

La sexualité et ses dimensions à l'adolescence



Règles de fonctionnement

Tour de parole : Je lève la main avant de parler.

Écoute : J'ai le droit d'être écouté, d'avoir de petits rires, de me sentir gêné.

Respect : des différences, des opinions, des sentiments, des idées des autres.

Discrétion : Je ne répète pas en dehors de l'unité ce qu'un participant dit ici.

Vocabulaire : J'utilise les bons mots pour parler des parties du corps.

- Nommer les Règlements
- 1. Respect Mutuel: Chaque jeune doit traiter ses camarades et les éducateurs avec respect. Les opinions et les idées des autres doivent être écoutées et respectées.
- 2. Écoute Active: Il est essentiel de prêter attention à celui ou celle qui parle. Cela signifie ne pas interrompre et montrer par son langage corporel qu'on est attentif.
- 3. Participation: La participation est encouragée mais non obligatoire. Il est parfaitement acceptable de choisir de ne pas parler si on ne se sent pas à l'aise. Cependant, il est attendu de respecter ceux qui choisissent de s'exprimer.
-
- Nos Attentes
- - Engagement: Même si vous choisissez de ne pas parler, votre présence attentive est importante.
- - Respect: Toute forme de moqueries ou de comportements irrespectueux envers les autres jeunes ne sera pas être tolérée.
- - Ouverture d'Esprit: Soyez ouverts aux nouvelles idées et aux perspectives différentes des vôtres.



L'ENTRÉE À L'ADOLESCENCE ET LA SEXUALITÉ

- La puberté
- Les normes de beauté
- L'espace public

Présentation des Sujets

Les sujets que nous aborderons peuvent réapparaître au cours des futures activités. Cela inclut des thèmes comme :

- Puberté
- Acceptation de son corps
- Influence de l'espace public
- Sexualisation dans les médias
- Stéréotypes

Pourquoi ces Sujets Reviennent-ils ?

Ces sujets sont interconnectés et forment une base essentielle pour comprendre des aspects plus complexes de notre société et de notre développement personnel. En revisitant ces thèmes, nous allons :

- Créer des Liens: Faire des connexions entre différents sujets pour une compréhension plus holistique.
- Renforcer les Concepts: Renforcer les idées et les concepts pour une meilleure assimilation par les jeunes.
- Encourager la Réflexion: Stimuler la réflexion critique chez les jeunes en les amenant à considérer comment ces différents aspects influencent leur vie quotidienne et leurs perceptions

Que sais-tu sur la puberté?

Étape de croissance dans la vie d'un être humain : c'est le passage de l'enfance à l'adolescence.
Ensemble de modifications qui permettent à un individu d'accéder aux fonctions de reproduction.

Changements physiques

Changements psychologiques

Demandez aux jeunes s'ils savent ce que veut dire la puberté. À quoi sert la puberté ?

LES CHANGEMENTS PHYSIQUES

Afin d'appivoiser ces changements, il est important de connaître et d'apprécier son corps!

Poussée de croissance (taille, poids).

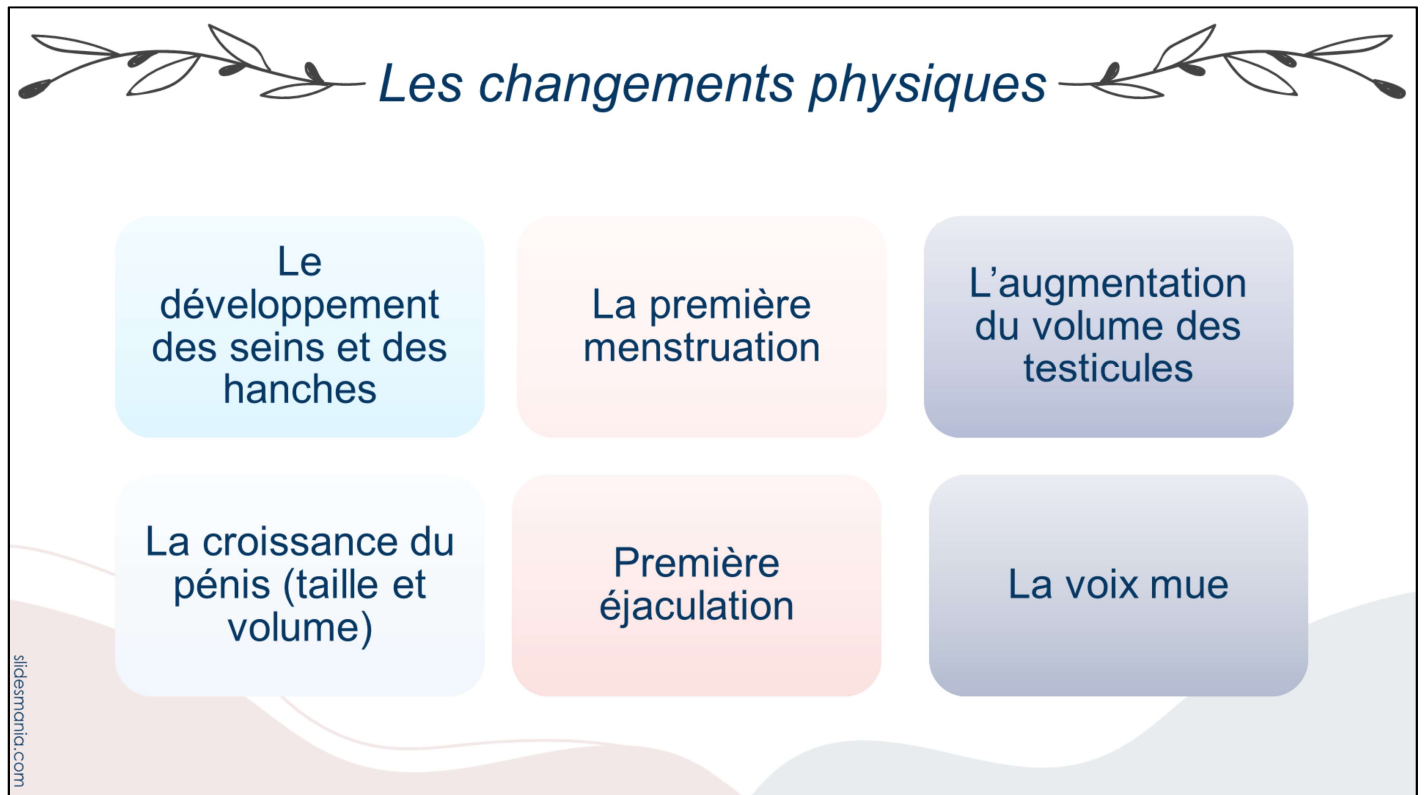
Odeurs liées à la sudation.

Poils au pubis, aux aisselles, aux jambes.

Boutons (acné) sur le visage et sur le corps (dos, poitrine).

Demandez aux jeunes s'ils connaissent certains changements physiques?

- Chaque personne se développe à son propre rythme. La puberté débute généralement entre 9 et 13 ans.
- Les changements de la puberté se déroulent sur plusieurs années : elle ne se produit pas du jour au lendemain.
- Les filles débutent généralement leur puberté avant les garçons.



Voici d'autres exemples qu'on ne pense pas toujours.

Principaux marqueurs physiques spécifiques aux corps de fille

- Le développement des seins, des hanches.
- La première menstruation (« ménarche »).

Principaux marqueurs physiques spécifiques aux corps de garçon

- L'augmentation du volume des testicules.
- La croissance du pénis (augmentation de taille et de volume).
- La première éjaculation (« spermarche »).
- La voix qui mue.
- L'apparition des poils sur le visage (moustache, barbe).

Menstruations

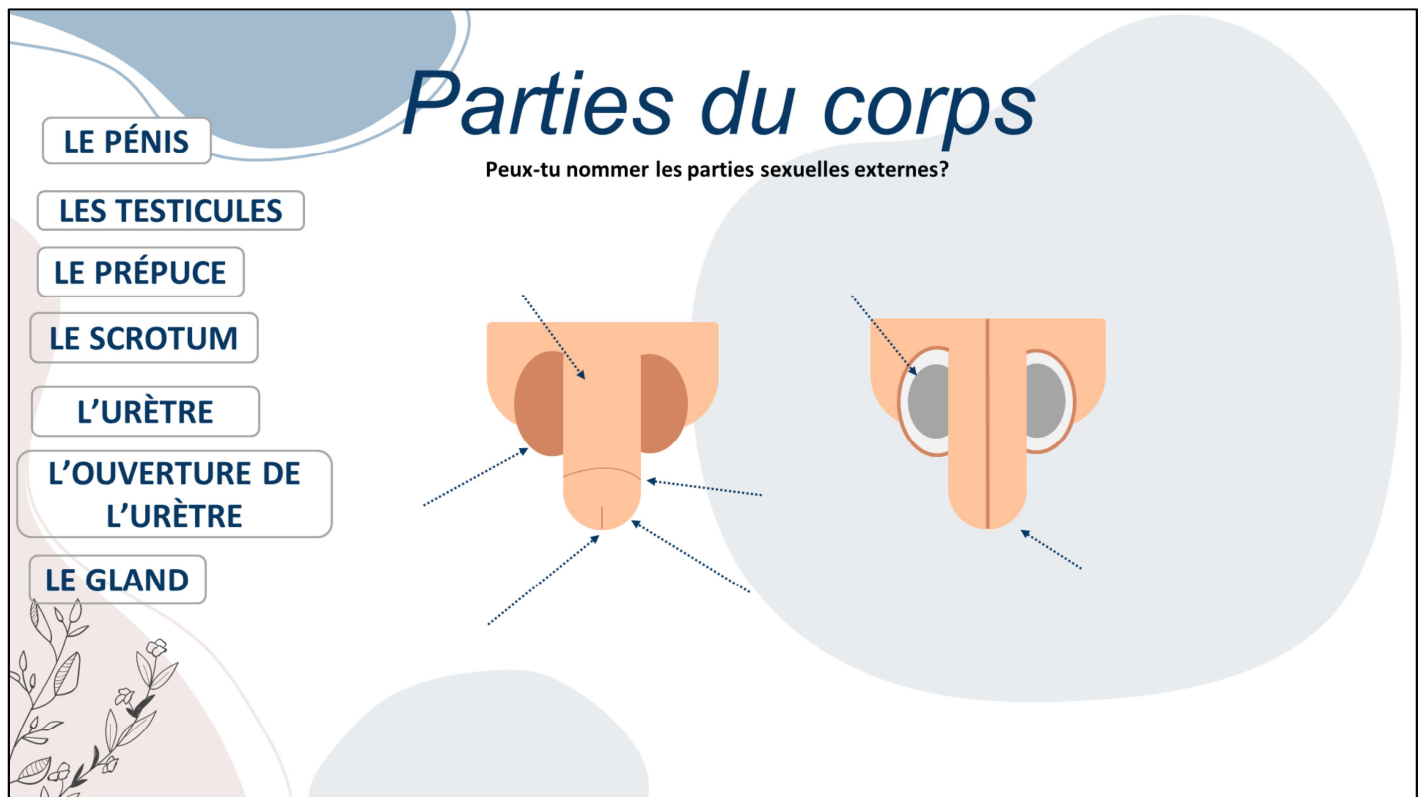




Connaitre les parties de son corps

**Souviens-toi! Certaines images ou certains mots
peuvent te gêner ou te faire rire.**

Pour parler de sexualité, il faut commencer par connaître nos parties du corps. C'est une base essentielle pour comprendre les changements et les discussions à venir. De plus, les prochaines diapositives peuvent provoquer de la gêne. Encouragez les jeunes à exprimer leurs sentiments et assurez-les que c'est normal de se sentir ainsi.



- Le **scrotum** contient et protège les testicules. Les **testicules** produisent des spermatozoïdes à partir de l'adolescence. Ceux-ci sont utiles pour pouvoir faire des bébés. À partir de la puberté (adolescence), les testicules fabriquent les spermatozoïdes. **Fonction : reproduction.**
- Le **pénis** possède un petit orifice (appelé méat urinaire ou **urètre**) qui permet d'évacuer l'urine qui provient de la vessie. Il possède un prépuce qui est un petit repli de peau mobile recouvrant le bout du pénis (gland). Chez les garçons qui ont été circoncis, le prépuce a été retiré. **Fonction de l'urètre : élimination.**
- Le **pénis** de l'homme adulte permet de déposer les spermatozoïdes dans le vagin de la femme qui iront à la rencontre de l'ovule. **Fonction : Reproduction (conception ou faire des bébés)**
 - **Association : parties sexuelles externes et internes**
 - **1. Suite à l'identification de chacun des organes externes, compléter avec les éléments associés :**
 - **Pénis** : organe sexuel externe du garçon qui contient le méat urinaire (urètre) et qui permet à l'homme adulte de déposer les spermatozoïdes qui iront à la rencontre de l'ovule dans le vagin de la femme. Il possède un prépuce qui est un petit repli de

peau mobile recouvrant le bout du pénis (gland). Chez les garçons qui ont été circoncis, le prépuce a été retiré. **Fonction** : reproduction.

- **Scrotum** : enveloppe de peau souple qui contient et protège les deux testicules. **Fonction** : Reproduction (considérant qu'il contient les testicules)
- **Suite à l'identification de chacun des organes sexuels internes, compléter avec les éléments associés :**
- **Urètre** : Conduit qui permet d'évacuer l'urine en provenance de la vessie. Il est possible d'observer l'ouverture (méat urinaire) à l'extérieur du corps du conduit qui est situé à l'intérieur. **Fonction** : élimination.
- **Testicules** : ces deux glandes sont situées sous le pénis, dans une enveloppe de peau souple qu'on appelle le scrotum. À partir de la puberté (adolescence), les testicules fabriquent les spermatozoïdes. **Fonction** : reproduction.

Parties du corps

Peux-tu nommer les fonctions les parties sexuelles?

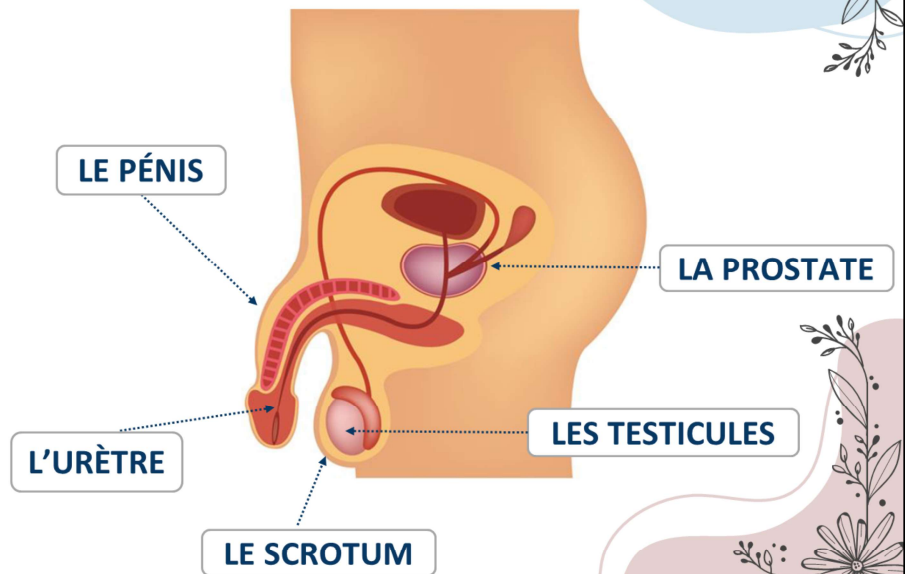
C'est le tube qui transporte l'urine depuis la vessie et le sperme depuis les testicules vers l'extérieur du corps.

Sert à l'urination et à la reproduction en permettant la libération de sperme lors des rapports sexuels.

Protège les testicules et régule leur température pour une production optimale de spermatozoïdes.

Produisent les spermatozoïdes pour la reproduction et les hormones, comme la testostérone.

une glande chez les hommes qui produit une partie du liquide séminal, qui nourrit et transporte les spermatozoïdes lors de l'éjaculation. Elle aide aussi à contrôler le flux d'urine.



- **Suite à l'identification de chacun des organes sexuels internes, compléter avec les éléments associés :**
- **Urètre :** Conduit qui permet d'évacuer l'urine en provenance de la vessie. Il est possible d'observer l'ouverture (méat urinaire) à l'extérieur du corps du conduit qui est situé à l'intérieur. **Fonction :** élimination.
- **Testicules :** ces deux glandes sont situées sous le pénis, dans une enveloppe de peau souple qu'on appelle le scrotum. À partir de la puberté (adolescence), les testicules fabriquent les spermatozoïdes. **Fonction :** reproduction.

Prostate : c'est une glande qui entoure l'urètre et qui produit un liquide permettant de nourrir ainsi que de protéger les spermatozoïdes. La prostate fabrique également une protéine permettant de liquéfier le sperme pour faciliter la mobilité des spermatozoïdes.

peux-tu nommer les parties sexuelles externes?



- La **vulve** possède un petit orifice (appelé méat urinaire) qui permet d'évacuer l'urine qui provient de la vessie. Ils ont une fonction d'élimination de certains déchets du corps, c'est-à-dire qu'ils permettent à l'urine de sortir du corps. **Fonction : élimination**
- En plus du méat urinaire, la **vulve** contient une autre petite ouverture qui est l'entrée du vagin. Le vagin est un conduit qui mène à l'utérus. À l'accouchement, le bébé quitte l'utérus et passe par le vagin pour naître. **Fonction : reproduction.**
- Avant la puberté, tous les enfants ont des mamelons semblables. À partir de la puberté, les **seins** se développent surtout chez les filles.

- **Association : parties sexuelles externes et internes**
- **1. Suite à l'identification de chacun des organes externes, compléter avec les éléments associés :**
- **Vulve** : organe sexuel externe des filles qui comprend l'urètre (ouverture pour uriner), l'entrée du vagin et le clitoris. Ceux-ci sont entourés et protégés par les grandes lèvres et les petites lèvres.
- **Seins** : les seins des filles se développent à la puberté et les glandes qu'ils contiennent permettent de fabriquer du lait pour nourrir les bébés (lorsqu'une femme accouche d'un enfant). **Fonction** : reproduction.
- **Vagin** : Ce canal mène à l'utérus. Son ouverture est située dans la vulve. À

l'accouchement, le bébé passe généralement par le vagin pour sortir du corps de la femme enceinte. **Fonction** : reproduction.

- **Urètre** : Conduit qui permet d'évacuer l'urine en provenance de la vessie. Il est possible d'observer l'ouverture (méat urinaire) à l'extérieur du corps du conduit qui est situé à l'intérieur. **Fonction** : élimination.

peux-tu nommer à quoi servent les parties sexuelles externes?

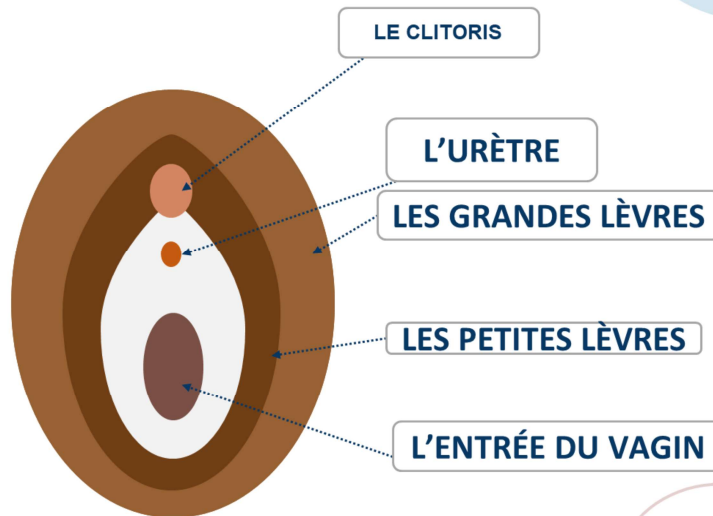
Permet au pénis d'entrer pendant les rapports sexuels, aux menstruations de sortir et au bébé de sortir lors de l'accouchement.

Protègent l'entrée du vagin.

Évacue l'urine du corps.

Protègent les parties internes et aident à maintenir la température.

Produit du plaisir pendant les rapports sexuels.



- La **vulve** possède un petit orifice (appelé méat urinaire) qui permet d'évacuer l'urine qui provient de la vessie. Ils ont une fonction d'élimination de certains déchets du corps, c'est-à-dire qu'ils permettent à l'urine de sortir du corps. **Fonction : élimination**
- En plus du méat urinaire, la **vulve** contient une autre petite ouverture qui est l'entrée du vagin. Le vagin est un conduit qui mène à l'utérus. À l'accouchement, le bébé quitte l'utérus et passe par le vagin pour naître. **Fonction : reproduction.**
- Avant la puberté, tous les enfants ont des mamelons semblables. À partir de la puberté, les **seins** se développent surtout chez les filles.

- **Association : parties sexuelles externes et internes**

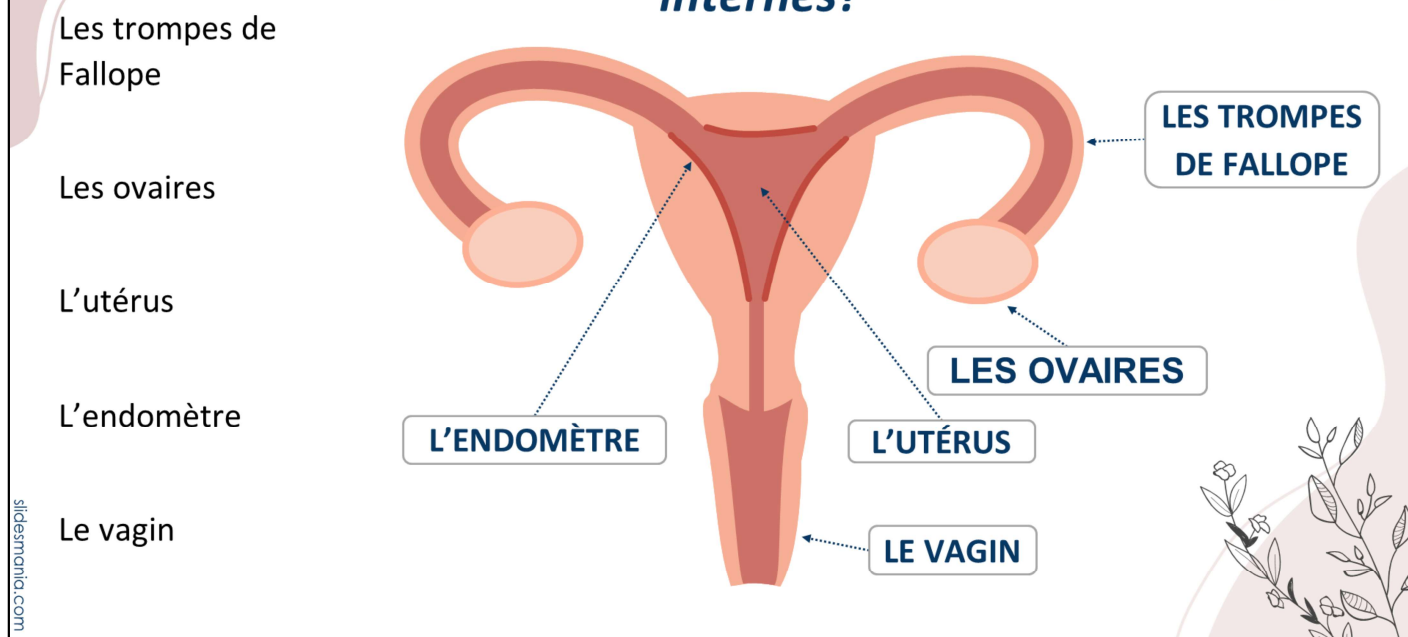
- **1. Suite à l'identification de chacun des organes externes, compléter avec les éléments associés :**

- **Vulve** : organe sexuel externe des filles qui comprend l'urètre (ouverture pour uriner), l'entrée du vagin et le clitoris. Ceux-ci sont entourés et protégés par les grandes lèvres et les petites lèvres.
- **Seins** : les seins des filles se développent à la puberté et les glandes qu'ils contiennent permettent de fabriquer du lait pour nourrir les bébés (lorsqu'une femme accouche d'un enfant). **Fonction** : reproduction.
- **Vagin** : Ce canal mène à l'utérus. Son ouverture est située dans la vulve. À

l'accouchement, le bébé passe généralement par le vagin pour sortir du corps de la femme enceinte. **Fonction** : reproduction.

- **Urètre** : Conduit qui permet d'évacuer l'urine en provenance de la vessie. Il est possible d'observer l'ouverture (méat urinaire) à l'extérieur du corps du conduit qui est situé à l'intérieur. **Fonction** : élimination.

Peux-tu nommer les parties sexuelles internes?



- **Suite à l'identification de chacun des organes sexuels internes, compléter avec les éléments associés :**
- **Ovaires :** Ces deux glandes contiennent les ovules. Les ovules sont déjà présents dans les ovaires dès la naissance. À partir de la puberté (adolescence), un ovule est libéré chaque mois par un ovaire afin de permettre la fécondation (rencontre d'un ovule et d'un spermatozoïde). **Fonction :** reproduction.
- **Utérus :** Organe dans lequel se développe le fœtus. Chez la femme adulte, l'utérus a la taille d'une poire. Pendant la grossesse, l'utérus a la capacité de « s'étirer » au fur et à mesure que le bébé grandit. **Fonction :** reproduction.
- **Trompes de Fallope :** situés de chaque côté de l'utérus, ces deux canaux relient l'utérus aux ovaires. Un ovule quitte l'ovaire chaque mois et se déplace par la trompe de Fallope. Quand l'ovule est fécondé, il descend vers l'utérus et s'y fixe pour que l'embryon puisse se développer. **Fonction :** reproduction.
- **Vagin :** Ce canal mène à l'utérus. Son ouverture est située dans la vulve. À l'accouchement, le bébé passe généralement par le vagin pour sortir du corps de la femme enceinte. **Fonction :** reproduction.
- **Urètre :** Conduit qui permet d'évacuer l'urine en provenance de la vessie. Il est possible d'observer l'ouverture (méat urinaire) à l'extérieur du corps du conduit qui est situé à l'intérieur. **Fonction :** élimination.
- **Endomètre :** C'est une paroi qui recouvre l'intérieur de l'utérus. Au moment de chaque cycle menstruel, l'endomètre s'épaissit pour accueillir éventuellement un bébé. Lorsqu'il n'y a pas de fécondation d'un ovule avec un spermatozoïde (et donc qu'il n'y a pas de fœtus qui s'implante dans la paroi de l'utérus), l'endomètre se détruit : menstruation.

Maintenant que tu connais les noms des parties du corps, on nomme les vrais termes

- Tour de parole** : Je lève la main avant de parler.
- Écoute** : J'ai le droit d'être écouté, d'avoir de petits rires, de me sentir gêné.
- Respect** : des différences, des opinions, des sentiments, des idées des autres.
- Discretion** : Je ne répète pas en dehors de l'unité ce qu'un participant dit ici.
- Vocabulaire** : J'utilise les bons mots pour parler des parties du corps.

Maintenant qu'on connaît les parties du corps, on utilise les bons mots.

Les changements psychologiques

Modification de l'humeur

Modification de l'humeur (sautes d'humeur, pleurer sans raison).

Besoin de se définir comme personne (s'affirmer, donner son opinion).

Besoin d'autonomie (vouloir faire des choses tout seul).

Besoin d'intimité (se dévêtir à l'abri du regard des autres).

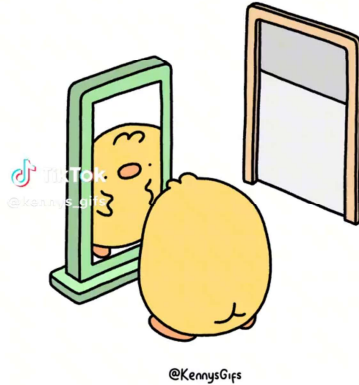
Influence du groupe de pairs (avoir envie de faire comme ses amis).

Préoccupation à l'égard de son apparence, du regard et de l'opinion des autres.

Demandez aux jeunes s'ils connaissent certains changements physiques?

Plusieurs changements se produisent au niveau physique ou au niveau psychologique. Ces changements peuvent être responsables de sentiments positifs ou négatifs.

Sentiments à l'égard du fait de grandir



Il est important d'aborder avec les jeunes que les changements corporels peuvent être difficiles à accepter. Ces transformations peuvent susciter diverses émotions et interrogations. En outre, le monde extérieur, y compris les médias et les normes sociales, peut influencer grandement notre perception et notre acceptation de notre corps.

Cela nous conduit à la question suivante que nous aborderons dans la prochaine diapositive. Assurez-vous de créer un espace où les jeunes se sentent à l'aise pour exprimer leurs préoccupations et poser des questions.

- **Sentiments positifs :**

- Fierté liée au fait que le corps devienne plus fort, que les muscles se développent, de devenir grand.
- Fébrilité face à l'inconnu, curiosité, se demander à quoi ressemblera notre corps quand les changements vont s'opérer.
- Sentiment d'autonomie lié à une plus grande liberté tant physique qu'émotionnelle (p. ex. : se déplacer et retrouver ses amis au parc, faire ses propres choix).

- **Préoccupations et sentiments négatifs**

- Inconfort face à ce corps différent (ex. : une croissance inégale des membres, des douleurs occasionnées par la croissance des os).
- Gêne liée que les autres voient les changements corporels (ex. : boutons d'acné, d'avoir des mamelons ou une érection spontanée qui paraissent sous les vêtements).
- Confusion, ambivalence face aux changements à venir.
- Ne pas apprécier son corps, par exemple, se trouver trop gros, trop grand.

- Inquiétudes et insécurités liées au fait de ne pas avoir de contrôle sur les changements à venir (p. ex. : ne pas savoir quand ils vont se produire).
- Incompréhension liée aux émotions contradictoires et aux sentiments ambivalents (ex. : variations d'humeur).
- Insécurités face au fait de prendre certaines décisions (ex. : peur de se tromper et de faire un mauvais choix).
- Peur d'être rejeté s'il exprime des opinions qui diffèrent de celles des autres.
- Dépassement lié à tous les changements.

L'image corporelle, c'est quoi?

- a) L'idée que je me fais de mon propre corps
- b) La photo d'un corps
- c) Mon poids
- d) La minceur

A) L'idée que je me fais de mon propre corps

Qu'est-ce qu'une norme de beauté?

Les normes sont des règles de conduite adoptées par une majorité, dans une société ou un groupe de personne. Elles dictent ce que l'on peut et ne peut pas faire, peut et ne peut pas être.

Les normes de beauté touchent différents aspects du corps :

le poids, la peau, la taille et la forme de certaines parties du corps, la grandeur, la musculature, les vêtements (bijoux, piercing), le maquillage (coiffure, épilation), etc.

SELON VOUS, QUELS MESSAGES EST-CE QU'ON ENVOIE AVEC CES IMAGES ?



Selon vous, Quels sont les impacts de ces images?

SELON VOUS, EN QUOI Kim Kardashian et Ronaldo CORRESPOND AUX NORMES DE BEAUTÉ?

Sur cette diapositive, nous présentons des images tirées des médias. Il est crucial de rappeler aux jeunes que ces images peuvent exercer une forte influence sur notre perception de nous-mêmes. Cependant, il est important de comprendre que cette apparence n'est pas toujours la réalité.

De nombreuses personnes publiques ont recours à la chirurgie esthétique, ce qui peut altérer leur apparence naturelle. Cela crée une fausse représentation du corps qui peut induire en erreur sur ce qui est réaliste et atteignable.

Encouragez les jeunes à être critiques face aux images qu'ils voient et à se concentrer sur la santé et le bien-être plutôt que sur des standards de beauté artificiels. Cela ouvre la voie à une discussion sur l'acceptation de soi et sur la manière dont nous pouvons cultiver une image corporelle positive.

SELON VOUS, QUELS MESSAGES EST-CE QU'ON ENVOIE AVEC CES IMAGES?

- Que pour être belle ou beau, il faut correspondre à ses caractéristiques.
- Que pour avoir un amoureux (euse), il faut correspondre à ses caractéristiques
- **QUELS SONT LES IMPACTS DE CES REPRÉSENTATIONS SUR SON IMAGE CORPORELLE?**
- Pression à se conformer à des modèles irréalistes

- Absence de modèles qui reflètent la variété des corps;
- Ceux et celles qui ne s'y conforment pas peuvent en subir de la moquerie de la part des autres;

Les standards de beauté

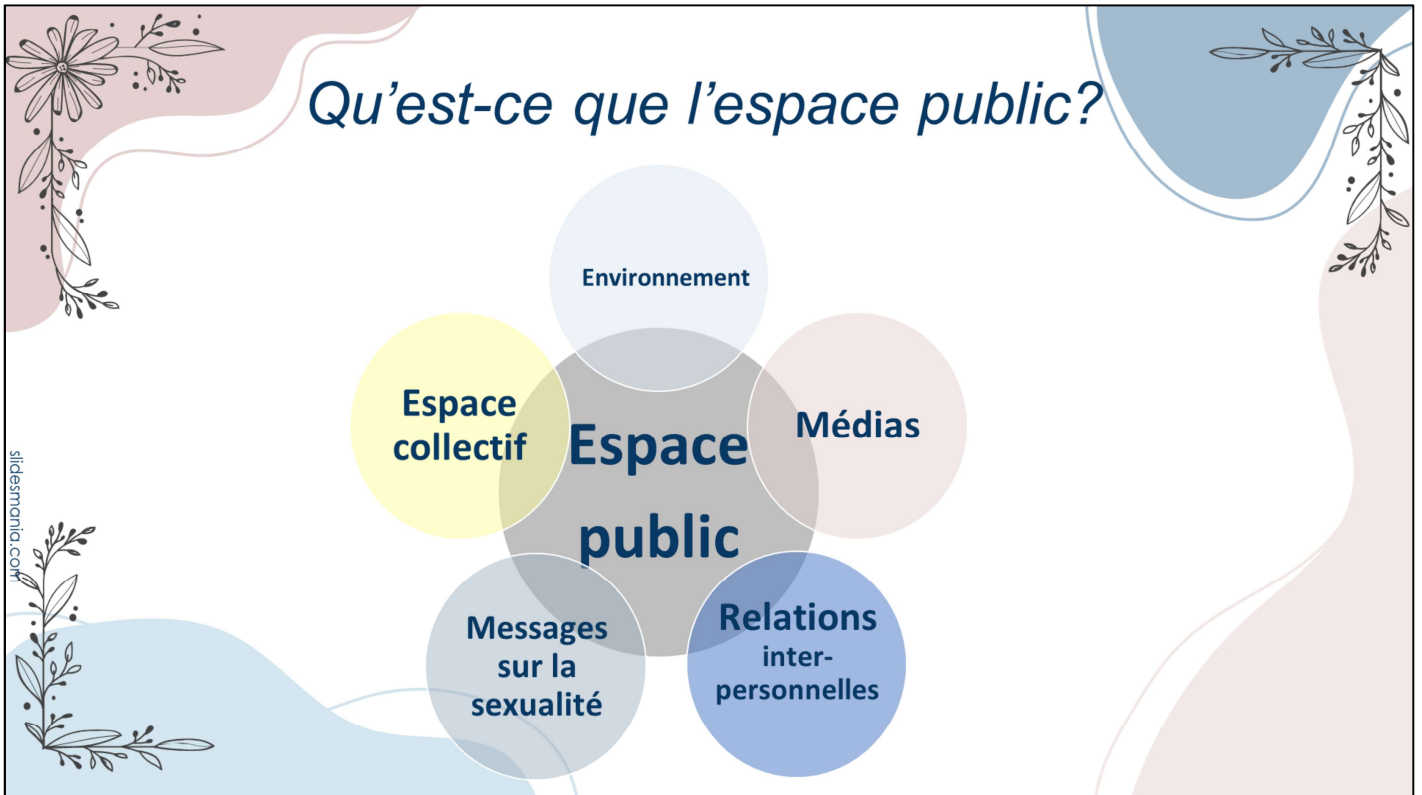


SELON VOUS, POURQUOI ÇA SERAIT IMPORTANT DE FAIRE LA PROMOTION D'UNE DIVERSITÉ DE CORPS, PLUTÔT QUE D'UN SEUL CORPS?

- Pour montrer qu'il existe plusieurs types de corps
- Pour permettre à tous de se sentir bien dans sa peau
- Pour permettre à tous d'apprécier leur corps
- Pour donner de la valeur à tous les types de corps
- Favoriser la reconnaissance de sa valeur comme personne, peu importe son poids ou son apparence

Retour sur la vidéo.

Qu'est-ce que l'espace public?



L'espace public est l'ensemble **des lieux et des moyens où nous interagissons, partageons des expériences et recevons des messages**. Cela inclut les rues, les transports, les réseaux sociaux, les médias, et même les relations avec nos proches. Les messages sur des sujets comme la sexualité y circulent largement, influençant notre perception et nos comportements.

Notre environnement : murs, rues, transports publics et les messages et images qui les remplissent

Espace collectif : nos expériences, réflexions, sentiments, opinions, photos partagés, Internet, les corridors de l'école, les réseaux sociaux, etc.

Les médias dans tous les genres et formats : journaux, télévision, messages publicitaires, Internet, magazines.

Les messages sur la sexualité dans l'espace public : proviennent, entre autres, des vidéoclips de chansons, des enseignes sur les murs des édifices, des pages Facebook des personnes et des entreprises, de la pornographie, etc.

Relations interpersonnelles : les pairs, les amis, les réseaux sociaux, la famille font, à des degrés divers, partie de l'espace public.

Pourquoi parle-t-on de l'espace public?

Les messages dans l'espace public peuvent influencer :

Nos représentations de la sexualité : ce que nous pensons de la sexualité, la façon dont elle s'exprime ou devrait s'exprimer par les garçons, les filles, etc.

Nos attitudes à l'égard de la sexualité : notre ouverture et acceptation face à certains faits sociaux et situations, nos valeurs, ce que nous considérons correct ou non, etc.

Nos comportements : l'expression de notre sexualité, nos gestes dans nos relations amoureuses et sexuelles, nos publications sur les réseaux sociaux, la séduction, etc.

1. Influence sur l'Acceptation de l'Apparence :

L'espace public, y compris les médias, les réseaux sociaux et les normes culturelles, peut fortement influencer notre perception de nous-mêmes. Les idéaux de beauté promus peuvent créer des pressions pour correspondre à des standards inatteignables. Encouragez les jeunes à développer une pensée critique sur les messages véhiculés par l'espace public concernant l'apparence physique. Soulignez l'importance de l'acceptation de soi et de la diversité corporelle.

2. Influence sur les Représentations de la Sexualité :

L'espace public façonne également nos perceptions de la sexualité, en influençant ce qui est considéré comme normal, désirable ou approprié.

Discutez avec les jeunes comment les médias, la publicité et la culture populaire peuvent déformer les attitudes envers la sexualité. Encouragez une réflexion critique et une discussion ouverte sur la manière dont ces représentations peuvent affecter leur propre identité sexuelle et leurs relations.

En abordant ces sujets sensibles, créez un espace sûr où les jeunes peuvent partager leurs préoccupations et poser des questions en toute confiance. Cela favorisera une meilleure compréhension et une approche plus équilibrée de ces aspects importants de la vie.

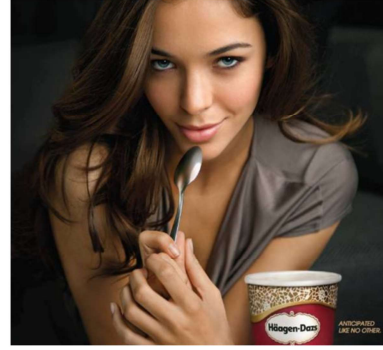
Analyse d'images 1 Deux publicités pour une crème glacée



Que pensez-vous de ces images?

Publicité à caractère sexuel qui utilise des éléments qu'on associe à la beauté, à la séduction et aux relations amoureuses/sexuelles.

Sexualisation d'un produit (la crème glacée) plus évident dans l'image avec la femme.



- Pour vendre ce produit, l'homme n'a qu'à sourire alors que la femme doit séduire.
- Ce produit doit être bon au goût : des personnes qui correspondent aux standards de beauté occidentaux (star du cinéma, un modèle) semblent l'apprécier.
- On veut acheter ce produit pour ressembler à ces personnes (confiance, beauté et séduction).

RÉPONSES :

- Les femmes et les hommes doivent agir différemment pour vendre un produit. Pour vendre ce produit, l'homme n'a qu'à sourire alors que la femme doit séduire.
- Ces images sous-entendent que ce produit doit être bon au goût, car des personnes qui correspondent aux standards de beauté occidentaux (star du cinéma, un modèle) semblent l'apprécier.
- La publicité sous-entend que si on achète ce produit, on pourrait ressembler à ce que ces modèles dégagent (confiance, beauté et séduction).

Analyse d'images 2 Costumes de superhéros et d'une superhéroïne



slidesmania.com

Pour alimenter la discussion :

Quelles sont les différences ou ressemblances dans les costumes des personnages?

Pour quelles raisons les costumes des personnages féminins et masculins sont différents?

RÉPONSES :

- Les hommes sont couverts de la tête au pied par leur costume/armure.
- La femme a un costume/armure qui dévoile beaucoup plus de peau. Cela ne semble pas aussi efficace pour la protéger que le costume des superhéros.



Les superhéros : modèles de beauté (femme mince, grande, sexy et hommes forts, musclés).



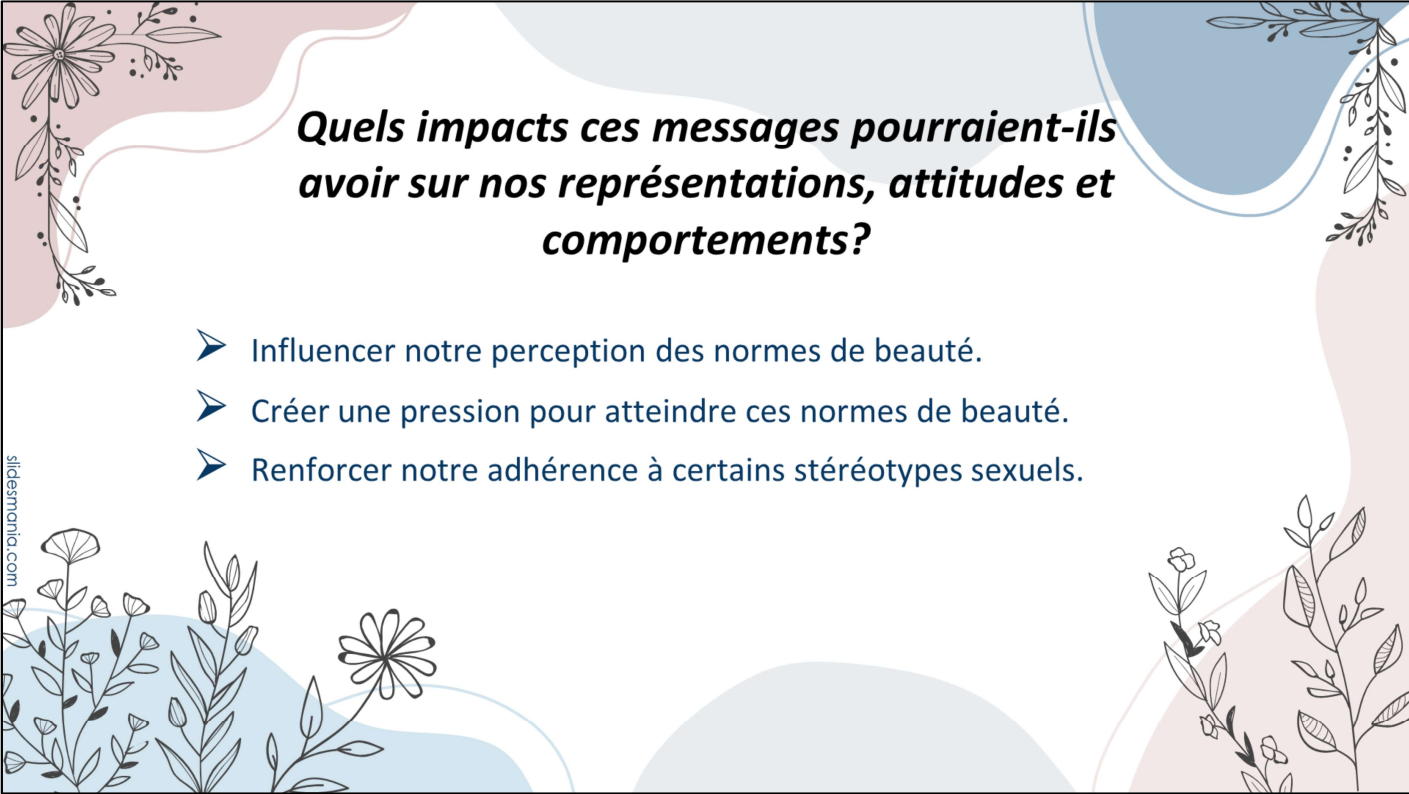
Les stéréotypes sexuels : différence de costume entre les hommes et les femmes.



Hommes : force et courage, leur armure les protège de la tête au pied.




Femme : beauté et séduction, son armure ne lui permet pas d'être bien protégé.



Quels impacts ces messages pourraient-ils avoir sur nos représentations, attitudes et comportements?

- Influencer notre perception des normes de beauté.
- Créer une pression pour atteindre ces normes de beauté.
- Renforcer notre adhérence à certains stéréotypes sexuels.

- La prochaine diapositive va faire un recap de l'animation d'aujourd'hui



Qu'est-ce qui peut influencer ton image corporelle?

- a) L'importance accordée à l'apparence par mes amis, ma famille
- b) Les commentaires des autres sur mon apparence
- c) Les modèles de beauté que je vois dans les médias
- d) Toutes ces réponses

d) Toutes ces réponses

- Quiz sur la théorie



Complète la phrase pour former une affirmation qui est vraie. À la puberté

- a) Mon corps change, mais pas mon humeur
- b) Mon corps change, mais pas mes besoins
- c) Avoir de saines habitudes de vie peut m'aider à être bien dans ma peau
- d) Mes hormones n'ont aucune influence

c) Avoir de saines habitudes de vie peut m'aider à être bien dans ma peau

Quelle affirmation est vraie?

- a) Les personnes musclées sont toujours en santé
- b) La santé d'une personne dépend beaucoup de ses habitudes de vie
- c) Je peux deviner l'état de santé d'une personne par son apparence
- d) Les personnes minces sont toujours en santé

b) La santé d'une personne dépend beaucoup de ses habitudes de vie

Conclusion

les changements physiques, souvent rapides et variés, peuvent la perception de soi et l'estime de soi. influencer

les influences extérieures, telles que la pression des pairs et les médias, jouent un rôle crucial dans la formation de l'image corporelle.

Adopter une image corporelle positive permet non seulement de mieux vivre ces changements mais aussi de se sentir plus à l'aise dans l'expression de sa sexualité et dans ses interactions sociales.

- En conclusion, Nous avons découvert comment les changements physiques, souvent rapides et variés, peuvent influencer la perception de soi et l'estime de soi. Nous avons également appris que les influences extérieures, telles que la pression des pairs et les médias, jouent un rôle crucial dans la formation de l'image corporelle.
- Il est essentiel de rappeler que chaque personne est unique et que la diversité des corps est une richesse à célébrer. Adopter une image corporelle positive permet non seulement de mieux vivre ces changements mais aussi de se sentir plus à l'aise dans l'expression de sa sexualité et dans ses interactions sociales. Encourager une perception saine et diversifiée de la beauté peut aider à contrer les effets néfastes des normes irréalistes et à favoriser un environnement de respect et d'acceptation.
- Nous devons continuer à valoriser l'importance de la diversité et à soutenir les jeunes dans leur cheminement vers une meilleure acceptation de soi. En tant qu'éducateurs, parents et pairs, nous avons le pouvoir de transmettre des messages positifs et de devenir des modèles d'acceptation et de bienveillance.
- Merci à tous pour votre participation active et votre ouverture d'esprit. Continuons à promouvoir une image corporelle saine et positive pour le bien-être de chacun et chacune.

Références

Présentation développée par Cassandra Girard, éducatrice au SSIR.

Certains contenus de cet atelier sont inspirés et tirés de : ESSA. Éducation à la sexualité : Situations d'apprentissage, J. Lamontagne et R. Renière, sexologues, Commission scolaire de Laval, 2019.

Validation réalisée par Shirley-Ann Savard, travailleuse sociale en soutien clinique-répondante en exploitation sexuelle.

Les modèles de diapositives proviennent de SlidesMania et les animations ont été obtenues sur Google.



COMMISSION
SCOLAIRE DE LAVAL

ESSA

Éducation à la sexualité : Situations d'Apprentissage

Programme adapté des canevas en éducation à la sexualité du MÉES

Références

Adaptation et expérimentation réalisées par Cassandra Girard, éducatrice, CISSS de Laval.

Contenu original créé par Julien Lamontagne et Roxane Rénière, M.A, sexologues, Centre de service scolaire de Laval – Version mai 2019.

Validation de l'adaptation du contenu réalisée par Shirley-Ann Savard, TS. M.s.s. psychothérapeute et spécialiste en activités cliniques-répondante en exploitation sexuelle, CISSS de Laval

Révision de l'adaptation par Roxane Rénière, M.A., sexologue Janvier 2025

Les modèles de diapositives proviennent de SlidesMania, et les animations ont été obtenues sur Google.



LICENCE CREATIVE COMMONS

CC BY-NC-ND Attribution - Pas d'utilisation commerciale - Pas de modification

Cette licence autorise le téléchargement et la reproduction des documents ainsi que leur partage tant que les auteurs et la Commission scolaire de Laval sont crédités. Cette licence n'autorise pas la modification de quelque façon que ce soit ni l'utilisation à des fins commerciales sans l'autorisation expresse écrite de la Commission scolaire de Laval.

03/06/202

© Lamontagne et Renière, 2019