

# Des changements, des changements... oui, mais je n'en attendais pas autant !

Connaissance de soi

Gestion des influences  
sociales



## Auteur.trice

Proposée par  
Isabelle  
Lepage,  
sexologue et  
conseillère  
pédagogique  
CSSDM



## Date de publication

20 août 2021

 6e année

 Sexualité

 1 animation de 60 min

## Savoir à développer

- Prendre conscience de l'émergence du désir de plaire et de l'envie d'être amoureux.

## Lien avec le PFEQ

Cette activité aborde la thématique « Vie affective et amoureuse » en lien avec les contenus obligatoires en éducation à la sexualité en 6<sup>e</sup> année. Ces contenus s'inscrivent dans les domaines généraux de formation du PFEQ.

## Lien avec la plateforme éducative du SdG

Activité en lien avec la dimension du développement affectif de l'enfant : Développer ses sentiments et ses émotions.



## Résumé

---



### DURÉE

1 animation de 60 min

Cette animation tirée de l'outil « Les classes Sexo-Logiques » aborde les savoirs à développer en lien avec l'éducation à la sexualité au moyen d'une capsule vidéo et de questions à poser aux élèves.

Dans la première partie de la capsule vidéo, Casse-Tête se pose beaucoup de questions sur ses sentiments, les réactions physiologiques de son corps et ses relations avec les autres.

Dans la deuxième partie de la capsule vidéo, il participe à une foire aux questions qui permet d'aborder des questions parfois gênantes. Au cours de cette partie, les élèves sont invités à compléter des cartes conceptuelles en prêtant attention aux mots qui sont manquants.

Un cahier d'animation est mis à la disposition de la personne qui anime et comprend notamment un plan d'animation.

## Avant l'activité

---

### LES PRÉREQUIS

- **LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE**

Cahier d'animation, épisode 6.2, qui inclut :

- L'autoévaluation (à imprimer à chacun des élèves; voir p. 19)
  - L'annexe 2 – Règles de fonctionnement (voir p. 21)
  - L'annexe 3 – Passeport de l'élève (à imprimer à chacun des élèves; voir p. 23-27)
- Capsule A – Des changements, des changements... oui, mais je n'en attendais pas autant!

Matériel de projection (tableau blanc, haut-parleur, projecteur)

\*Tout le matériel pédagogique est accessible sur le site internet de la série « [Les classes Sexo-Logiques](#) »

- **NOTE INFORMATIVE**

- Effectuer cette animation lorsqu'un climat relationnel et de confiance est installé avec les élèves (éviter le début de l'année scolaire).
- Consulter les règles de fonctionnement avant l'animation (les règles de fonctionnement sont disponibles sur le site internet de la série Les classes Sexo-Logiques : [sexo-logiques.cssdm.ca](http://sexo-logiques.cssdm.ca)).
- Communiquer aux autres adultes de l'école et aux parents le contenu abordé puisque des élèves pourraient réinvestir certains mots en lien avec l'éveil amoureux et sexuel.

### LA PRÉPARATION

- **À PRÉPARER**

Visionner la capsule vidéo et lire le cahier d'animation de l'épisode 6.2, particulièrement :

- La section « Avant de commencer » (voir p. 5);
- La section « Niveaux d'aisance » (voir p. 6; Niveau 2);
- Les « Concepts clés » à bien comprendre (voir p. 10; ex. : *Puberté*);
- Le « Vocabulaire à travailler » (voir p. 11; ex. : *Puberté*);
- Le plan d'animation (voir niveau 2 d'aisance; p. 12-16).

- **L'INTENTION PÉDAGOGIQUE À PRÉSENTER AUX ÉLÈVES**

« Aujourd'hui, nous allons parler des manifestations de l'éveil amoureux et sexuel qui ont lieu à la puberté et des questions que tu te poses peut-être à cet effet. »

- **L'ACTIVATION DES CONNAISSANCES ANTÉRIEURES**

- Est-ce que tu te souviens de ce qu'on a dit sur la puberté?
- Te rappelles-tu ce qui déclenche la puberté?
- Peux-tu nommer des changements physiques (du corps) liés à la puberté?
- Les changements de la puberté ne se produisent pas seulement dans le corps. Des changements se produisent aussi dans la tête (psychologique), dans le cœur (affectif) et dans les relations. Peux-tu nommer quelques-uns de ces autres changements?

## ● LA PRÉSENTATION DES CONSIGNES

Se référer aux règles incluses dans le cahier d'animation. Les affiches peuvent être projetées ou imprimées au besoin. Les règles à présenter sont :

- Je lève la main pour obtenir mon droit de parole;
- Je parle pour moi et j'utilise le « je » pour m'exprimer;
- J'ai le droit de ne pas répondre à une question;
- J'écoute les opinions et les questions des autres;
- Je respecte la vie privée des autres

L'animation d'une activité en lien avec l'éducation à la sexualité implique une certaine intimité et nécessite des règles appropriées à ce contexte comme le droit de ne pas répondre à une question et l'obligation de respecter la vie privée des autres. Préciser aux élèves que toutes les questions sérieuses pour eux sont les bienvenues. Vous pouvez mentionner à l'avance que s'ils ne sont pas à l'aise avec certains sujets, ils peuvent en parler en privé avec un adulte de confiance. Ajouter qu'ils peuvent aussi discuter avec leurs parents de ce qu'ils auront appris.

Expliquer que : «Nous allons regarder une vidéo dans lequel Casse-Tête et des jeunes de ton âge se posent des questions. À un moment, nous allons tenter de répondre ensemble à des questions lors d'une discussion. Je t'invite aussi à remplir les cartes conceptuelles que tu auras reçues (au besoin, expliquer aux élèves ce qu'est une carte conceptuelle). Tu dois donc porter attention aux mots qui sont manquants tout au long du visionnement (autour de la dixième minute de visionnement). »

---

## Pendant l'activité

### LA RÉALISATION

1. Visionner la vidéo.

2. Arrêter la vidéo lors des 5 questions et animer une discussion avec les élèves.

**Q1. Depuis que mon amie est amoureuse, je ne la comprends plus. Elle fait des choses étranges. Qu'est-ce qui se passe ? – Maëlle (10 min 11 s)**

– Arrêter la capsule à 10 min 11 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

Qu'est-ce que ça veut dire plaire?

Ex. : se faire remarquer, démontrer son intérêt.

Qu'est-ce que des gens, comme l'amie de Maëlle, font parfois pour plaire?

Ex. : faire certains gestes, changer leur apparence, dire certaines paroles.

– Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q1.

Demander aux élèves :

Pourquoi l'amie de Maëlle prend le temps de boucler ses cheveux le matin et insiste pour faire les mêmes jeux qu'Éloi?

Ex. : son amie cherche peut-être à plaire en lui démontrant qu'elle s'intéresse aux jeux qu'il apprécie et elle souhaite peut-être attirer son attention

Pourquoi Maëlle n'arrive plus à comprendre son amie?

Ex. : elle n'a peut-être pas encore vécu le sentiment amoureux comme semble le vivre son amie et se demande pourquoi elle ne vit pas la même chose. Elle observe peut-être que son amie est différente depuis quelque temps. Elle est peut-être attirée par lui alors qu'elle ne l'était pas avant

– Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

**Q2. Comment montrer mon amour à la personne que j'aime ? – Renaud (11 min 41 s)**

– Arrêter la capsule à 11 min 41 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

Qu'est-ce qu'on peut faire pour démontrer son amour à quelqu'un ?

Ex. : par des paroles et par des gestes.

– Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q2.

– Arrêter à nouveau la capsule à 12 min 52 s.

Demander aux élèves :

Qu'est-ce que pourrait faire Renaud pour démontrer son amour ?

Ex. : démontrer son amour par des paroles (ex. : « Je t'aime », « Tu as des yeux magnifiques », « Tu me plais », « Tu m'intéresses et si tu es d'accord j'aimerais apprendre à te connaître ») ou par des gestes (ex. : passer du temps ensemble à la récréation, l'inviter à manger à la maison, lui donner la main, lui écrire un courriel ou lui téléphoner).

Que peut faire Renaud si Éli n'est pas intéressée ou si elle n'aime pas la manière dont il s'y prend pour lui démontrer son amour ?

Ex. : demander ce qu'elle aime, ne pas continuer si elle n'est pas confortable ou n'aime pas ça.

– Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

**Q3. On se sent comment quand on est en amour ? Je suis un peu mêlée... amour ? Attirance ? Amitié ? – Méli-Mélo ? – Renaud (13 min 02 s)**

– Arrêter la capsule à 13 min 02 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

En quoi l'amour et l'amitié sont semblables ?

Ex. : ce sont deux choses que l'on ressent. Les amis et les amoureux peuvent se confier l'un à l'autre, s'entraider et partager des activités et des intérêts communs.

Pourquoi Méli Mélo est mêlée dans ses sentiments ?

Ex. : les sentiments peuvent changer avec le temps, les sentiments peuvent se ressembler, il peut être difficile d'être à l'écoute de ses sentiments et de prendre un moment pour bien y réfléchir

– Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q3.

– Arrêter à nouveau la capsule à 13 min 49 s.

Demander aux élèves :

Qu'est-ce qui est proposé à Méli Mélo pour clarifier si ce qu'elle vit est de l'amour, de l'attirance ou de l'amitié ?

Ex. : elle peut porter attention à ce qu'elle ressent dans sa tête, dans son corps et dans son cœur en se posant des questions et demander l'aide aux personnes de son entourage.

Quelles questions peut se poser Méli Mélo pour l'aider à comprendre ses sentiments ?

Ex. : quelles sont ses pensées lorsqu'elle réfléchit à cette personne, comment se sent-elle lorsqu'elle est avec cette personne ou lorsqu'elle n'est pas avec elle, si elle est attentive à sa petite voix intérieure, est-ce qu'elle ressent du confort et du respect en présence de cette personne ?

À qui Méli Mélo peut demander de l'aide pour clarifier ses sentiments ?

Ex. : elle peut aller voir un adulte de confiance ou un ami.

– Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

**Q4. Elle ne m'aime pas. Je suis tellement déçu... Qu'est-ce que je peux faire ? – E. Sansfaçon ? – Renaud (13 min 57 s)**

– Arrêter la capsule à 13 min 57 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

Quelles émotions vit E. Sansfaçon ?

Ex. : tristesse, la déception, la colère.

Qu'est-ce que peut faire E. Sansfaçon qui vit ces émotions ?

Ex. : discuter avec un ami, demander conseil à un adulte de confiance, se changer les idées en faisant des activités qu'il aime.

– Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q4.

– Arrêter à nouveau la capsule à 15 min 16 s.

Demander aux élèves :

Quels comportements seraient respectueux dans cette situation ?

Ex. : ne pas insister si la personne ne partage pas les mêmes sentiments, ne pas se venger même si la situation est difficile, ne pas répandre des rumeurs au sujet de cette personne.

Qu'est-ce que pourrait faire E. Sansfaçon pour se sentir mieux ?

Ex. : rester lui-même et éviter de plaire à tout prix, discuter avec un ami, se changer les idées en faisant des activités qu'il apprécie, en parler à ses parents ou à un adulte de son entourage, écrire ses pensées dans un journal intime.

– Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

**Q5. Pour que les autres me trouvent belle, est-ce que je dois ressembler aux femmes que je vois dans les publicités ? – Anne (15 min 22 s)**

– Arrêter la capsule à 15 min 22 s et questionner les élèves en utilisant ces éléments de discussion :

Pourquoi Anne veut-elle que les autres la trouvent belle ?

Ex. : elle veut plaire, elle veut savoir qu'elle est attirante, elle veut ressembler aux femmes dans les publicités.

Quelles préférences pourrait avoir une personne concernant la beauté ? Nomme des exemples.

Ex. : longueur des cheveux, la couleur des yeux, le style vestimentaire, le format corporel.

Que doit faire Anne pour se sentir bien ?

Ex. : être critique à l'égard des images qu'elle a pu observer autour d'elle qui sont souvent irréalistes, apprendre à apprécier son corps tel qu'il est, avoir de saines habitudes de vie, choisir des amis qui respectent qui elle est.

– Poursuivre l'écoute de la capsule et demander aux élèves de compléter les éléments manquants de la carte conceptuelle au fur et à mesure du visionnement concernant la question Q5.

– Arrêter à nouveau la capsule à 16 min 33 s.

Demander aux élèves :

Qu'est-ce qui influence les critères de beauté ?

Ex. : les préférences personnelles, les médias, la culture des personnes.

Quels sont les facteurs qui influencent l'apparence physique ?

Ex. : les gènes, l'activité physique, l'alimentation, le sommeil, l'hygiène.

Comment je peux améliorer mon bien-être ?

Ex. : en faisant de l'activité physique, en mangeant bien, en dormant suffisamment, en ayant une bonne hygiène corporelle

– Recadrer les réponses et renforcer les messages clés en vous appuyant de la carte conceptuelle.

3- Conclure en remettant la fiche d'autoévaluation qui reprend les messages clés (voir p.19).

## INTÉGRATION ET TRANSITION

- **PERMETTRE AUX ÉLÈVES DE VERBALISER ET PARTAGER LEURS PRISES DE CONSCIENCE ET LEUR COMPRÉHENSION**

Utiliser le passeport de l'élève pour garder des traces de l'activité et permettre aux élèves de mettre par écrit leurs pensées. Le sujet de l'activité étant personnel, il n'est donc pas recommandé de questionner les élèves individuellement.

- **RÉINTÉGRER LES CONCEPTS LIÉS AUX SAVOIRS ET RAPPELER LE LIEN ENTRE LE SAVOIR ET LA COMPÉTENCE**

Nous avons vu que (qu') :

- Les jeunes de ton âge expérimentent plusieurs manifestations de l'éveil amoureux et sexuel.
- Il est rassurant de savoir et de comprendre que ces manifestations auront lieu bientôt (ou de mettre des mots sur ce que tu vis déjà).
- Des jeunes de ton âge se posent des questions similaires aux tiennes.
- Si tu as des questions, il est possible d'en discuter avec une personne de confiance à l'école ou autour de toi.

- **S'ASSURER QUE LES ÉLÈVES SE SOUVIENNENT DES SAVOIRS TRAVAILLÉS ET LES ENCOURAGER À METTRE LA COMPÉTENCE EN APPLICATION**

Utiliser la fiche d'autoévaluation.

---

## Après l'activité

---

### RÉINVESTISSEMENT À L'ÉCOLE

#### **Suggestion aux enseignants**

Mentionner aux éducateurs le moment où cette animation aura lieu. Le personnel du service de garde pourra ainsi répondre à leurs questions ou les référer s'il est informé de l'animation donnée en classe.

#### **Suggestion aux éducateurs**

L'éveil amoureux et sexuel est un sujet qui suscite la curiosité des enfants de cet âge. Des livres peuvent être laissés à la disposition des enfants dans la bibliothèque pour consultation (ex. : Jocelyne Robert « Ma sexualité de 9 à 11 ans »; principalement entre les pages 27 à 41 abordant l'éveil sexuel, les préoccupations et l'expression de sa sexualité).

Certains auront des questions qu'ils adresseront au personnel du service de garde. C'est une marque de confiance : il est peut-être plus à l'aise d'en parler à son éducateur qu'à son parent ou à son enseignant. Cela veut dire que l'enfant a un lien significatif.

Il importe de rester ouverts et d'accueillir l'ensemble des questionnements sur l'éveil amoureux et sexuel (c'est un sujet parmi tant d'autres qui suscite des questionnements nouveaux des élèves). Il importe de trouver les bons mots ou une réponse qui sera réconfortante pour l'enfant. L'éducateur au service de garde peut demander du soutien auprès d'un professionnel de l'école qui pourra aider et guider sur des pistes de réponses. Il importe d'aller chercher la réponse ailleurs, d'une autre façon, mais en gardant en tête qu'une réponse doit être donnée à l'enfant. L'éducateur peut prendre le temps de consulter les ressources avant de répondre.

### RÉINVESTISSEMENT À LA MAISON

Les parents jouent un rôle complémentaire à l'école dans la réflexion faite sur la place de l'amitié et de l'amour dans les relations interpersonnelles et les comportements qui les influencent. Ces ressources permettent de les informer sur les contenus abordés avec leur enfant, sur le développement psychosexuel de leur enfant et sur la complémentarité de leur rôle et celui de l'école en éducation à la sexualité :

– La brochure « [Entre les transformations, les frissons, les passions...et toutes les questions](#) », produite par le ministère de la Santé et des Services sociaux, à la page 21, section « Éveil amoureux et sexuel »;

– [Le bulletin d'information Mosaïk](#), produit par le ministère de la Santé et des Services sociaux no 11, sur l'éveil amoureux.

Afin de favoriser le dialogue avec la famille, la fiche d'évaluation peut être acheminée à la maison. Cette dernière énumère les principaux savoirs. L'élève doit aussi y inscrire ce qu'il a retenu de l'animation. Les parents peuvent donc échanger sur les éléments mentionnés par leur enfant. Une lettre peut aussi être envoyée aux parents avant l'animation. Un modèle est inclus dans le cahier d'animation (voir p. 20).