

## **Mon corps, c'est mon corps**

**Objectifs :** Le thème de la séance est celui des conflits liés au corps. Il s'agit de réfléchir sur les différentes formes de touchers et sur les conflits qui naissent du désagrément de certaines manières de toucher.

6 heures sont actuellement prévues dans le programme officiel de sixième pour la prévention des abus sexuels. Le film canadien « Mon corps, c'est mon corps » est souvent utilisé dans ce cadre-là. Il est accompagné d'un guide d'utilisation qui décrit une douzaine de séquences pédagogiques très détaillées sur ce thème.

La première partie traite de l'identification de différentes formes de touchers, de la différenciation des sentiments qu'ils suscitent classés en « sentiments agréables » et « sentiments désagréables », des notions d'autoprotection et de règles d'autoprotection et enfin de la première règle : comment dire OUI, comment dire NON.

Cette partie convient parfaitement au thème abordé dans cette séance et cette fiche pédagogique s'en inspire largement.

**Mots-clés :** conflit – pluridisciplinaire - chant – questionnaire – mise en situation

**Type de fiche :** Activité

**Niveau scolaire :** CE2, CM1, CM2, 6<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup>

**Durée :** 45 minutes

**Nombre de séances :** 4 à 5 séances

**Matériel :** « Mon corps, c'est mon corps »<sup>1</sup>, film vidéo produit par l'Office national du Canada, 1993, présentant 3 séquences de 15 minutes et accompagné d'un guide d'utilisation. Il est possible de l'obtenir en prêt auprès de votre Centre Départemental de Documentation Pédagogique (CDDP).

### 1) Ce que je ressens quand tu me touches : (agréable ou désagréable)

- Parfois les élèves jouent « à se battre » et, à un moment donné, l'un fait mal à l'autre sans le faire exprès. Alors le conflit éclate et la bagarre « pour de vrai » commence. En leur expliquant cela, vous invitez vos élèves à toujours se poser la question : « Si pour moi, ce que je fais à l'autre est un jeu, est-ce que c'est aussi un jeu pour lui ? »

- Dans les exemples de conflits vécus et racontés par les élèves, relevez ceux qui sont liés au corps, à des manières de toucher l'autre qu'il n'aime pas. Par exemple, dans les conflits présentés dans la fiche pédagogique sur l'apprentissage du conflit n° 02 on peut relever :

Fiche n°2 : Il a commencé à m'étrangler. (peut-être par jeu)

Fiche n°4 : Je lui ai fait mal, sans faire exprès.

<sup>1</sup> Film pour enfant de 43 minutes, réalisé par Moira Simpson et produit par Jennifer Torrance – Distribution internationale, Office national du film du Canada, Case Postale 6100, Succursale centre-ville à Montréal (Québec)

Fiche n°5 : Paul n'arrête pas de m'attraper et je ne trouve pas ça drôle.

Fiche n°10 : Avec une prise de judo, je lui ai fait mal sans faire exprès.

Fiche n°14 : Il a sorti un couteau et a menacé de me planter. (le corps n'est pas touché, mais menacé)

Fiche n°16 : Il est venu me taquiner la figure avec un bout de bois. (même remarque)

Fiche n°19 : En jouant au catch.

- Demander aux élèves d'énumérer plusieurs façons de toucher les autres :

*étrangler, attraper, prendre à bras le corps, étreindre, caresser, chatouiller, gifler, embrasser, secouer, pousser, bousculer, donner un coup de poing ou de pied, mettre la main sur les fesses, prendre par l'épaule, donner une grande tape dans le dos, bise des parents devant le collègue, « petit pont massacreur », faire des nattes, etc.*

Vous pouvez ajouter à la liste ce qui n'est pas toucher, mais menacer de toucher dangereusement : avec un couteau, un bout de bois pour s'amuser, etc.

Si au mot « fesses » les enfants s'esclaffent ou rient nerveusement, riez aussi. Demandez-leur pourquoi les gens ont tendance à rire lorsqu'on prononce des mots comme « fesse » (*Parce que c'est gênant, parce qu'on ne parle pas beaucoup de ces choses-là, etc.*)

Expliquez : « Même si c'est parfois gênant, c'est important que je parle des diverses parties de mon corps afin de connaître les mots pour dire aux autres ce que je ressens, lorsqu'ils me touchent. »

Demandez-leur s'ils connaissent d'autres mots gênants. Vous pouvez les dire et les écrire : seins, vulve, pénis, etc.

- Prendre un temps de réflexion silencieuse au cours duquel vous leur demandez de se rappeler une situation où ils ont beaucoup aimé la façon dont on les a touchés (un baiser avant d'aller au lit ; une étreinte de leur meilleur-e ami-e ; etc.) Vous les invitez à se concentrer sur ce souvenir et à retrouver le sentiment qu'ils ont alors éprouvé. Vous leur demandez enfin de chercher un mot qui décrit ce sentiment et de lever la main quand ils l'ont trouvé. Vous écrivez les mots de ces sentiments « agréables » au tableau. Dans une colonne intitulée AGREABLES.

- Procéder de même pour identifier les mots qui désignent les sentiments DESAGREABLES ressentis lors d'un toucher qu'on n'aime pas.

- En référence à ce qu'ils viennent de se remémorer, vous les invitez à compléter la phrase : « J'ai un sentiment agréable lorsque... »

Vous faites ensuite la même chose avec la phrase « J'ai un sentiment désagréable lorsque... »

- Vous pouvez les inviter deux par deux à choisir dans les deux listes une phrase et à venir les jouer devant la classe dans une scène courte.

## 2) Auto-protection : apprendre la chanson « Mon corps, c'est mon corps »

Le but de cette séance est d'apprendre aux enfants la chanson « Mon corps, c'est mon corps » qui rythme le film que vous leur projèterez bientôt.

Distribuez-leur une photocopie des paroles de cette chanson.

Vous leur faites écouter la chanson ou, mieux, vous la chantez vous-même.

Vous leur enseignez le refrain puis les couplets.

Vous engagez une discussion de groupe portant sur l'autoprotection. Par exemple :

- Que signifie le mot « protection » ?

- Qui est responsable de la protection ?
- Qui prend la décision d’agir prudemment ?
- Pouvez-vous donner des exemples ? ( Vous pouvez puiser dans les règles du code de la route)
- Comment définiriez-vous le mot « auto-protection » (*L’autoprotection signifie que je suis responsable de ma santé et de mon bien-être.*)
- Si tu es responsable de ta protection, est-ce ta faute lorsque tu es blessé-e ? (*J’ai le pouvoir de me protéger, mais tout ce qui m’arrive ne dépend pas toujours de moi. Je ne peux pas être responsable des décisions imprudentes prises par d’autres, même si elles me concernent.*).
- Que signifie l’expression « règles d’autoprotection » ? (*Ce sont les consignes que je dois suivre pour me protéger.*)
- Nommez les règles d’autoprotection que vous connaissez déjà : (*avant de traverser la rue, regarder à droite et à gauche ; ne pas parler aux inconnus, etc.*)

### 3) Questionnaire « Que ferais-tu si ... ? »

Le but avec ce questionnaire est d’aider les élèves à reconnaître leurs sentiments face à des mises en situation précises et de pouvoir proposer des solutions.

Vous choisissez des questions parmi celles qui sont listées en annexe 2 et éventuellement vous en ajoutez d’autres en fonction du contexte local.

Vous leur distribuez le questionnaire.

Vous leur demandez de répondre à chaque question, par écrit, par une seule phrase.

Vous ramassez ensuite les feuilles avec leurs réponses pour les utiliser plus tard.

### 4) Projection de la première partie du film « Mon corps, c’est mon corps. »

Cette partie présente trois scènes jouées par des acteurs devant une classe. Chaque scène est reprise au cours d’une discussion avec la classe d’où il ressort quelques règles d’autoprotection.

Vous animez un échange en vous inspirant du mode de questionnement qui est dans le film.

Vous pourrez conclure avec ces quelques règles :

- Pour assurer ma protection, je dois dire aux autres ce que je ressens lorsqu’ils me touchent.
- Même si parfois c’est gênant, c’est important que je parle des diverses parties de mon corps afin de connaître les mots nécessaires pour dire aux autres ce que je ressens, lorsqu’ils me touchent.
- Si j’ai un sentiment agréable, je dis ‘oui’ !
- Si j’ai un sentiment désagréable, je dis ‘non’ !
- Si je me sens encore mal à l’aise, j’en parle à quelqu’un en qui j’ai confiance. Personne, pas même quelqu’un que j’aime, n’a le droit de me toucher d’une manière qui m’est désagréable.

### 5) Comment dire « oui ! » et comment dire « non ! »

- Discutez avec les élèves de la façon d’utiliser son corps pour exprimer ses émotions.
- A partir des suggestions, vous dressez un tableau, à l’image de celui qui est en annexe 3, proposé à titre d’exemple.

- En annexe 4 vous trouverez: une liste d'énoncés très courts amenant une réponse positive ou négative. Vous avez complété cette liste par vos propres énoncés en veillant à ce qu'il y en ait autant qui appelle un 'oui' qu'un 'non'.
- Les élèves se mettent par deux. Vous distribuez 5 phrases à chacun d'eux. Dans chaque paire, à tour de rôle un élève lit à voix haute une de ses phrases. L'autre élève est invité à écouter la demande, à identifier ce qu'il ressent et à exprimer ce qu'il ressent par un 'oui' ou par un 'non' clair et net. Vous les invitez à le faire en mettant en œuvre les suggestions faites dans le tableau précédent.
- Enfin vous réunissez à nouveau la classe pour discuter de ce qui a été facile ou difficile dans le fait de dire 'oui !' ou 'non !'
- Vous pouvez enfin inviter les élèves à partager des expériences tirées de leur vécu : « Un jour j'ai su dire non, ... » ou bien « un jour je n'ai pas osé dire non et j'ai fait quelque chose que je n'avais pas vraiment envie de faire, ... »

## Annexe 1 : Chant « Mon corps, c'est mon corps »

Mon corps, c'est mon corps  
*Par Peter Alsop*

Mon corps peut sau-ter, cou-rir et dan-ser Il s'é-  
lance dans les airs et re-tombe sur ses pieds  
Mon corps c'est mon corps, ce n'est pas le tien  
Tu as ton corps à toi, laisse-moi le mien.

### Refrain

#### *Mon corps, c'est mon corps, ce n'est pas le tien*

Tu as ton corps à toi, laisse-moi le mien

- 1- Mon corps peut sauter, courir et danser  
Il s'élance dans les airs et retombe sur ses pieds.
- 2- Ton corps peut jouer à tout ce qui lui plait  
Mais il te dit ce qui lui déplaît
- 3- Quand on me touche, je sais c' que ça me fait  
Je sais c' que je ressens et c' que je ressens est vrai
- 4- Parfois c'est dur de savoir dire non  
Mais quand ça me fait « non », je sais que j'ai raison
- 5- Et quand tu me touches, je sais c' que ça me fait  
Quand je te dis « non », laiss'-moi donc s'il te plait
- 6- Mon corps me sert à faire ce qui me plaît  
Ne le force en rien et ne le brusque jamais
- 7- J' n'aime pas que tu me pousSES, que tu m' frapp's trop durement  
Et si tu me serres, fais-le donc doucement
- 8- Garder un secret peut être amusant  
Vaut mieux cependant dir' ce que l'on ressent
- 9- Mon corps est à moi, à moi rien qu'à moi  
Il faut que j'en prenne soin, puisqu'il est à moi

*Paroles et musique. Peter Alsop*

*Paroles supplémentaires : Green Thumb Théâtre*

*Adaptation française. Jean-Pierre Brosseau.*

*Arrangement musical. Bruce Ruddeil.*

**Annexe 2 : « Que ferais-tu si... ? »**

1. Que ferais-tu si tu recevais la visite de ton oncle préféré, qu'il t'embrassait très fort et que ça te semble « agréable » ?
2. Que ferais-tu si, après l'école, ton meilleur ami s'approchait de toi et mettait son bras autour de ton épaule ?
3. Que ferais-tu si une de tes tantes venait à toi pour t'embrasser et que tu n'en aies aucune envie ?
4. Que ferais-tu si un nouveau voisin t'invitait chez lui pour voir une portée de chatons ?
5. Que ferais-tu si, en jouant dans le parc, un enfant te frappait ?
6. Que ferais-tu si, en prenant seul l'autobus, un inconnu venait s'asseoir à tes côtés et mettait son bras autour de ton épaule ?
7. Que ferais-tu si tu confiais un problème à quelqu'un qui refuse de te croire ?
8. Que ferais-tu si tu éprouvais un sentiment « désagréable » sur le chemin de l'école ou de la maison ?
9. Que ferais-tu si un inconnu te demandait de lui indiquer où se trouve le magasin le plus près ?
10. Que ferais-tu si tu avais un sentiment « désagréable » à l'idée de laver la vaisselle ?
11. Que ferais-tu si tu éprouvais un sentiment « désagréable » parce que ton papa te soulève dans les airs ou te maintient dans le vide, la tête en bas ?
12. Que ferais-tu si tu étais assis sur les marches du perron et qu'un passant te demande l'heure ?
13. Que ferais-tu si le nouveau propriétaire de l'épicerie t'invitait à passer à l'arrière pour t'offrir du lait et des biscuits ?
14. Que ferais-tu si un adolescent te demandait de garder sa bicyclette pour cinq minutes ?
15. Que ferais-tu si un homme t'offrait cinq euros pour l'accompagner jusqu'à sa voiture et l'aider à transporter des boîtes ?
16. Que ferais-tu si tu étais au cinéma et qu'un homme te mette la main sur la cuisse ?
17. Que ferais-tu si ton voisin, que tu ne connais pas, t'invitait à une dégustation de gâteaux ?
18. Que ferais-tu si tu voyais un homme avec la braguette ouverte et te montrait son pénis ?
19. Que ferais-tu si tes parents t'accompagnant à l'école te faisaient une bise devant le collègue ?
20. Que ferais-tu si tu étais bousculé dans le couloir en sortant de la classe ?
21. Que ferais-tu si tu étais pris dans le jeu du « petit pont massacreur » ?
22. Que ferais-tu si un copain te montrait sur son portable une image d'un homme en Irak qu'on est en train d'égorger ?

**Annexe 3 : Comment dire « oui ! » - Comment dire « non ! »**

<b>Expression corporelle</b>	<b>« NON ! » clair et net</b>	<b>« OUI ! » clair et net</b>
Position	Très droite	Très droite
Expression du visage	Sérieuse	Souriante
Yeux	Yeux dans les yeux	Yeux dans les yeux
Tête	Mouvement négatif	Mouvement affirmatif
Mains	Sur les côtés, immobiles	Tendues, ouvertes
Mots	‘Non ! »	« Oui ! »
Ton de la voix	Dur et bas	Doux et clair
Volume	Voix forte	Voix forte
Répétition	« Non ! »	« Oui ! »

**Annexe 4 : Des phrases pour apprendre à dire « oui ! » ou « non ! »**

- 1- Donne-moi ton crayon pour que je puisse terminer mon travail.
- 2- Allons prendre le ballon de cet enfant.
- 3- Aimerais-tu qu'on partage ma tablette de chocolat ?
- 4- Est-ce que je peux jouer à la balle avec toi ?
- 5- Donne-moi 10 euros ou je te frappe.
- 6- Veux-tu devenir mon ami ?
- 7- Je ne dirai pas que tu as mangé tous les biscuits si tu fais mon lit pendant toute la semaine.
- 8- Allons chiper des bonbons au magasin du coin.
- 9- Pourriez-vous me dire l'heure, s'il vous plaît ?
- 10- Maman a fait des biscuits. Tu en veux ?
- 11- Je te tuerai si tu dis à quelqu'un que je t'ai tordu le bras
- 12- J'ai un secret, mais tu dois me promettre de ne le dire à personne.