physiques et mentales, les centres d'intérêt comme points d'appuis, mais aussi faire percevoir à chacun ses limites, ses fragilités. Elle requiert d'explorer et d'exprimer ses désirs et de pouvoir ainsi apprendre à dire de vrais « oui » et de vrais « non ». Elle suppose des temps d'intériorité. Ceci permet d'unifier la personne et de vivre une meilleure estime de soi.

Dans une société où le corps est présenté avec une visée de perfection dans les médias, les publicités, les réseaux sociaux où le corps est exposé sans limites :

- ▶ Comment accompagner les élèves dans ce qui relève de l'intimité, du respect du corps, du respect de l'autre, de la relation ?
- ▶ Comment les aider à entrer en relation en se respectant et en respectant l'autre différent de soi ?
- ▶ Comment leur faire découvrir qui ils sont en tant que personnes sexuées ?
- ▶ Comment leur permettre de s'apprécier ?
- ▶ Corps et esprit : l'un peut-il aller sans l'autre ?

*Sans connaissance
de soi, pas
d'estime de soi.
Sans estime de soi,
pas de confiance
en soi*

Estime de soi : définition

Sa définition a évolué depuis la fin du XIX^e siècle et si les chercheurs actuels divergent toujours, il semble qu'ils puissent s'accorder sur l'idée d'une attitude intérieure « qui consiste à s'apprécier tout en tenant compte du regard des autres » (Chalvin). Elle joue un rôle important dans les rapports sociaux et dans le développement de la personne humaine pour affronter les défis fondamentaux de la vie. Elle peut se définir comme un état fluctuant et non stable, soumis aux aléas de la vie, qui constitue cependant un socle incontournable pour que les élèves puissent s'appuyer sur leurs ressources, tout en tenant compte de la reconnaissance des autres. « Carburant des relations sociales », elle s'alimente dans le regard positif que l'individu porte sur lui, sur les autres et impacte aussi le regard sur l'avenir, loin des rapports de force mais dans une interdépendance créatrice.

*Prendre conscience
de ses qualités,
reconnaître
ses limites
et ses fragilités*



Estime de soi pour « être capable d'être soi »

Comme la connaissance de soi, l'estime de soi est trop peu travaillée collectivement en établissement alors qu'elle est indispensable pour l'éducation au choix et à la qualité de la relation. La conception d'un parcours conçu en continuum et de façon spiralaire permettrait d'y remédier en pensant en communauté éducative (équipes, prêtres, APS, parents, intervenants) à mobiliser tout ce qui contribue au développement de l'estime de soi tout au long de la scolarité.

« Être capable d'être soi », comment ?

Les objectifs éducatifs pourraient être :

- Encourager le sentiment d'autonomie.
- Permettre à l'autre d'être lui-même.
- Développer le sens critique chez les jeunes en leur offrant des repères pour qu'ils puissent réfléchir, prendre du recul et, éventuellement, prendre position et s'affirmer dans des situations précises.
- Découvrir le concept d'assertivité.
- Apprendre à mettre des mots sur ses émotions (cf : la notion de grammaire des émotions).
- Informer, mais aussi faire réfléchir, accompagner au niveau du processus critique et décisionnel, permettre un regard sensible sur soi et sur les autres, aider à s'affirmer, réagir, se faire confiance, et ainsi, devenir moins vulnérable, etc.
- « Être » en opposition à « Avoir »

Convictions éducatives et Enseignement de l'Église

La condition sexuée est une richesse humaine et un don de Dieu. Les jeunes sont appelés à vivre leur sexualité de manière responsable, sûre et respectueuse : il est de notre mission en tant qu'éducateur chrétien d'avoir une approche positive, en abordant la sexualité en termes de chemin d'humanité (don en soi, liberté) et de faire percevoir sa beauté et sa dimension transcendante.



Formation intégrale et anthropologie chrétienne

Au-delà des obligations du programme de l'éducation à la sexualité de l'éducation nationale (trois séances d'éducation affective et sexuelle par an), l'enseignement catholique porte une attention particulière à la **formation intégrale de la personne humaine** dans sa dimension affective, relationnelle et sexuelle, en lien avec les fondements de l'anthropologie chrétienne et avec la notion d'écologie intégrale. Au nom de cet idéal de la sexualité humaine, l'Église propose un chemin de liberté pour échapper à des conditionnements fortement véhiculés par une culture ambiante.

Une approche partagée, bienveillante

En équipe

Pour respecter l'unité du jeune, **l'approche doit être transversale, pluridisciplinaire et plurisectorielle**. Chaque adulte (professeurs, éducateurs, intervenants) participe à la réflexion et contribue aux actions auprès des jeunes. L'EARS est proposée tout au long de la scolarité, ces séances ne se substituent pas au rôle de l'enseignant qui travaille à partir des programmes scolaires. Sous la responsabilité du chef d'établissement, des intervenants formés peuvent être associés. Un dispositif en binôme est préconisé.

L'EARS vise « à aider chacun à mieux se connaître, à discerner ce qu'il cherche pour son bonheur et à faire des choix sensés respectueux de lui-même et d'autrui » (Orientations pour l'EARS, document du SGEC, 2010).

En relation avec les familles

L'EARS se vit d'abord en famille où l'enfant, le plus souvent, est accueilli dans toutes les dimensions de son être et trouve la richesse d'une écoute attentive et affectueuse. Les parents sont les premiers éducateurs de leurs enfants. L'établissement, en appui de ce qui est déjà semé, doit se donner des **moyens réguliers d'information et de concertation avec les familles**, voire proposer des lieux de formation et des lieux d'écoute.

*Faire percevoir la
beauté et
la dimension
transcendantale
de la sexualité*

En lien avec le projet d'animation pastorale

Le projet éducatif d'un établissement catholique d'enseignement est référé à l'Évangile et à l'enseignement de l'Église. Cette dimension est particulièrement importante pour l'EARS. Sous la responsabilité du chef d'établissement, l'équipe d'animation pastorale veillera à proposer une découverte de l'enseignement de l'Église, sous des formes appropriées et audibles pour les jeunes d'aujourd'hui.

En lien avec les partenaires extérieurs

Dans le cadre d'un projet cohérent et concerté, les établissements peuvent utilement solliciter des partenaires extérieurs pour des temps forts ou des actions plus régulières. De telles interventions peuvent permettre une parole plus libre et plus distanciée. La sollicitation de partenaires extérieurs **ne peut néanmoins désengager la communauté éducative de sa responsabilité, il ne s'agit pas d'un transfert de responsabilité, l'exercice de la responsabilité se situe déjà au niveau de la commande.**¹

*Dialoguer,
c'est écouter,
s'exprimer,
se confronter,
s'ouvrir, se respecter,
découvrir...
et ça s'apprend*

En lien avec la vie scolaire

L'école, comme lieu de vie, donne l'occasion quotidienne de relations interpersonnelles (respecter l'autre, se situer dans un groupe). Le dialogue avec la classe, l'heure de vie de classe en second degré, le dialogue entre un adulte et un élève sont autant de lieux structurants pour l'éducation affective. Le règlement intérieur de l'établissement est un élément constitutif de l'éducation lorsqu'il fixe les préconisations et les interdits et prévoit les règles de la vie collective, fondées sur la tolérance, la civilité, le respect de soi et de son intimité, et le respect de l'autre, notamment de l'autre sexe.

Des lieux d'écoute

Être écouté, poser les questions qui sont les siennes, exprimer ses éventuelles souffrances : l'établissement doit s'interroger sur les personnes-ressources aptes et formées à l'écoute. La mission de l'infirmière, des bénévoles formés, des cadres de direction en ce domaine sera précisée.

¹ Pour remplir cette mission, les établissements du 1er et du 2d degré font appel à des *intervenants* ; à côté d'organismes extérieurs spécialisés dans l'éducation à la vie (Le CLER Amour et famille, etc.), des parents, premiers éducateurs, des membres de l'équipe pastorale, des enseignants, etc. peuvent s'engager. Aborder les questions liées à la vie affective, apprendre aux élèves à découvrir la beauté de toute personne, la dignité du corps ou encore les guider dans la connaissance de soi requiert un certain nombre d'aptitudes pour avoir une parole cohérente, fondée sur une juste compréhension de l'anthropologie chrétienne sous-jacente. L'éducation affective relationnelle et sexuelle doit viser à une « intégration » de la sexualité dans la personne" (Congrégation pour l'éducation catholique, Orientations éducatives sur l'amour humain). La charte de l'intervenant EARS pose des principes déontologiques et pédagogiques : voir Orientations pour l'EARS réédité par le Secrétariat général de l'Enseignement catholique en 2015, à l'occasion de la sortie du parcours-jeu « Au fil de la vie » destiné aux élèves de primaire.

Des orientations pour des choix de supports

Les établissements catholiques d'enseignement respectent le référentiel des programmes de l'Éducation nationale.

Les programmes de SVT sont bien entendu intégralement assumés mais le choix des manuels n'est pas indifférent. Le conseil des professeurs concernés (travail en équipe) sera donc particulièrement vigilant dans ses choix. L'établissement portera une grande attention aux documents concernant l'EARS, mis à disposition au Centre de Documentation et d'Information, ainsi qu'à la liste des sites éventuellement conseillés. Cela suppose un travail pour l'élaboration d'une doctrine pour le choix des contenus.



Points d'attention pour la construction d'un parcours

La dynamique de parcours n'a de sens que si elle s'illustre au quotidien dans le regard de l'enseignant, la parole de l'adulte, une attention de chaque instant au bien être.



Repenser une dynamique de parcours

Pour une posture éducative plus ajustée, il convient de questionner ses propres représentations, cerner celles des enfants et des adolescents, mieux connaître les comportements en matière de vie affective et relationnelle et leur paysage socio médiatique.

Pour une nouvelle dynamique, constituer un groupe élargi de travail en initiant ou développant un réseau interne (équipes) et externe (partenaires) est une première étape. Il axera sa réflexion dans une éducation plus large à la relation et proposera des actions à différents moments du parcours scolaire. Pour cela, identifier les liens avec les programmes et le parcours d'éducation à la santé est une seconde étape. Il s'inscrit dans un contexte d'établissement et devrait trouver son fondement dans le cœur du projet de celui-ci. Il s'appuiera sur la visée éducative et les valeurs prônées par ce dernier.² Un groupe de suivi pourra être mis en place.³

Engager la construction d'un parcours

- Faire un état des lieux de ce qui se fait dans l'établissement et des éventuels besoins repérés.
- Inscrire des actions dans une progression qui leur donne du sens.
- Identifier les ressources et les personnes mobilisables.
- Désigner un référent qui sera en mesure de porter l'EARS et d'animer le groupe de personnes mobilisées.

Une pédagogie inductive

Avec la parole des élèves, une pédagogie inductive doit permettre de co-construire des repères entre l'adulte et le jeune, avant de pouvoir souligner que ces repères rejoignent souvent les convictions éducatives.

Les enjeux d'une telle pédagogie :

- Faciliter la parole dans le groupe : en diversifiant les supports pédagogiques qui favorisent la participation, en évitant le récit personnel (brainstorming autour de quelques affirmations, photolangage, films, séquence vidéo mettant en scène des situations, la méthode Pat-miroir⁴) ;
- Développer l'esprit critique par l'analyse de messages véhiculés par les divers médias et leur permettre de bien distinguer fiction et réalité mais aussi pour lutter contre les effets du groupe ;
- Permettre de « mettre en mots » les réalités de l'affectivité et de l'amour, dans un environnement où l'image est prédominante (recourir aux contes, à la poésie, à la sculpture, aux chansons, aux psaumes pour susciter la réflexion des enfants et des jeunes).

² Voir annexe 2 p. 21

³ Voir www.enseignement-catholique.fr/ressource/ears/ p. 25

⁴ www.cooprex-international.com

Un parcours spiralaire

Pour une progression spiralaire⁵ propre à chaque établissement, il est nécessaire de s'appuyer sur une double cohérence verticale et horizontale.

Quelques préconisations pour l'élaboration de ce parcours :

- **Articuler** les acquisitions disciplinaires, les savoirs du socle et les fondements anthropologiques pour tous.
- **Élaborer** une pratique formelle des progressions avec les équipes plurielles afin de permettre à chacun des élèves un « pas à pas » sur le cursus collège-lycée.

Formaliser une démarche spécifique au sein de l'établissement confortera les adultes en charge de cette question.

Une approche pluridisciplinaire

Parce que la réflexion sur Corps et Estime de soi traverse toutes les disciplines, sciences, sports, arts, histoire, langues étrangères, philosophie, anthropologie, théologie, etc. elle manifeste le caractère holistique des savoirs et sert l'unité de l'Être humain.



⁵ Jérôme Bruner est à l'origine de la conception de la pédagogie spiralaire, reprise par Jean-Pierre Astolfi en France

Contributions dans chaque discipline à mettre en synergie

Quelques exemples à mettre en œuvre dans un établissement scolaire :

- **Littérature** : ce patrimoine fait une grande place à l'expression du sentiment, de l'amour, de la passion et met en scène des expériences multiples. Les mythes, contes et récits divers peuvent aider à la construction de l'identité par leur dimension symbolique.
- **Histoire-géographie** : elles font découvrir dans le temps et dans l'espace des institutions matrimoniales. La conception de la vie humaine, des structures familiales diverses aident à s'interroger sur une recherche existentielle fondamentale et sur la représentation et la valeur donnée à la différence Homme/Femme.
- **Biologie** : au-delà de l'étude de la transmission de la vie, elle aide à se forger une représentation du corps et du respect qui lui est dû, à mieux connaître la différence Homme/Femme et à appréhender la conception de l'écologie intégrale.
- **L'EPS** aide à connaître son corps, ses possibles performances, ses limites et forme à la maîtrise de soi.
- **L'EMC** intègre nécessairement dans son cursus la formation au respect d'autrui, à la responsabilité et à la vie sociale.
- **En philosophie**, de nombreux thèmes du programme peuvent aussi contribuer à une réflexion sur le corps et l'estime de soi. Ce champ peut donc être un ancrage privilégié pour un travail interdisciplinaire.
- **Arts** : le théâtre, l'éducation musicale et le chant choral consacrent une large place à l'expression du corps.
- **L'EMI** contribue au développement de l'esprit critique sur l'impact médiatique.
- Au-delà de toutes ces matières académiques, **la culture religieuse** enrichit ces différentes approches.

Accueillir la parole des élèves

Pour présenter les trois premiers principes de la participation des jeunes, nous nous servons ici du modèle proposé par Marc Jans et Kurt de Backer décrivant les différents aspects de la participation des jeunes.

Principes

La participation doit reposer sur un enjeu concret. Par « enjeu concret », nous entendons un sujet se rapportant directement à la vie quotidienne des jeunes, qui intéresse les jeunes ou qui les concerne fortement.

La participation doit s'appuyer sur les aptitudes de chacun. Pour pouvoir participer, les jeunes doivent disposer de certaines connaissances et compétences. Par conséquent, les projets ou initiatives doivent tenir compte des compétences des jeunes et prévoir les moyens de développer, dans le cadre de l'activité, les compétences qu'ils n'ont pas encore acquises.

La participation doit reposer sur une association. Les jeunes doivent se sentir *associés* aux adultes, à la communauté, à des idées ou à un mouvement et soutenus par eux. Cela signifie essentiellement qu'ils ont besoin de savoir qu'ils ne sont pas seuls et qu'ils peuvent s'identifier à un groupe ou à une institution et compter sur lui/elle (compter sur lui/elle aussi en termes de soutien et de place).

L'expérience des praticiens montre aussi que, si l'on veut parvenir à un niveau significatif de participation, il faut que la participation soit :

- **ouverte** à tous les jeunes, indépendamment de leur origine, de leur nationalité ou de leur religion.
- **volontaire** : la participation ne doit pas être obligatoire et les jeunes ont le droit de ne pas participer si tel est leur choix. Ils peuvent aussi décider de la forme ou du degré que prendra leur participation.
- **en relation avec les besoins véritables** des jeunes. Il est important et motivant pour les jeunes d'être associés aux questions qui les concernent directement.

Précautions

Les jeunes doivent **être préparés à la consultation**. Ils sont dotés d'un fort potentiel et de nombreux atouts, mais ils peuvent ne pas avoir en main toutes les connaissances ou aptitudes nécessaires pour contribuer de manière significative au processus de consultation. Les adultes doivent veiller à la formation et à la préparation des jeunes à cet égard.

Les jeunes doivent **participer à la préparation** et à l'organisation de la consultation. Ils peuvent prendre des responsabilités et contribuer à l'ensemble du processus d'organisation de la consultation. Cela leur permettra de s'approprier les résultats de la consultation et d'acquérir une expérience précieuse.

La consultation doit **avoir un but bien défini** et les participants doivent en être informés. Les jeunes doivent connaître les raisons de l'organisation de la consultation et savoir à quoi serviront ses résultats (dans quelle mesure ces résultats pourront influencer sur la décision finale). Cela les aidera à se fixer des objectifs réalistes à l'égard du processus. Ils doivent être informés des modalités de l'ensemble du processus.

*Pour se sentir
associés à la
consultation, les
jeunes doivent en
comprendre la portée*

Le processus de consultation peut être organisé de différentes façons. Par conséquent, ils doivent savoir à quelle étape en est le processus de consultation en cours et ce qui doit se passer ensuite. **Ils doivent être consultés le plus tôt possible dans le processus de décision.** La consultation a pour but de recueillir leur point de vue sur des propositions ou des décisions qui ont un impact sur leur vie, de façon à mieux tenir compte dans ces propositions de leurs besoins et de leurs opinions. Si le processus de consultation a lieu dans les toutes dernières étapes du processus de décision, ils ne seront guère en mesure d'influer sur la forme finale des propositions.

La méthodologie retenue pour la consultation doit être adaptée à l'âge, au milieu et au niveau d'éducation des jeunes.

Méthodologie

Le temps consacré à la consultation doit être approprié. Une consultation est un processus qui demande du temps, d'abord parce qu'une préparation est nécessaire et ensuite parce que tous les jeunes doivent pouvoir exprimer leur point de vue. L'ensemble du processus doit donc être bien planifié afin de pouvoir recueillir des contributions utiles. Si les jeunes ont besoin de plus de temps pour développer leurs idées, des possibilités supplémentaires de consultation doivent être proposées.

La consultation doit être organisée à un moment adapté, en un lieu accessible aux jeunes. Le choix du moment et du lieu de la consultation est important.

- **La consultation** doit avoir lieu dans un contexte incitant les jeunes à y participer. Même si la question présentée aux jeunes est d'une importance cruciale, il est essentiel de créer des conditions dans lesquelles les jeunes se sentent en sécurité et à l'aise pour exprimer et partager leurs idées. C'est pourquoi certaines organisations s'efforcent d'organiser la consultation dans un contexte plutôt informel.
- **Les jeunes doivent être informés** des résultats de la consultation et de la façon dont leur contribution a été utilisée même si cela n'est possible qu'après un certain temps.
- **Les points de vue et opinions** des jeunes doivent être respectés et mis en valeur.
- **La contribution** des jeunes doit être explicitement reconnue et valorisée.

La consultation peut être organisée de différentes façons :

- Organiser une réunion de consultation ou une manifestation à l'occasion de laquelle les jeunes peuvent se familiariser avec la question ou la proposition en jeu et exprimer leur point de vue ;
- Inviter les jeunes à faire connaître leur point de vue à l'aide d'une création artistique : dessin, sculpture, poème, etc. ;
- Organiser des entretiens individuels ou en groupes ;
- Distribuer un questionnaire ou en réalisant une enquête volontaire.

La consultation est un processus qui demande du temps

Annexes I

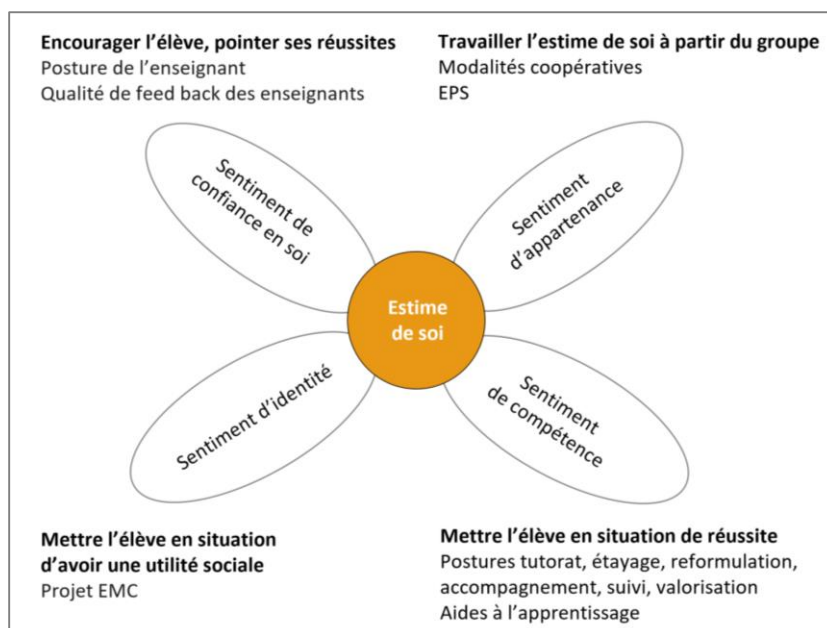
Schéma d'une proposition pour les classes de 6^e

Développement psycho-affectif et sexuel de l'enfant entre 9 et 11 ans

Vers 9-10 ans apparaît la pré-puberté. Les enfants font face à des transformations physiques et psychologiques. Les filles arrivent souvent à la puberté deux ans avant les garçons. Leurs perceptions et leurs émotions évoluent. Les élèves commencent à s'intéresser à la sexualité des adultes. Ils entendent et lisent des choses qui aiguissent leur curiosité, mais n'aiment pas en parler. Le premier pas vers une relation amoureuse peut être franchi à ce stade. Ils commencent à rechercher leur identité sociale, leur identité psychologique, leurs qualités personnelles et leur place dans le groupe et le monde.

Estime de soi dans un processus global

Exemple de grille pour développer l'estime de soi dans un processus global autour de 4 pôles avec des pistes de mise en œuvre :



Estime de soi et Transversalité

Exemple pour donner à voir la mise en œuvre en transversalité :

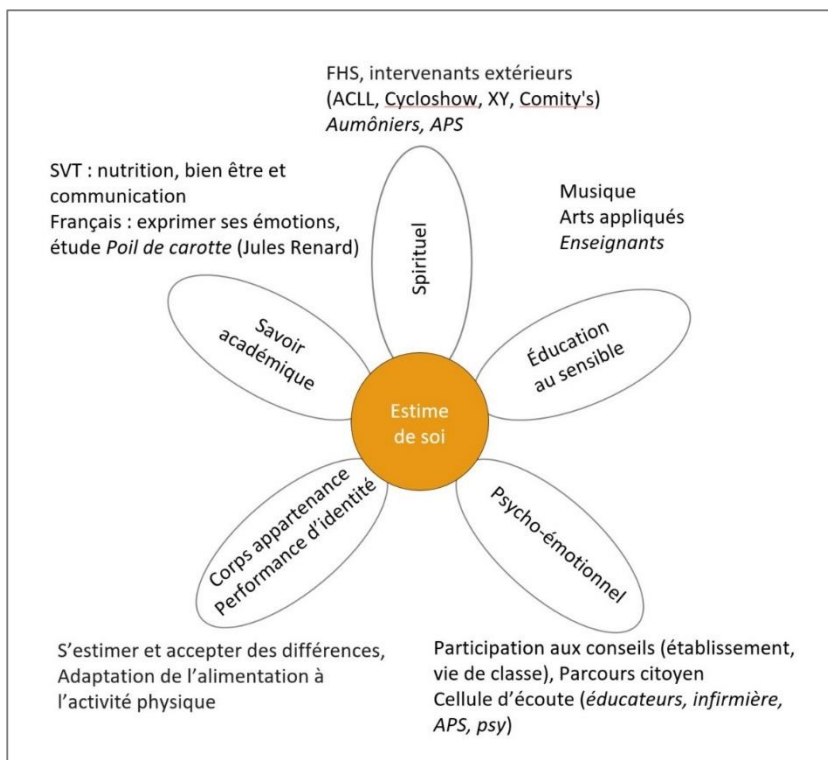


Schéma d'une proposition pour les classes de 2^{de}

De l'estime de soi à la confiance en soi

Objectif général : développer la confiance en soi pour notamment apprendre à résister à la pression du groupe.

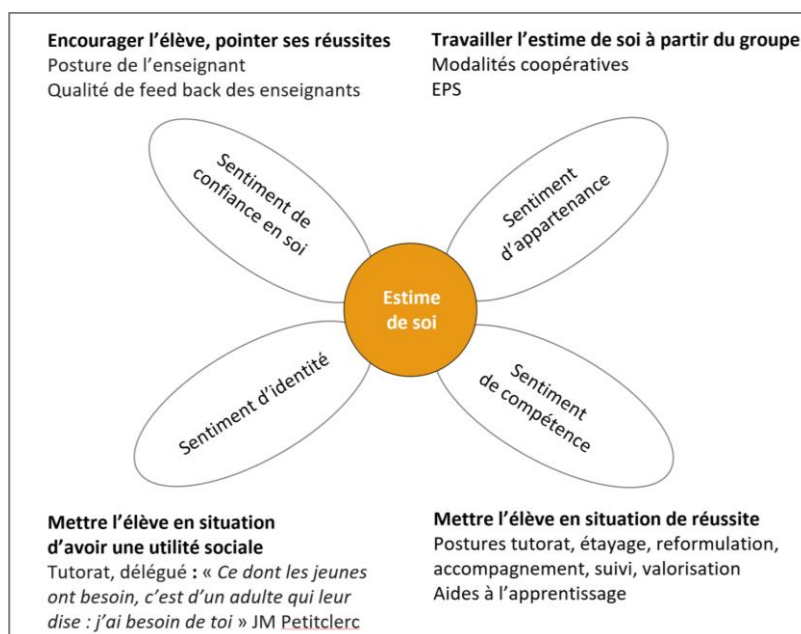
Capacités : faire des choix respectueux de soi et des autres.

Attitudes visées : comprendre et accepter les changements et différences physiques ; avoir une image positive de son corps et de soi-même à défaut d'accepter son corps tel qu'il est.

Compétences visées : comprendre les modèles et les rôles sociaux véhiculés par les médias ; réfléchir sur ce qui constitue son identité et ses valeurs personnelles ; savoir identifier les différentes sources d'influence (parents, pairs, médias, culture, religion, sexe, publicités, lois...) sur ses relations et comportements ; prendre conscience des effets de ces influences et en débattre.

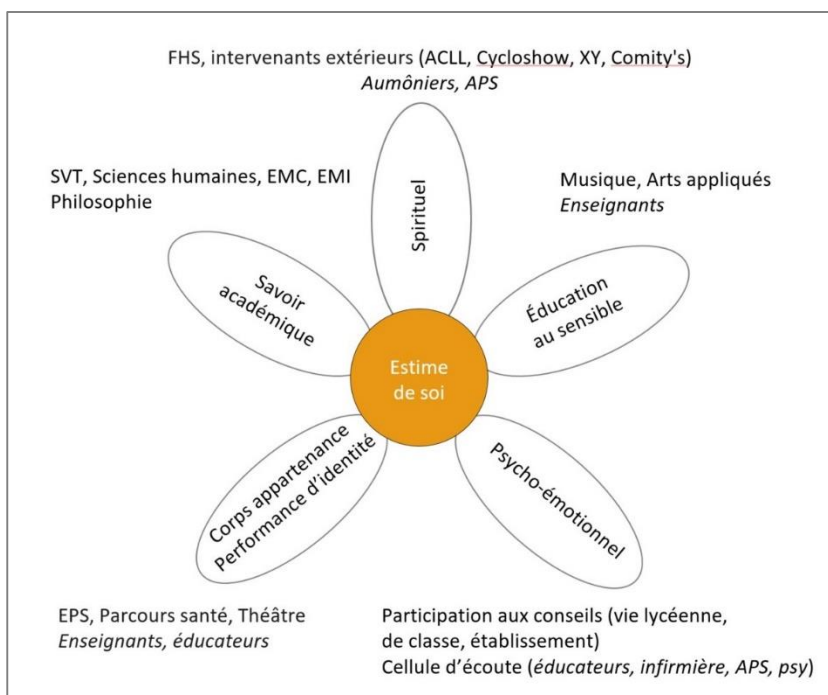
Estime de soi dans un processus global

Exemple de grille pour développer l'estime de soi dans un processus global autour de 4 pôles avec des pistes de mise en œuvre



Estime de soi et Transversalité

Exemple pour donner à voir la mise en œuvre en transversalité



Annexe 2

Exemples de parcours construits en 2019-2020

Université du Québec à Montréal

Face à l'hyper sexualisation, l'université a conçu le guide *Oser être soi-même*⁶ avec une proposition de programme pour renforcer la confiance en soi : *Le rapport au corps* : « ce que l'apparence ne dit pas »

- **Domaines généraux**
 - Santé et bien-être : amener l'élève à se responsabiliser dans l'adoption de saines habitudes de vie sur le plan de la santé, de la sécurité et de la sexualité.
 - Médias : amener l'élève à faire preuve de sens critique, éthique et esthétique à l'égard des médias et à produire des documents médiatiques respectant les droits individuels et collectifs.
 - Vivre ensemble et citoyenneté : amener l'élève à participer à la vie démocratique de la classe ou de l'école et à développer une attitude d'ouverture sur le monde et de respect de la diversité.
- **Compétences transversales**
 - d'ordre intellectuel : exploiter l'information, exercer son jugement critique
 - d'ordre personnel et social : actualiser son potentiel, coopérer
 - Compétence de l'ordre de la communication : communiquer de façon appropriée
- **Domaine d'apprentissage**
 - Domaine du développement de la personne
 - Appropriation et acceptation de son image corporelle en transition
 - Prise de conscience et analyse critique de l'effet que peuvent avoir les modèles stéréotypés et idéalisés du corps sur l'acceptation de son image corporelle.
- **Éthique et culture religieuse**
- **Compétences disciplinaires**

Paul Claudel d'Hulst

Les interventions sont pensées par niveau, en fonction de l'âge et des besoins. Le parcours est longitudinal.

- Différentes associations interviennent en EARS en fonction du développement de l'enfant :
 - En 6^e : *Cycloshow*⁷, pour ouvrir au dialogue ;
 - En 5^e : *Comitys*⁸ pour parler de l'estime de soi ;
 - En 4^e et 3^e : *Com'je t'aime*⁹ pour évoquer la question de la puberté et de l'amitié, et le début de la relation amoureuse, en 3^e le sentiment amoureux et la mixité, en 2^{de} amour et sexualité, et en 1^e le discernement et le choix.
 - En Terminale : les sujets sont développés en philosophie

Une réflexion est en cours pour associer les parents dans cette dynamique.

⁶ www.hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/GUIDE_COMPLET_WEB.pdf

⁷ www.cycloshow-xy.fr

⁸ www.comitys.com

⁹ www.comjetaime.com

Les Francs-Bourgeois

- Deux associations interviennent en fonction de l'âge des enfants :
 - **Sésame**¹⁰ : des réponses claires aux questions des jeunes, lors d'interventions du CM à la terminale
 - **E-enfance**¹¹ : pour lutter contre la cyber-violence et cyber-sexualité
- Les thématiques étudiées sont les suivantes :
 - Séparation filles et garçons
 - Le don du corps quel engagement ?
 - Trouble du genre : avec les deux psychologues et le livre *Le petit guide du discernement* de Philippe Auzenet, fondateur de l'association « Oser en parler » en appui.
- Deux activités sont proposées en 2^{de}, 1^e et Terminale : yoga et sophrologie

Saint-Joseph d'Argentré

L'Enseignement catholique envisage nos écoles comme des laboratoires d'humanité où la relation à l'autre est au cœur de l'acte éducatif. Guider les enfants et jeunes pour les faire grandir en humanité est une posture éducative et pastorale au sens large.

- **Pour tous** : proposer des lieux et temps de parole, une oreille attentive de la part des enseignants, des éducateurs et de l'animatrice en pastorale :
 - Des temps de sensibilisation au respect de l'autre dans la classe, la cour, les espaces numériques.
 - Des conférences proposées aux parents par l'APEL sur ces sujets : génération numérique, communication bienveillante, éducation affective, etc.
 - Des adultes du groupe scolaire formés régulièrement tels, fin 2019 : *Génération Médiateurs* et *Mieux vivre ensemble*.
 - **Primaire** : une sensibilisation est faite à la gestion de ses émotions et à la communication bienveillante afin d'appréhender la relation à l'autre de façon pacifiée. Cela passe en premier lieu aussi par une relation à soi, savoir se comprendre pour mieux se respecter et respecter autrui.
 - **Collège** :
 - **En 6^e** : Pour tous, au travers de la culture religieuse et de la catéchèse. Mais pas seulement. Une séance sur « Désir d'aimer, désir d'être aimé » avec Paroles pour demain. En 2020, deux demi-journées sur « la connaissance de soi ».
 - **En 5^e** : dans le cadre des séances d'Éducation à la Relation, avec leurs sensibilités différentes nos enseignants, nos éducateurs ou notre animatrice en pastorale animent pour tous les élèves deux séances sur un thème: respect, tolérance, relation au corps, estime de soi.
 - **En 4^e** : l'association Sésame répond aux questions posées anonymement et librement en amont sur l'EARS en 1/2 groupes non mixtes, pendant 2 h.
- En 3^e** : Forum de l'engagement. Témoignages de jeunes et de bénévoles sur leur engagement personnel : coacher des plus jeunes, association solidaire au lycée, jeunes sapeurs-pompiers, visiteurs de personnes âgées, commandant de gendarmerie, enseignant, prêtre ou séminariste... Chaque année une classe ou deux de 3^e est spécifiquement au service d'un événement du groupe scolaire, comme, en 2020, les 3^e s'engagent pour une marche parrainée.

¹⁰ www.sesame-educ.org

¹¹ www.e-enfance.org

Ressources

Cycloshow

- ▶ En 6^e (filles) : les ateliers Cycloshow leur apportent des connaissances, mais aussi et surtout un regard positif sur la puberté. Les ateliers permettent aussi aux mamans de s'investir dans ce domaine : elles ont la possibilité d'être présentes et de reparler ensuite de la journée avec les mêmes bases, le même vocabulaire.

CLER

- ▶ En 5^e et 4^e : interventions assurées par des éducateurs à la vie du CLER Amour et Famille¹² pendant deux heures en groupes non mixtes :
- ▶ En 5^e : temps d'échange entre les élèves et avec les intervenants sur le respect et l'estime de soi pour amener les collégiens à une réflexion personnelle sur leurs besoins, leurs désirs, leurs attitudes, l'image qu'ils ont ou qu'ils donnent d'eux-mêmes.
- ▶ En 4^e : le thème « *La puberté, l'adolescence ... quelle histoire* » vient en complément du programme de SVT donnant à mieux connaître les modifications comportementales et physiologiques lors de la puberté, donc des repères pour se conduire en personne responsable dans une relation amoureuse et les aider à prendre conscience des enjeux liés à cette relation.

EARS et programmes de SVT

- ▶ Fiche conçue et proposée par le Sgec dans le cadre de la réforme du baccalauréat¹³

PIPSa

- ▶ Jeu de l'Oie Estime "T'oié" pour aider au développement de l'estime de soi¹⁴

CPAS de Charleroi

- ▶ Jeu Action ou Vérité¹⁵
- ▶ Dodécaèdre sur l'estime de soi et sa fiche pédagogique¹⁶
- ▶ Coordination française pour la Décennie : fiches pédagogiques sur l'apprentissage de l'estime de soi¹⁷

Pour une éducation à la relation

- ▶ Malette pédagogique proposée par le Sgec pour les écoles primaires¹⁸
- ▶ Université de Paix (Namur) : Graines de médiateurs

¹² www.cler.net/Education-affective-et-sexuelle

¹³ www.enseignement-catholique.fr/wp-content/uploads/2019/03/fiche9-SVT.pdf

¹⁴ www.pipsa.be/outils/detail-2139614123/estime-t-oié.html

¹⁵ www.ddec85.org/media/jeu_action_verite_special_estime_de_soï_fiche_pedagogique.pdf

¹⁶ www.ddec85.org/media/le_dodecaedre_de_l'estime_de_soï_fiche_pedagogique.pdf

¹⁷ www.ddec85.org/media/dossier_peda_estime_de_soï_mai_2009_1.pdf

¹⁸ www.enseignement-catholique.fr/fil-de-vie-senrichit