

DOSSIER PEDAGOGIQUE

Un spectacle de la Compagnie 3637
A destination des 10-14 ans



"Chaque cœur aime comme il en a envie. Et chacun a le droit d'avoir le cœur qu'il a. Chacun a le droit d'être ce qu'il est..."

Thierry Lenain, *C'est ta vie* !

Le point de départ de ce spectacle est le livre de l'auteur Thierry Lenain *C'est ta vie ! l'encyclopédie qui parle d'amitié, d'amour et de sexe aux enfants*. Ce livre à destination des enfants de 6 à 10 ans aborde la sexualité et les relations amoureuses et sensuelles avec inclusivité, simplicité et sans tabous. Nous voulions proposer un spectacle qui parle des même sujets pour des enfants un peu plus âgés, dans la même visée inclusive et bienveillante.

Bien sûr, il existe de nombreux manuels d'éducation sexuelle. Ceux-ci se focalisent souvent sur le côté médical de la sexualité, c'est-à-dire les risques de grossesse ou de MST, ou encore les manifestations physiques de la puberté. Si ces publications sont essentielles, elles manquent souvent de sensoriel et d'émotif. Or, la sexualité chez les adolescent.e.s n'est pas qu'affaire d'hormones et de mécanique : nous voulions **compléter ce qui existe** en abordant le sujet **du corps et des émotions** par un biais **sensitif**.

Avant-propos

Ce dossier est écrit en écriture inclusive. Celle-ci n'étant pas encore normée par la grammaire française, nous avons choisi le modèle suivant : mettre tous les noms et adjectifs concernant des personnes à la fois au féminin et au masculin en séparant les deux par des points. Exemple : spectateurs et spectatrices devient spectateur.rice.s. Les pronoms personnels sont quant à eux mêlés : ils et elles devient iels, celles et ceux devient celleux, etc.

TABLE DES MATIERES

I. NOTE D'INTENTION	4
II. PREAMBULE AUX ENSEIGNANTS	6
III. LE SPECTACLE.....	7
L'histoire	7
L'équipe.....	8
Les choix de mises en scène.....	8
IV. HISTOIRE 1 : LA SALLE DE BAIN	10
Le corps qui change	10
L'intimité et le regard de l'autre	11
Le consentement.....	12
V. HISTOIRE 2 : LA PLAGES.....	14
Les premières relations amoureuses	14
L'amitié et l'amour.....	16
Les normes esthétiques qui entourent les corps.....	16
VI. HISTOIRE 3 : LA PISCINE	18
Etre amoureux.se à 13 ans ?	18
Vers la sexualité : le grand saut !	19
La rupture amoureuse	20
VII. EPILOGUE	21
VIII. POUR ALLER PLUS LOIN	22
Le consentement.....	22
L'amour/les sensations/la sexualité.....	25
Bibliographie non exhaustive	29

I. NOTE D'INTENTION

« Nous pensons le théâtre pour enfants comme un lieu de lâcher prise, un lieu qui fait jaillir des émotions et un lieu d'éducation permanente. Quand on regarde une pièce, parfois la pensée n'est pas cohérente avec le ressenti et nous aimons ces tensions. Nous aimons les expressions sincères et impulsives de notre public. Nous aimons aborder des thèmes engagés et importants à nos yeux dans la société actuelle. Et nous aimons que les enfants cherchent en eux ce qui leur plaît, les dérange, les questionne. Jamais nous ne leur demanderons si ils ont bien compris. Pour nous, la compréhension passe par le corps, les ressentis et pas forcément par le discours. Nos spectacles sont d'ailleurs souvent à réponses multiples. Nous essayons toujours de passer **par le vécu et les émotions** de nos héros.ines pour parler d'un thème de société. Ce sont leurs bouleversements émotionnels qui nous emmènent dans une histoire. Nous croyons en la puissance des récits. Et nous croyons en **la collaboration avec les enseignant.e.s et travailleur.se.s jeunesse, adultes accompagnateur.rice.s** pour faire émerger des débats et évoluer les pensées.

Ce spectacle est issu de nombreuses lectures et documentations autour du corps, de l'éducation sexuelle et des sexualités. Ces lectures ont provoqué une prise de conscience : la valorisation et la compréhension des sensations du corps, la légitimité de l'instinct, la transmission du plaisir sensuel ne sont pas des éléments acquis pour les personnes de notre génération. Pourtant, ce sont des éléments d'émancipation fondamentaux dans une société patriarcale ! Seront-ils inculqués aux plus jeunes, garçons et filles ?

Nous avons alors acquis la conviction que souhaiter aux plus jeunes une vie sexuelle épanouissante est tout aussi important que de leur souhaiter d'être heureu.se.x dans leur vie relationnelle et professionnelle. La sexualité n'est pas un domaine uniquement privé et coupé du reste de notre vie : elle nous ouvre des portes sur nous-mêmes, sur les autres. Au fil de notre parcours, elle évolue avec nous et peut être un facteur d'épanouissement personnel non négligeable, mais aussi une forme de résistance politique. En effet, dans notre société, la libération sexuelle s'est accompagnée d'un contrôle accru sur les corps : injonctions aux corps parfaits, sexualité vue comme une performance, érotisation et marchandisation des corps... Il suffit de lire les magazines féminins ou les discours de certains sexologues pour s'en convaincre. Créer sa propre sexualité, en dehors des injonctions, peut donc être envisagé sous le prisme individuel mais aussi collectif et politique.

Éduquer à la sexualité en déconstruisant les normes et **sous le prisme de la connaissance de soi et des autres** est aussi une façon d'éduquer au consentement, de lutter contre le harcèlement, d'éviter que les corps soient uniquement vus comme sexuels. Toutes ces notions qui émergent de plus en plus dans le discours public sont désormais considérées comme de véritables problèmes de société. Il nous paraît donc important de présenter aux jeunes leur vie sexuelle future comme un espace de choix, de plaisir, de respect et

d'empathie dans le rapport à l'autre. Et nous pensons que cet apprentissage devrait se faire le plus tôt possible, car la sexualité n'arrive pas "d'un coup" mais est déjà présente chez les jeunes adolescent.e.s sous diverses formes.

Nous avons donc écrit une fable dans laquelle une jeune fille apprend à prendre pleinement possession de ses sentiments et de ses sensations. A les valider, les écouter, se laisser envahir. A aller parfois à contre-sens de ce que propose la société, qui a comme modèle la raison, l'efficacité, le cartésianisme.

Nous développons cette idée : un autre monde s'ouvre à celles et ceux qui écoutent les manifestations du corps, le plaisir ou l'inconfort. Cela amène le respect de soi et des autres. Cela permet que le consentement, ce terme féministe fort en vogue, ne soit pas qu'une idée théorique mais une réalité physique. Cela permet à chaque corps et à chaque désir, qu'il fasse partie de la norme ou pas, d'exister et d'être légitime.

Nous vous souhaitons bonne lecture. »

Sophie Linsmaux et Coralie Vanderlinden
Directrices artistiques de la Compagnie 3637

II. PREAMBULE AUX ENSEIGNANTS

Aborder les sujets du spectacle avec une classe ne sera pas forcément évident pour tou.te.s les enseignant.e.s Avant de vous lancer, si vous le souhaitez, nous vous proposons un questionnaire pour faire le point sur vos propres ressentis après le spectacle. Vous pourrez ensuite décider d'aborder vous-même les sujets proposés avec votre classe ou de faire appel à un centre PMS ou Evras pour le faire.

Je viens de voir le spectacle *C'est ta vie* avec mon groupe scolaire et Je me sens :

- soulagé.e : ce thème se retrouve souvent dans les discussions de mes élèves et les sortir au grand jour me fera du bien
- inquiet.e : ce thème se retrouve souvent dans leurs discussions et ça va rajouter une couche
- désamparé.e : je ne vois pas comment je vais rebondir sur ces thèmes avec mes élèves
- angoissé.e : les retours des parents/de ma direction me font peur
- heureuse.x : j'ai passé un super moment
- bien : j'ai pas accroché au spectacle mais venir au théâtre me plait
- mal : j'ai perdu mon temps
- enervé.e : ce sujet n'est pas pour mes élèves et ce n'est pas la vision de l'amour que j'aimerais leur transmettre
- perdu.e : mes élèves ont apprécié le spectacle et je ne vois pas pourquoi.
- surmotivé.e : ça me donne de l'entrain, j'ai hâte de discuter avec mes élèves
- Nostalgique : j'ai pensé à mes premiers amours, quelle époque !
- Autres :

Aller au théâtre est pour moi :

- source de stress : il faut sans arrêt faire le.a gendarme et leur demander de se taire
- source de lâcher-prise : j'ai confiance en mon groupe
- source de pression à la perfection : les comédiennes/le lieu culturel attendent de moi que je tienne ma classe, comment seront mes élèves ?
- source d'incompréhension : j'ai peur de ne pas comprendre tout dans la pièce
- source d'inspiration : j'y puise ma matière prochaine
- source d'évaluation : je réfléchis à comment les interroger
- source de plaisir et d'émotions
- source de surprise : j'ai hâte de découvrir
- source d'inquiétude : qu'est-ce qu'on va encore voir ?!
- source d'engagement : un lieu qui permet les remises en question
- autres :

III. LE SPECTACLE



- L'histoire
- L'équipe
- Les choix de mise en scène

L'histoire

LOUISE est une jeune adolescente de 12 ans. Nous la suivons sur la durée d'une année : de la première primaire à la deuxième secondaire. L'histoire est structurée en trois chapitres. Chaque chapitre aborde un sujet différent et permet d'explorer les sentiments et sensations de Louise sous un angle différent.

La première histoire se passe principalement dans la salle de bain. Louise vit avec sa mère ANOUK, son beau-père JACK et son beau-frère MATHIAS. Un jour, le comportement de Mathias à son égard se met à changer : lorsque Louise prend sa douche, son beau-frère trouve toujours une excuse pour entrer dans la salle de bain... Ce qui au début n'est qu'une source de malaise devient vite une situation d'abus : le corps de Louise devient **objet** de curiosité et de désir pour Mathias, et elle ne parvient pas à l'empêcher d'entrer dans la salle de bain ni à en parler à ses parents. Finalement elle explique ce qu'elle vit et ressent à sa cousine MANON, et ensemble elles démasquent Mathias. Anouk et Jack comprennent ce qu'il se passe et éloignent Mathias pour un moment.

Les chapitres deux et trois sont l’histoire de la résilience de Louise et de la réappropriation de son corps comme **sujet désirant**.

L’histoire deux se passe à Sète : Louise est partie en vacances avec la famille de Manon. Sa cousine veut « draguer des garçons » et Louise se prête à son jeu, moitié pour lui faire plaisir, moitié pour essayer. Au début des vacances, elles rencontrent QUENTIN, MARIUS et ZORAH. Tandis que Manon et Marius tombent amoureux, Louise vit son premier baiser avec Quentin. Cela ne la transporte pas : elle se désintéresse vite de lui. Elle préfère passer tout son temps avec Zorah, qui connaît Sète comme sa poche. Elles vivent une belle amitié amoureuse jusqu’à la fin des vacances.

L’histoire trois se passe à la piscine : de retour en Belgique, les vacances semblent lointaines... Quand Louise rencontre un jeune garçon à son cours de plongeon acrobatique. Il s’appelle AMAN et c’est le coup de foudre ! Ils vivent une histoire d’amour, le premier amour de Louise. Mais Aman est en transit : il vient d’Érythrée et a demandé un regroupement familial avec son frère qui vit en Angleterre. A la fin de l’histoire, Aman part en Angleterre, laissant à Louise plein de sensations, de vie, de désir et d’amour.

Dans son parcours, Louise s’inscrit dans **la résistance à ce qu’on lui impose et la volonté de vivre librement son corps et ses émotions**.

Nous nous sommes inspirés de plusieurs œuvres artistiques pour écrire ce scénario, notamment *La porte de la salle de bain*, roman de Sandrine Beau (ed. Talents Hauts – 2015) et la BD *Simon et Louise* de Max de Radiguès (ed. Sarbacane – 2017).

L’équipe

Direction artistique et interprétation : Coralie Vanderlinden, Sophie Linsmaux

Mise en scène : Baptiste Isaia

Dramaturgie et assistantat à la mise en scène : Lisa Cogniaux

Musique : Philippe Lecrenier

Lumière : Antoine Vilain

Scénographie et costumes : Camille Collin

Régie : Amélie Dubois, Tom Vincke en alternance avec Brice Tellier

Production : Marie Angibaud

Texte : Ecriture collective (éd. Lansman - 2020)

Les choix de mises en scène

La mise en scène a choisi un parti-pris **non réaliste**. Le décor évoque des lieux plutôt qu’il ne cherche à les recréer. La structure du décor, très légère, se transforme de manière à évoquer trois endroits différents : une salle de bain, une plage et des cabines de piscine. De ces lieux-là, d’autres sont évoqués dans le texte sans être représentés directement.

Pareillement, le texte n’est **pas réaliste** : le langage, parfois soutenu, n’est pas celui d’une enfant de douze ans. Nous avons voulu retranscrire au plus près et au plus vif les émotions de Louise grâce à un langage poétique, plutôt que d’imiter la manière dont elle aurait pu parler en réalité.

Les deux comédiennes n'incarnent jamais les personnages, mais sont toujours **narratrices**. Néanmoins, elles **évoquent** parfois les différents personnages, passant du **discours indirect au discours direct**. Les moments de discours directs sont traités différemment que le reste de narration : ce sont les moments parlés au micro, ou encore le moment où Louise et Zorah sont dans la barque.

Cette narration du récit, lié à la construction et transformation constante de l'espace, permet d'être dans la **distanciation** plutôt que dans le **naturalisme**. Les actrices gardent leur statut de **gardiennes du récit**, qu'elles construisent ensemble et au fur et à mesure, et les spectateur.rice.s ne peuvent jamais oublier qu'ils sont au théâtre.

Les nombreux personnages ne sont jamais montrés ou incarnés directement mais toujours **évoqués** : que ce soit par la projection d'ombre, la voix, les photos reconstituées, les photos de personnes de dos, les costumes, iels existent avant tout dans le texte. Cela permet d'ouvrir l'imaginaire des spectat.eur.rices et de ne pas figer nos personnages dans une seule représentation.

[Quelques pistes pour parler de la mise en scène](#)

Questions à poser aux élèves

Est-ce que Louise existe vraiment ? Pourquoi avons-nous choisi de ne jamais montrer Louise ? Quels sont les éléments de mise en scène qui aident à s'inventer sa propre Louise ? (Piste de réponses : les chaussures, la voix, l'ombre projetée)

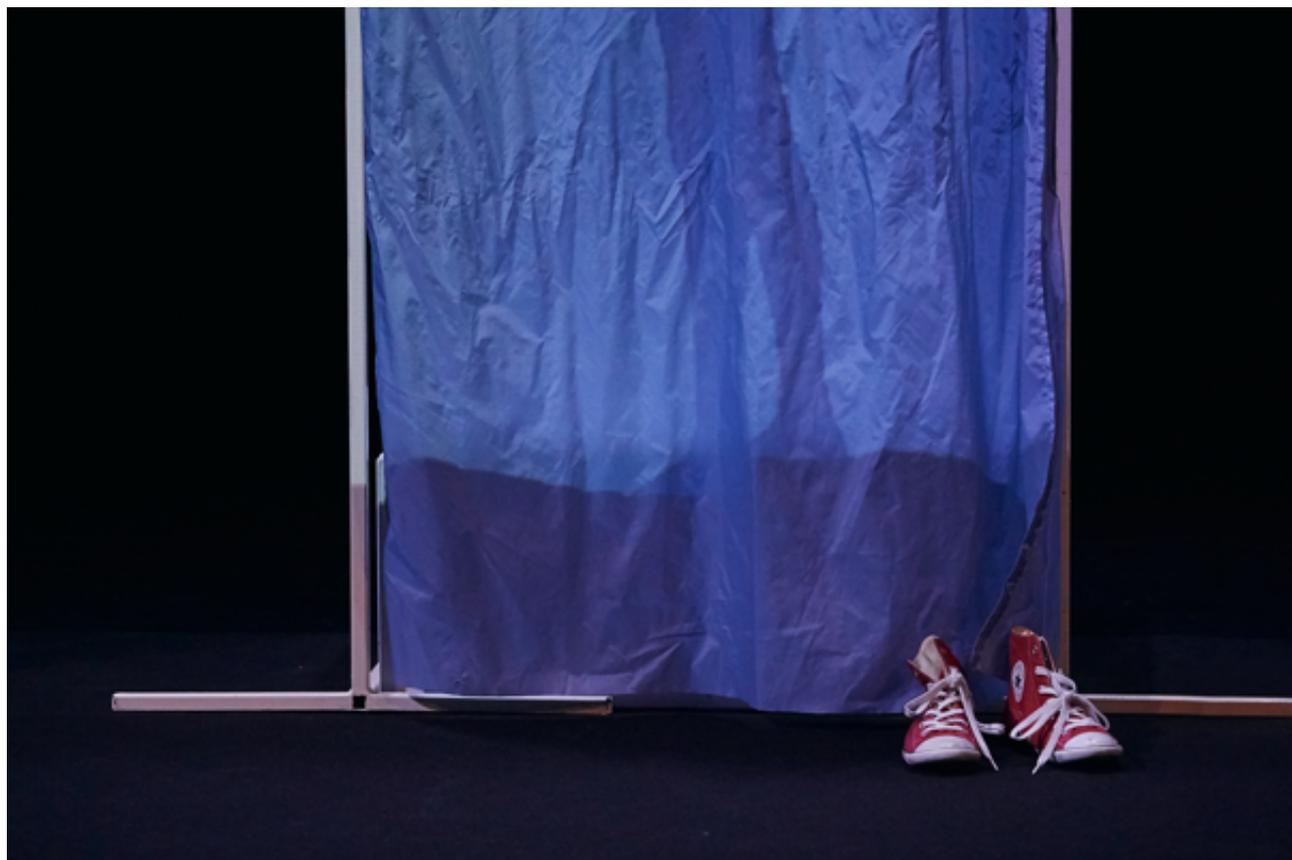
Est-ce facile de s'identifier à Louise ?

Quel est le point de vue adopté, est-ce toujours celui de Louise ?

Avais-tu besoin/envie de voir Mathias ? Les parents ? Quentin ou Marius ?

L'héroïne de l'histoire est une fille, qu'en penses-tu ? Un garçon pourrait-il aussi s'identifier à elle ?

IV. HISTOIRE 1 : LA SALLE DE BAIN



- Le corps qui change
- L'intimité et le regard de l'autre
- Le consentement

Le corps qui change

.....

« C'est ce jour-là que ça a démarré. Le tout début du commencement du départ des seins qui poussent. Elle avait toujours imaginé que ce serait un moment spectaculaire – que sa peau se mettrait à tirer, ses seins à gonfler sans s'arrêter et puis qu'ils éclateraient comme deux grosses pastèques – paf –, ils en mettraient partout dans la voiture, sa mère se prendrait un éclat dans l'œil et qu'elle serait défigurée...

*Mais en fait non, ce jour-là personne n'a rien remarqué.
Et Louise n'a rien dit. Elle aurait dit quoi ? « Maman arrête la voiture mes seins poussent !? »*

.....

Propositions d'exercices :

Lancer un **débat en mouvements** sur l'intimité : 4 cercles sont tracés au sol à la craie : 1 = oui / 2 = non / 3 = je m'en fiche / 4 = c'est ma vie, c'est secret. Les élèves se déplacent à chaque question dans le cercle qui correspond à ce qu'ils pensent. Celles et ceux qui veulent commenter leur choix ont l'occasion de la faire après s'être déplacé.

Exemples d'affirmations auxquelles les élèves sont invités à réagir en se déplaçant :

- J'ai déjà eu envie d'embrasser quelqu'un
- A la piscine, dans les vestiaires communs, je suis gêné.e quand je dois me déshabiller devant les autres
- Être amoureux.se, ça se passe d'abord dans le corps
- Je déteste qu'on parle de relations sexuelles entre adultes
- J'ai hâte que mon corps change
- Mon corps est en train de changer et j'aimerais pouvoir en parler
- Être un enfant, c'est mieux qu'être un adulte
- Je suis à l'aise avec le contact physique avec d'autres enfants de mon âge

Faire un **dessin** sur une vision exagérée de son corps dans 5 ans.

L'intimité et le regard de l'autre

.....
« Bon voilà je le dis, n'en faites pas toute une histoire : mon demi-frère traîne dans la salle de bain.

Il me mate il me regarde la peau quand je suis nue il a ses yeux déviés médusés on dirait qu'il veut aspirer ce qu'il voit de moi là béant et je sais pas ce qu'il y a à faire je veux disparaître à moi-même et qu'on m'oublie

Et lui

*Il fait comme si rien normal il est juste là
Et moi, comme un chien trempé, je gis là ! »*

.....

Propositions d'exercices :

Débat : Dans notre histoire il n'y a pas de clé sur la porte de la salle de bain. Qu'en penses-tu ? Avec qui veux-tu ou ne veux-tu pas partager ta salle de bain ? Est-ce que cela a toujours été comme ça ou est-ce que c'est nouveau ? Crois-tu que cela pourrait changer en fonction de ton âge ? Quelles sont les règles au niveau de l'intimité là où tu habites ?

Dessiner ou écrire une pancarte à afficher sur un crochet d'une porte de salle de bain. Les exposer.

Mimer "comment est-ce que je me déshabille dans le vestiaire de la piscine ? Ou dans la salle de bain si on est plusieurs ?"

Inventer des phrases qu'on pourrait dire à quelqu'un de l'autre côté d'une porte sans clé pour l'empêcher d'entrer ?

Le consentement

Par consentement, nous entendons la capacité d'un individu à exprimer son accord libre et éclairé avec une activité ou un geste posé sur lui ainsi que la capacité à écouter et à respecter les choix des autres. L'éducation au consentement est particulièrement importante quand il s'agit d'aborder la question du corps, de la sensualité et/ou de la sexualité : **les chiffres en matière d'agressions sexuels, qu'il s'agisse de pédocriminalité ou d'agressions entre enfants, restent beaucoup, beaucoup trop élevés.** Cela veut dire que certains adultes (qui ont été des enfants), et certains enfants (qui très souvent ont eux-même vécu des abus) passent outre le respect du corps de l'autre, et que ce n'est pas un évènement isolé, banal, ou périphérique. Pour en savoir plus sur ce que nous pensons que recouvre ce terme de « consentement », rendez-vous dans la partie **VIII. pour aller plus loin : le consentement (p.22).**

Pour aborder ce sujet, nous proposons de partir du spectacle. Nous conseillons dans un premier temps de laisser les élèves s'exprimer librement sur la première histoire du spectacle et ce qu'elle leur a évoqué avant d'éventuellement les orienter si besoin (questions suggérées ci-dessous).

Propositions de questions pour un débat

Dans le spectacle :

- Comment s'exprime le malaise de Louise face à Mathias ?
- Mathias aurait-il pu comprendre que ce qu'il faisait rendait Louise si malheureuse ? Pensez-vous qu'il s'en est rendu compte ?
- Il y a plusieurs niveaux d'abus dans cette histoire. Peux-tu les nommer ? (Pour rappel, le premier abus passe par le regard, ensuite Mathias touche les seins de Louise, et pour finir Louise fait un cauchemar dans lequel il l'observe dormir.) Est-ce que la dernière étape, celle du cauchemar, est réelle ou imaginée par l'héroïne ?
- Qu'est-ce qui a rendu la parole de Louise difficile ?
"(...) Et ni sa mère, ni Jack ni Mamy ne parviennent à lire entre les lignes. Ils lui répondent que ce n'est pas si grave, que les garçons embêtent les filles depuis toujours et qu'il suffit de dire à Mathias de frapper à la porte avant d'entrer."
- Les adultes sont-ils à l'écoute ? Sont-ils absents/présents ? Quelles sont leurs réactions, que mettent-ils en place ?
- Qu'est-ce qui a permis à Louise de se sortir de cette situation ?

Dans votre vie:

- Comment exprimez-vous vos limites ?
- Avez-vous déjà entendu/vécu une histoire comme celle de Louise et Mathias ?
- Est-ce toujours les garçons qui ont le rôle de Mathias ? Est-ce que ça aurait pu être une fille ?

Nous vous proposons ensuite de faire des exercices pratiques qui connectent les enfants à leur corps et leurs ressentis, et encouragent leur empathie pour les ressentis des autres. En effet, pour être dans le « consentement éclairé », il faut être capable de s'écouter soi-même et de se connecter à son propre désir, quelle que soit la nature de ce qui est proposé : ai-je envie de faire ce qu'on me propose ? Selon quelles conditions ? Cela passe par l'éducation des enfants et des adolescents à être en

contact avec leurs émotions et leurs sensations, **et à pouvoir les exprimer dans un climat bienveillant.**

Pareillement, l'apprentissage de l'empathie est essentiel pour pouvoir détecter le consentement chez l'autre : la capacité à se mettre à sa place, à l'écouter, à prendre en considération son corps et ses sensations non pas comme objet de notre plaisir mais bien comme **sujet partenaire.**

Mettre l'action sur la capacité d'action **des élèves** leur donne des armes à la fois pour se sentir légitime à affirmer leurs désirs propres et respecter les refus éventuels des autres.

Propositions d'exercices pratiques

Les mains : En cercle, on se donne les mains : une personne fait une pression sur les mains de ses deux voisins pour donner un signal. Le signal doit faire le demi-cercle le plus rapidement possible. Quelles sont les réactions ? Est-ce agréable de se donner les mains ?

La douche : Exercice à faire par petit groupe : un élève se met au milieu du groupe. On lui fait un massage collectif, puis une « douche » L'idée est vraiment de faire du bien à la personne, d'être attentif.ve.f si elle se crispe. À tout moment, la personne au milieu peut demander d'arrêter si elle n'est pas à l'aise. L'idée pour elle est de se détendre un maximum et de se connecter avec ses sensations. L'idéal est que la personne au milieu ait les yeux fermés, qu'elle soit « à la merci » des autres. **Cet exercice ne doit pas être obligatoire !**

Les personnes sont en cercle posent leur main sur les épaules de la personne au milieu. Celle-ci respire, tout le groupe synchronise sa respiration avec elle : à l'expiration, toutes les mains descendent sur le corps de la personne centrale, assez vite, comme les gouttes d'eau d'une « douche ». Le mouvement est répété trois fois, à chaque fois en synchronisation avec la respiration de la personne au centre.

Chaque élève des petits groupes se place à son tour au milieu.

Après l'exercice, organiser un tour de parole dans lequel chacun.e pourra expliquer son ressenti : ça fait quoi d'être touché, est-ce plaisant ou non ? Constate-t-on différent type de touchers selon les personnes ? Est-ce facile de faire confiance et de fermer les yeux ? Si je voulais que ça s'arrête, l'ai-je dit ? Si c'était trop fort/trop doux, l'ai-je dit ?

Exercice d'observation à faire deux par deux : tour à tour, observer le visage de l'autre, les yeux, la forme des joues, des oreilles. Puis, fermer les yeux, et essayer mentalement de retracer tous les traits – tous les détails – du visage de l'autre. Après l'exercice, organiser un tour de parole dans lequel chacun.e pourra expliquer son ressenti : est-ce facile de faire confiance et de fermer les yeux ? Est-ce facile de se faire observer, d'observer ?

V. HISTOIRE 2 : LA PLAGE



- les premières relations amoureuses
- l'amour et l'amitié
- les normes esthétiques qui entourent les corps

Les premières relations amoureuses

- Se souvenir de l'histoire et des étapes des différentes relations

Citer les différents personnages de l'histoire et se souvenir d'une de leurs caractéristiques physiques ou psychologiques.

Piste de réponses :

Quentin : voix d'un acteur de cinéma, bronzé, yeux en forme de paillette, dragueur

Marius : dents du bonheur, musclé, sympa

Manon : cheveux de sirènes, dragueuse, téméraire, malicieuse

Zorah : l'air d'avoir grandi trop vite, short et t-shirt, aventureuse, sociable, pas envie d'être "comme les autres"

Citer les différents lieux de l'histoire et ce qu'il s'y passe

Pistes de réponses :

Dans la voiture : "Manon continue avec une voix de militante pour la liberté des adolescentes à décrire tous les détails du futur premier baiser de Louise. La cadence, les picotements de plaisir"

Sur la plage : "à force de nager et de sécher, de sécher et de nager, Louise et Manon aperçoivent... Deux garçons qui les remarquent aussi !"

Au cinéma : "voilà ça y est j'embrasse un garçon !!"

Sous la tente au camping : "Je suis plus sûre d'avoir encore envie d'embrasser Quentin"

Dans la barque sur l'étang : "Louise serre Zorah dans ses bras pour calmer son corps. Leurs respirations sont toutes proches et le souffle de Louise ralentit celui de Zorah. Y'a comme une accalmie, un soupir d'apaisement. Pourtant, elles restent blotties l'une contre l'autre."

Dans la ville de Sète : "Louise et sa nouvelle amie flânent, des heures durant, dans les recoins préférés de Zorah, le long du port, s'appuient ensemble sur les façades des maisons ouvrières du bord de mer, elles s'asseyent, tête sur genoux, jambes sur jambes, épaules contre épaules ou main dans la main."

Sur le parking : "Sur le parking du camping, il y a les au-revoirs déchirants de Manon et Marius. Il y a la main timide de Quentin qui fait des signes à travers la fenêtre ouverte. Et les baisers volants de Zorah qui rigole."

→ Le premier baiser et les premières relations

Propositions d'exercices :

Se souvenir des termes utilisés pour décrire le premier baiser de Manon et Marius : "avec fougue et savoir-faire"

Se souvenir des termes utilisés pour décrire le premier baiser de Louise et Quentin : "Mouillé / les langues qui s'agitent comme des poissons sortis de l'eau/ sa langue qui fait des tours de machine à laver dans ma bouche."

En comparant ces deux expériences, est-ce que le premier baiser de Louise est agréable ? Si non, qu'est-ce qui la pousse à continuer ?

Piste de réponses : les normes sociales qui entourent Louise la poussent à se conformer à ce qu'on attend d'elle. "LOUISE : Je sais pas combien de temps c'est censé durer un baiser alors j'ose pas arrêter – MANON : allez Louise, t'es la seule de mes copines à n'avoir jamais embrassé un garçon !"

Avec quels personnages de l'histoire 2 les élèves s'identifient-ils le plus et pourquoi ?

- ⇒ Est-ce que toutes les relations amoureuses se ressemblent ? Est-ce qu'on doit être amoureux pour être en relation ? Est-ce qu'on a besoin de relations romantiques pour être heureux.se ? à quel âge faut-il avoir embrassé quelqu'un.e pour être dans la norme ?
- ⇒ "Bébé" est le nouveau petit nom que Quentin donne à Louise. Autour de vous existe-t-il d'autres surnoms ? Quels sont ceux qui vous font rigoler, qui vous plaisent, vous dégoutent ou que vous ne comprenez pas ? Qu'en pensez-vous ?

L'amitié et l'amour

« Zorah barragouine presque toutes les langues ! Elle connaît tout le monde ! Elle présente Louise aux habitué.e.s du port, en italien, en espagnol, en arabe. Louisa Luzia, Luchia.. Elle aime tellement quand Zorah prononce ses mille prénoms ! Et elle savoure leurs promenades main dans la main. Le soleil leur prête ses rayons pour illuminer la ville. Du haut du mont Saint clair, qui ressemble à une baleine, elles voient toute la ville, la mer et même l'Espagne ! Quand le temps est au plus bleu, on peut même apercevoir les côtes de l'Afrique. Zorah promet qu'un jour elles iront là-bas. Louise n'est pas sûre que ce soit vrai mais ça la fait rêver... »

Dans cette partie du spectacle, plusieurs relations sont mises en scène : certaines sont clairement définies comme de l'amour (Marius et Manon), d'autres comme de l'amitié (Louise et Manon ou Quentin et Marius). Les sentiments de Louise pour Zorah sont un peu entre les deux, ce qui ne lui pose pas de problèmes. Les deux adolescentes ne se définissent pas encore sexuellement et ne définissent pas leur relation. C'est peut-être dû à leur jeunesse, c'est peut-être dû aussi au peu de modèles qui existent de relations non-hétérosexuelles. Pour en savoir plus sur notre point de vue à ce sujet, voir la partie **VIII. Pour aller plus loin, l'amour/les sensations/la sexualité (p.25)**.

Proposition d'exercices :

Noter deux colonnes au tableau : une colonne « amour » et une colonne « amitié ». Demander aux élèves des mots qui leur font penser à ces deux catégories de relation, et les noter dans la colonne correspondante.

Certains mots se retrouvent-ils dans les deux colonnes ? L'amour et l'amitié, cela va-t-il toujours ensemble ? Quelle colonne a été la plus facile à remplir ? D'où viennent les mots qu'ils ont dit : de modèles familiaux, de représentations populaires, de leur vécu personnel ?

Les normes esthétiques qui entourent les corps

"ZORAH : J'ai pas envie de devoir jouer à la maman et acheter des soutien-gorge ! Et tu vois, ça me fait pas rire d'avoir mes règles là ! Qui mettent du sang partout ! Franchement ça m'intéresse pas de devenir une femme fatale et tout ce qui va avec ! Ça m'opresse de vous voir toi et toutes les autres avec tous vos tutos et vos bazars pour être la fille parfaite ! Et voir Marius et Quentin qui ont l'impression d'être des hommes parce qu'ils mettent du déo et qu'ils pensent que plus ils embrasseront de filles plus leur zob grossira ! Ça me donne envie de vomir !"

"Louise trouve prévenant de la part de Marius d'avoir demandé à Manon s'il pouvait lui caresser les seins avant de le faire. Mais Manon n'a rien senti à cause de ses coquilles push-up poitrine de rêve ; le dilemme est de déterminer si sa cousine doit enlever son soutien-gorge rembourré et prendre le risque d'être démasquée ou non !"

Alors que dans la première histoire Louise est très impatiente d'entrer dans la puberté, le personnage de Zorah, au contraire, refuse la normativité qui va avec le fait de « devenir une femme ». Elle associe la féminité à l'image de fille parfaite qu'on peut trouver dans les magazines féminins. De son côté, Manon est très heureuse avec ces modèles, met des soutien-gorge « push-up » pour avoir l'air plus âgée et joue de sa féminité pour draguer les garçons.

Les pressions qui pèsent sur les corps adolescents sont très présentes alors qu'ils sont en pleine transformation. **Un corps, c'est fait pour bouger, sentir, vivre, aimer, ressentir, avoir du plaisir. Notre corps, c'est nous, que nous le voulions ou non.** Dans beaucoup de cas, on ne peut pas le changer, il est comme il est. Mais parfois, les corps sont d'abord vu et considéré comme des **objets esthétiques**, qui doivent prouver au monde que notre identité est bien conforme à la « normalité ». Cette histoire peut donc être l'occasion de parler aux élèves du rapport au corps comme **norme esthétique**, particulièrement quand on est perçu comme une fille.

Propositions de questions pour lancer un débat

Quand Zorah dit que ça ne l'intéresse pas de jouer à la femme fatale, à quel modèle féminin fait-elle référence ? Connaissez-vous des modèles publics de femmes adultes qui ne sont pas super féminines (dans l'art, dans la publicité, dans la politique...) ? C'est quoi une "femme parfaite" ? C'est quoi un "homme parfait" ? Les filles et les garçons doivent-ils se comporter différemment pour devenir des "hommes" et des "femmes" ?

Propositions d'exercices pratiques

Demander aux élèves de dessiner l'homme ou la femme "parfait.e.s". Quels modèles de corps représentent-ils ?

Analyse de publicités : les publicités sont des exemples très frappants de représentations sexistes, irréalistes, avec des corps normés en majorité **blancs minces jeunes valides**. **Rechercher dans des magazines** avec les élèves des publicités qui montrent **d'autres modèles** : y en a-t-il beaucoup ?

Dans la classe, les élèves ressemblent-ils au modèle majoritairement présent dans les publicités ? Si non, ça leur fait quoi de ne pas être représenté dans les images publicitaires ?

Réaliser une publicité qui représenterait la réalité des élèves de la classe, en faisant un collage de plusieurs images de magazines et de journaux.

VI. HISTOIRE 3 : LA PISCINE



- Etre amoureux.se à treize ans ?
- Vers la sexualité : le grand saut !
- La rupture amoureuse

Etre amoureux.se à 13 ans ?

.....

"Louise aperçoit un jeune garçon qui la regarde depuis quelques instants déjà. La foudre lui tombe dessus. Y a le feu. Les pompiers débarquent mais impossible, l'incendie est contagieux.

Un feu dans son estomac qui se tentacule jusqu'à ses lèvres, qui brûle ses veines, qui réchauffe toute son étendue. Canicule.

Tout d'un coup, elle se sent vivante."

.....

Propositions d'exercices :

Comment décrire un coup de foudre ? **Exercice d'écriture libre.**

Est-ce que le coup de foudre existe ? Citez des œuvres artistiques (chansons, films, séries) dans lesquels il y a un coup de foudre. Ensuite, discutez dans la classe : est-ce que ces histoires sont crédibles ? Et est-ce que ça peut arriver à 13 ans ?

Dans l'histoire, Aman et Louise ne parlent pas la même langue, pourtant iels se comprennent. **Peut-on se comprendre grâce au langage du corps ?** Faire des exercices par groupe de deux ou trois où l'un essaie de faire comprendre une émotion à/aux autre(s) **sans paroles.**

Mimer différents coups de foudre. Passage sur scène tout seul, ou à deux, ou à trois. Les "acteur.rice.s" doivent mimer un coup de foudre pour une "personne invisible", qu'on situe devant elleux. Cette personne invisible peut être représentée par une chaise, par exemple. De cette façon, cela évite la gêne d'avoir à jouer une "scène d'amour".

Vers la sexualité : le grand saut !

.....
*"Les lèvres de Louise et d'Aman parcourent tendrement et mutuellement lers joues, leurs tempes aux odeurs fruitées, leurs arcades sourcilières pointues ou rondes, leurs oreilles en forme de coquillages...
Puis, à nouveau face à face, ils s'embrassent à bouche ouverte, et c'est toutes leurs cellules qui veulent se mélanger."*
.....

Propositions de questions pour lancer un débat :

De quelle scène l'extrait de texte ci-dessus est-elle extraite ? Qu'est-ce que cette scène a fait ressentir aux élèves ? Etaient-iels gêné.e.s, content.e.s, nerveux.se ?

La scène était-elle réaliste ? Comment Louise et Aman ont-iels été certain.e.s qu'iels avaient envie tous les deux de s'embrasser ? Iels n'en ont pas parlé et pourtant cela semble évident : cela peut-il se passer comme ça dans la vie ?

Peuvent-iels vivre un amour sensuel à leurs âges ? Si oui, pourquoi, si non, pourquoi ?

Demander aux élèves à quoi ils pensent quand on leur dit le mot « sexualité ». Noter tous les mots au tableau dans une colonne. Demander la même chose avec le mot « amour », et les noter dans une autre colonne. Certains mots se retrouvent-ils dans les deux colonnes ? L'amour et la sexualité, cela va-t-il toujours ensemble ? Quelle colonne a été la plus facile à remplir ? D'où viennent les mots qu'iels ont dit : de modèles familiaux, de représentations populaires, de leur vécu personnel ?

Louise et Aman, avant leur premier baiser, se jettent du plus haut des plongeoirs. Dans le spectacle, nous avons choisi de faire de ce plongeon une **métaphore** de ce qu'iels ressentent : iels se jettent littéralement à l'eau pour exprimer qu'iels se lancent dans une histoire inconnue, dans leur premier amour, malgré la peur que cela peut provoquer. **Les élèves peuvent-iels imaginer d'autres métaphores ? Comment exprimer ce que ça fait de se lancer dans un amour ?**

Demander aux élèves de rapporter ce qu'on leur a appris de la sexualité. Faire un petit vrai/faux du type : (Marquer les réponses des élèves sur un tableau, et ensuite en débattre.)

- la sexualité, c'est entre un homme et une femme ?
- la sexualité se fait entre des gens qui sont amoureux ?
- la sexualité, c'est seulement pour les couples mariés ?
- les personnes âgées n'ont pas de sexualité ?
- on ne peut pas avoir de sexualité quand on est adolescent.e ?
- la sexualité c'est violent ?
- la sexualité sert à faire des enfants ?
- la sexualité, c'est un truc de garçons ?
- la sexualité, c'est un truc de filles ?
- les garçons ont toujours envie de faire l'amour ?
- la première fois ça fait mal ?
- quand on est en couple, il faut régulièrement faire l'amour ?
- il ne faut pas avoir de sexualité avant tel ou tel âge ?

Adapter les vrais-faux en fonction du public.

La rupture amoureuse

.....

*"AMAN a le cœur en fête et terriblement lourd à la fois.
Ca y est, il s'en va. Ils ont retrouvé la trace de son frère. AMAN peut le rejoindre. Le
regroupement familial aura lieu dans quelques jours seulement.
Ca fait des mois que AMAN rêve de cela. Mais ça veut dire que l'histoire se finit là
pour eux, pour Louise et Aman. C'est terrible. L'amour doit s'arrêter. Les yeux plein
de larmes, il lui susurre à l'oreille : Ne te lasse pas de crier ta joie d'être en vie, et tu
n'entendras plus d'autres cris."*

.....

Propositions de questions pour lancer un débat

Peut-on avoir plusieurs grands amours dans une vie ?

Imagine la suite de l'histoire : Louise et Aman pourront-ils se retrouver ? Est-ce que à la toute fin de l'histoire, Louise en a envie ?

Proposer d'échanger sur le vécu des élèves. Ont-ils « assisté » à des ruptures ? Quels sont les mots qui pourraient caractériser ce qu'ils ont observé ? (Douceur, violence, rage, tristesse, perte de repères, colère, impuissance, etc.)

Y-a-t-il plusieurs degrés de rupture ? Quand un couple se sépare, ça veut dire qu'ils ne s'aiment plus du tout ? Ou que la relation s'est transformée en une autre relation ?

Proposition d'exercice

On parle ici de rupture amoureuse. Existe-t-il d'autres sortes de ruptures ? Exercice d'écriture libre sur ce que ça fait quand une relation se termine, qu'elle soit d'amour, d'amitié, familiale...

VII. EPILOGUE



Dans notre histoire, Louise va vivre de nouvelles émotions et sensations ; si dans la première histoire elle « subit » ce qui lui arrive, elle se remet par la suite en mouvement.

La vie émotionnelle de Louise, malgré son jeune âge, est complexe et évolutive, comme celle de beaucoup d'adolescent.e.s ! Mais il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans tous ce mêli-mêlo de sentiments, et **les modèles existants ne sont pas toujours d'une grande aide.**

Si Louise parvient à suivre ses émotions et à agir comme elle le ressent, ce n'est pas toujours évident. Parfois, elle doute, mais au fur à mesure du récit elle s'affirme de plus en plus comme un être singulier, avec un chemin singulier. **En résumé, Louise nous montre que c'est de SA VIE dont il s'agit et qu'elle est la seule à pouvoir disposer de son corps et de ses émotions.**

Proposition d'exercices :

Si les élèves devaient imaginer la suite de l'histoire, qu'aimeraient-ils qu'il se passe ? **Exercice d'écriture libre.**

Les élèves peuvent parler d'un moment qu'ils ont bien aimé dans le spectacle et expliquer pourquoi.

VIII. POUR ALLER PLUS LOIN

Avant-propos : cette partie théorique s'appuie sur des essais, des études universitaires, des podcasts, des documentaires, mais reflète également les convictions idéologiques des créateur.rice.s du spectacle. Aucune théorie n'est neutre et objective et nous nous situons dans un courant de pensée féministe, constructiviste et issu des études de genre. C'est-à-dire que nous croyons que le sexe et la sexualité ne sont pas uniquement des données biologiques, neutres et naturelles mais également des constructions culturelles qui engendrent des enjeux de pouvoir.

Le consentement

Dans notre histoire, Louise subit le regard que son demi-frère pose sur son corps quand elle prend sa douche. A un moment, il lui touche même les seins sans qu'elle soit d'accord. Si cette histoire nous a été inspirée par le roman *La porte de la salle de bain*, elle est malheureusement très réaliste.

Depuis 2017 et l'affaire Weinstein¹ et le mouvement #metoo et Balance ton Porc qui en ont découlé, les témoignages ne cessent d'affluer. Des témoignages de femmes, pour la plupart, agressées par des hommes de pouvoir. Pour la première fois, les médias, les sphères sociales et politiques se sont accordées sur le fait qu'il fallait parler des agressions sexuelles dont les femmes **et les enfants** sont en très grande majorité les victimes. Si les affaires d'abus médiatiquement les plus traitées sont celles qui concernent des personnalités publiques, les violences arrivent très fréquemment dans les familles, et très fréquemment sur des enfants, encore plus si ce sont des filles. En effet, une récente enquête (2015) révèle que **7 à 10 % de la population française** a été victime de violences sexuelles intrafamiliales pendant l'enfance². Ces violences débutent en général avant les onze ans de la victime. On peut imaginer que les chiffres sont similaires en Belgique.

La notion de consentement, à la lumière de ces chiffres et de ces témoignages, est une notion politique essentielle, surtout quand on aborde la sexualité. Elle interroge la **capacité** des personnes en présence à exprimer leur **libre volonté** d'engager un acte de nature sexuelle ou sensuelle. **Le consentement est une donnée indispensable à toutes les relations.**

UN TERME PROBLÉMATIQUE ?

Quand on réfléchit au terme choisi, on voit assez vite que la définition du consentement n'est pas universelle. Selon certaines féministes, le terme en lui-même est problématique : il ne suffirait pas seulement de consentir, ce qui pourrait vouloir dire « céder » à une relation qui ne nous convient pas parfaitement, mais bien d'en être acteur/actrice c'est-à-dire de **la désirer**. Cependant, comme c'est le terme qui parlera au plus grand nombre, nous l'utiliserons pour ce dossier.

¹ L'affaire Weinstein a éclaté fin 2017, quand des journaux ont révélé qu'une douzaine de femmes actrices portaient plainte pour agressions sexuelles ou viol contre le producteur de cinéma Harvey Weinstein. Suite à ces accusations, de nombreuses autres actrices ont dénoncé les agissements de Weinstein, connu dans les milieux professionnels du cinéma aux États-Unis depuis des années mais toujours couverts ou discrédités. Un mouvement mondial contre les violences sexuelles faites aux femmes, particulièrement dans les milieux professionnels, a alors éclaté.

² <https://aivi.org/nos-actions/sondages/4-millions-de-victimes-d-inceste.html>, sondage de Harris Interactive.

Le consentement, une notion féministe.

Nous vivons dans un monde où, malheureusement, les hommes sont encore dans une situation de domination par rapport aux femmes. Le système qui permet cette domination s'appelle le **patriarcat**. Concrètement, cela veut dire que les hommes ont plus de pouvoir économique, politique, et sexuel. Dans les publicités, les médias, les œuvres artistiques, la sexualité est encore montrée comme différenciée chez les hommes et chez les femmes, avec des hommes « chasseurs » qui auraient plus de besoins sexuels, et des femmes passives et objets de désir. Cette vision est fortement implantée dans nos inconscients et est naturalisée, c'est-à-dire qu'elle est présentée comme immuable et **inhérente à notre nature**.

Elle a pour conséquence qu'encore aujourd'hui, on estime que **au moins 1 femme sur 10 est victime de violence sexuelle au cours de sa vie** en Europe (ce chiffre est bien plus élevé dans des pays où les droits des femmes n'existent pratiquement pas), et **en Belgique, selon des chiffres de Amnesty International datant de 2020, 20 % des femmes et 14 % des hommes ont été violés avant leur 19 ans³. 96 % à 99 % des agresseurs condamnés sont des hommes** (plusieurs sources convergent vers ce chiffre : Eurostat⁴, le centre de prévention et d'intervention pour les victimes de violences sexuelles⁵, le haut conseil pour l'égalité du gouvernement français⁶, ...)

Ce n'est pas à cause d'une nature masculine agressive, mais bien d'une **éducation sexuelle différenciée** chez les filles et les garçons, qui perpétuent le mythe que les hommes ont le droit de prendre leur « dû sexuel » et que les femmes (et les enfants) doivent se taire. De nombreuses études montrent que les petits garçons et les petites filles ne sont pas éduqués pareillement. On apprend très peu aux petits garçons à accepter la frustration. Dans le même temps, on apprend vite aux petites filles à jouer en périphérie de la cour de récré et à ne pas être turbulente⁷. Cela joue bien sûr dans les dynamiques de pouvoir qui se jouent entre les genres à l'âge adulte. **Le consentement est donc une notion féministe, même s'il concerne tous les genres.**

C'est pour cela que dans notre histoire, nous avons choisi un personnage principal féminin et son agresseur masculin : cela reflète une réalité statistique. Mais si Louise est d'abord « proie », elle trouve des ressources pour aller vers une **résilience** et une **résistance**.

QUI PEUT CONSENTIR ?

La culture du viol :

Il s'agit d'un concept sociologique qui désigne tout un appareil de pensées, de représentations, de pratiques et de discours qui excusent, banalisent, érotisent voire encouragent la violence sexuelle. Cela passe par une adhésion par la société aux mythes sur le viol (le viol n'est commis que par des malades mentaux, dans des parkings, suite à de la misère sexuelle...), la volonté d'excuser ou de comprendre les viols qui ne correspondent pas à ces mythes, et au final une dédramatisation et banalisation des violences sexuelles. Cette culture rend la notion de consentement parfois futile, inutile ou encore acquise. Si une femme a bu de l'alcool, c'est considéré comme un consentement, si une personne n'a pas dit explicitement non de la bonne manière, c'est compris comme un consentement, si une personne est dans une relation, on considère que son consentement est valable tout le temps dans le cadre de cette relation,...

³ <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/article/sondage-viol-chiffres-2020>

⁴ <https://www.touteurope.eu/actualite/les-violences-sexuelles-a-l-encontre-des-femmes-en-europe.html>

⁵ <http://www.cpivas.com/statistique-de-la-violence-sexuelle.html>

⁶ <https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/violences-de-genre/reperes-statistiques/>

⁷ Cf REY ROBERT, VALERIE, Une culture du viol à la française, éd.Libertalie, 2019, pp.265-273.

La notion de consentement sous-entend qu'il existe des conditions qui le permettent. La loi belge estime que le consentement est impossible dans certains cas : *lorsque l'acte a été imposé par violence, contrainte ou ruse, ou a été rendu possible en raison d'une infirmité ou d'une déficience physique ou mentale de la victime.*

En général, lorsqu'il y a une relation de pouvoir, il est difficile de prétendre à un consentement libre et éclairé, qui ne peut advenir qu'entre deux personnes égales à tous les niveaux. Dans le cadre d'une relation économique, par exemple d'un patron et d'un.e employé.e, la pression de la nécessité de garder un travail peut pousser une personne à *consentir* à un acte qu'iel ne désire pas vraiment. C'est aussi le cas dans une relation entre un enfant et un adulte ou entre deux enfants/adolescents d'âge différents : l'enfant n'est jamais en mesure de consentir. Pour cela, il faut être engagée dans une relation où les deux parties ont un pouvoir égal. Enfin, c'est le cas quand les personnes ne sont pas en pleine possession de leurs moyens, qu'iels soient saoules, droguées, endormies, évanouies...

Pareillement, **ne pas signifier son désaccord** ne veut pas dire qu'on consent. Le consentement doit pouvoir s'exprimer physiquement (caresses, baisers, sourires, actions concrètes qui montrent le désir) ou verbalement. Il existe d'ailleurs un phénomène bien connu lors des agressions sexuelles qui est celui de **la sidération**. En résumé, le cerveau, soumis à un stress extrême, va choisir de se préserver en coupant complètement les émotions. La personne victime va alors se "dissocier" : elle assiste à sa propre agression comme si elle n'y était pas. Ainsi, elle sera totalement passive et incapable de dire "non", mais cela ne veut évidemment pas dire qu'elle est d'accord avec ce qu'il est en train de se passer⁸.

L'ÉDUCATION AU CONSENTEMENT

Pour être dans le « consentement éclairé », il faut être capable de s'écouter soi-même et de se connecter à son propre désir : ai-je envie de cet acte ? Selon quelles conditions ? L'autre a-t-iel aussi envie de cet acte ? En suis-je certain.e ? Cela passe par l'éducation des enfants et des adolescent.e.s à être en contact avec leurs émotions et leurs sensations, et à pouvoir les exprimer dans un climat bienveillant.

Pareillement, l'apprentissage de l'empathie est essentiel pour pouvoir détecter le consentement chez l'autre : la capacité à se mettre à sa place, à l'écouter, à prendre en considération son corps et ses sensations non pas comme **objet de notre plaisir** mais bien comme **sujet partenaire de plaisir, qui peut à tout moment dire NON.**

Les tabous qui entourent encore la sexualité rendent souvent la parole difficile autour de tels sujets. Parler de sexualité positive, de l'importance au consentement dans la sexualité mais aussi reconnaître l'existence des agressions sexuelles est essentiel pour permettre la parole des enfants en situations d'abus.

Vous trouverez dans la bibliographie quelques outils pédagogiques supplémentaires pour éduquer les enfants au consentement.

⁸ Pour en savoir plus, vous pouvez vous référer aux travaux de Muriel Salmona sur la dissociation et la mémoire traumatique : <https://www.memoiretraumatique.org/psychotraumatismes/dissociation-traumatique.html>.)

RESSOURCES À PROPOS DES VIOLENCES SEXUELLES

En abordant le sujet du consentement en matière de la sexualité avec votre classe, il est possible qu'un enfant se livre sur ce qu'il a subi.

Que faire dans un cas de suspicion de maltraitance ou d'abus sexuel ?

Ce site internet propose un « guide » des bonnes pratiques :

⇒ https://www.maltraite-emoi.be/maltraitance_role_enseignant.html

Les centres PMS sont habilités à réagir en cas de maltraitance sexuelle entre enfants, et peuvent également accompagner les démarches s'il s'agit d'une suspicion d'abus sexuel par un.e adulte.

Si les suspicions sont avérées, contactez SOS Enfants et le PSE de votre région.

⇒ http://www.federationsosenfants.be/equipes_b.html

L'amour/les sensations/la sexualité

UNE ÉPOQUE SEXUELLEMENT LIBÉRÉE ?

En théorie, en 2020, en Belgique, chacun.e fait ce qu'il veut en matière de sexualité, tant que c'est **dans le respect et le consentement**. La sexualité est omniprésente dans la publicité, sur internet, dans les séries, la pornographie est devenue très facile d'accès, bref, il semble que notre époque est **sexuellement libérée**.

Pourtant, cette idée reçue se heurte à une réalité : la sexualité est encore un tabou. C'est compliqué de parler vraiment de sexe sans être gêné.e.s, pour les adultes comme pour les ados.

Paradoxalement à cette gêne, nous sommes encouragé.e.s à avoir une vie sexuelle « épanouie ». Les représentations sexuelles qui nous entourent forment des normes qui sous-entendent que la sexualité serait **la même pour tou.te.s, naturelle et facile**, et qu'elle doit être source de plaisir voire une preuve du sentiment amoureux. Et comme il est difficile de parler ouvertement de sexe de manière réaliste, cette croyance reste implantée.

Or, le sexe s'apprend, comme un langage. Si nous avons tou.te.s des pulsions et des désirs, on peut les apprivoiser et inventer son propre vocabulaire sexuel. Mais pour cela, il faut d'abord se défaire de toutes les injonctions et croyances contradictoires du type : les garçons ont toujours envie de faire l'amour/la première fois ça fait mal/il faut avoir beaucoup de sexe/il ne faut pas avoir trop de sexe/il faut faire l'amour avant un certain âge/il faut faire l'amour après un certain âge/etc. En vérité, en matière de sexualité, chacun.e est différent.e et chaque désir doit être respecté. **Il n'y a pas de norme objective.**

UN MODÈLE DOMINANT

Orientation sexuelle

Elle désigne l'attraction sexuelle pour un genre ou un autre. Il y a trois orientations sexuelles dont on parle beaucoup : homosexuelles (attraction par les personnes du même genre), hétérosexuelle (attraction par les personnes du genre opposé), bisexuelle (attraction pour les genres féminins et masculins). Il en existe d'autres : asexuels (pas d'attraction sexuelle), pansexuel (attraction pour les personnes indépendamment de leur genre)... L'orientation sexuelle est un spectre qui peut évoluer tout le long de la vie d'une personne.

La norme sexuelle la plus évidente est celle qu'on appelle **hétéronormativité**, ou la norme hétéro. Le modèle amoureux qui est proposé aux enfants et aux adolescent.e.s est celui du couple hétérosexuel « classique » : un homme et une femme engagé dans une relation romantique monogame, souvent avec des enfants ou un désir d'enfants. Mais ce modèle de couple, bien que répandu, n'est pas la seule possibilité qui existe.

Bien sûr, c'est un modèle qui peut rendre très heureu.se.x et n'est pas problématique en soi : ce qui est problématique, c'est tout ce qui y déroge est relégué dans le « marginal » et a beaucoup moins de modèles. Difficile, alors, pour les adolescent.e.s d'expérimenter ou même d'envisager leur future vie sexuelle en dehors de ce modèle.

L'IMPORTANCE DES REPRÉSENTATIONS

Que nous le voulions ou non, nous sommes influencé.e.s par les représentations qui nous sont proposées de l'amour et de la sexualité. On se projette et on s'identifie avec les histoires et les images qu'on rencontre le plus souvent. Si on ne se retrouve pas dans ces images, cela peut être culpabilisant. On peut alors vouloir se conformer à ce qu'on voit le plus souvent sans se poser la question de si ça nous correspond. Dans certains cas, c'est impossible : on ne peut pas changer son corps ou sa couleur de peau, par exemple, et la plupart des gens représentés sont blancs, minces, valides, jeunes. Cela engendre de la souffrance voire de la détestation de soi.

Les représentations ont tendance actuellement à se diversifier, mais certains médias restent très normatifs : notamment la publicité. Énormément de publicités montrent les femmes comme **des objets sexuels** dont les hommes peuvent/doivent disposer, ou encore comme **des mères responsables de l'entretien de la maison**. Les hommes quant à eux sont représenté comme **fort, viril, musclé, riche et performant sexuellement**.

Pareillement, la pornographie la plus facilement accessible et gratuite est une pornographie **extrêmement normée**. Les hommes y dominant souvent les femmes et les pratiques humiliantes sont courantes. Les corps sont toujours les mêmes : des hommes musclés avec de grands pénis, des femmes épilées intégralement avec des gros seins... Si les adolescent.e.s ont pour première et seule image du sexe ces représentations irréalistes, ça peut être très anxiogène. C'est pour cela qu'il est important de parler de leur entrée dans la vie sexuelle, afin de proposer des contrepoints à ces images. On peut aussi discuter avec les adolescent.e.s des modèles qu'ies ont à leur disposition et leur offrir des outils critiques pour les déconstruire.

Pour aborder ces sujets avec des adolescents, nous conseillons la bd de Mirion Malle *La ligue des supers féministes*, à partir de 10 ans.

Pour réfléchir en tant qu'éducateur.rice ou parents à la manière dont ces représentations majoritaires influencent l'éducation que l'on transmet, le livre d'Aurélia Blanc *Tu seras un homme féministe mon fils* est un bon début ! Ces références se retrouvent dans la bibliographie du dossier.

L'éducation sexuelle : la même pour tou.te.s ?

Certains livrets d'éducation sexuelle parlent de manière différenciée aux filles et aux garçons : pour les garçons on va insister sur le soin à soi-même et le plaisir, pour les femmes sur la réduction des risques (contraception) et le soin apporté à l'autre. Mais toutes les parties de la sexualité concernent tout le monde !

Les différences organiques entre les vulves et les pénis ne devraient pas être source d'angoisses et de mystères ; il est possible d'insister sur ce qui est pareil chez les deux sexes biologiques. Par exemple, le clitoris a un capuchon et est aussi innervé que le pénis, dont le gland est le capuchon. Les glandes para-urétrales qui se situent entre le vagin et l'urètre peuvent être comparées à la prostate, et peuvent produire l'éjaculation dans les deux cas.

Il nous semble très important de pouvoir parler à tous les enfants, filles, garçons, ou autres, des réalités diverses des corps divers. De plus, les organes sexuels ne nous déterminent pas entièrement, et la transidentité est une réalité. Ainsi, certains enfants ont peut-être un corps qui ne correspond pas à leur identité de genre, et inclure cette possibilité dans l'éducation sexuelle peut-être une bonne façon de la rendre dicible. Pour parler avec les adolescent.e.s de la transidentité, il est possible de faire appel à l'association Genres Pluriels, qui œuvre dans toute la Belgique. La série de livres pour adolescent.e.s *Ciel* de Sophie Labelle offre une représentation positive et réaliste des transidentités.

UNE ÉCRITURE

C'est ta vie, c'est d'abord une écriture. Pour transmettre les sensations corporelles et émotives de Louise, nous avons choisi un **langage poétique et imagé**. Les émotions et les processus psychologiques intérieurs sont souvent difficilement transmissibles via le langage rationnel ; le recours à la poésie permet de les rendre dicible.

Cette écriture est collective, chaque histoire est donc un croisement de points de vue et de styles littéraires.

Les professeurs qui se sentent à l'aise avec l'écrit peuvent organiser en classe des ateliers d'écriture sur les thématiques du spectacle : le but est d'encourager les élèves à s'exprimer « en dehors des cases » et de se connecter à leurs émotions. C'est aussi de pouvoir construire un texte ou un poème à plusieurs.

La grammaire, l'orthographe ou même la structure « correcte » des phrases ne sont pas du tout un enjeu dans les exercices proposés.

*"Je vole et je flotte
Et cours dans toutes les directions
J'explose
Mon cœur se jette du plus haut des plongeoirs
Nouveau monde en approche
Je suis en amour
De lui
Son sourire remonte jusque dans mes iris
Comme des grands bras grands ouverts
Y a rien qui doit réfléchir
Toutes nos peaux qui se veulent
Fort
Et quelque part nos bouches
Se rejoindre
Mon cœur se balade dans ma peau
La vie est énorme "*

Proposition d'exercice d'écriture poétique à faire en classe :

Créer un répertoire commun de mot qui ont trait à l'amour, au désir, à l'amitié.

Puis créer un répertoire collectif de métaphores qui peuvent décrire des sensations ; par exemple, dans notre texte au lieu de dire « Louise est déçue », on dit « tous ses espoirs sont écroulés comme un château de cartes ».

Deux méthodes :

- Commencer une phrase par « elle/il se sentait... »/choisir une émotion/essayer de créer une métaphore autour de cette émotion.
- Commencer la phrase par « elle/il se sentait... »/inventer une métaphore/déterminer ensemble ce que cette métaphore pourrait vouloir dire.

Ensuite, chaque élève peut écrire un poème (à la première personne ou à la troisième personne, au choix) en piochant dans les mots et les expressions trouvées collectivement.

Les poèmes écrits (et anonymes) sont redistribués dans la classe. Chaque élève reçoit donc un poème et doit en choisir une seule phrase, qu'il va écrire sur le tableau.

Au final, il y aura un poème reconstitué avec l'écriture de chaque personne de la classe.

Bibliographie non exhaustive

Les livres qui ont inspirés le spectacle :

- *C'est ta vie ! l'encyclopédie qui parle d'amitié, d'amour et de sexe aux enfants*, Thierry Lenain, Oskar Editeur, 2013 (pour des enfants de 6 à 10 ans)
- *La porte de la salle de bain*, Sandrine Beau, éditions Talents hauts, 2015 (pour des jeunes ados)
- *Simon et Louise*, Max de Radiguès, éditions Sarbacane, 2017 (pour des jeunes ados)

Consentement et violences sexuelles :

- Le dossier pédagogique sur le consentement réalisé par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, 2018 :
⇒ <https://www.planningsfps.be/product/et-si-on-parlait-de-consentement-lors-des-relations-sexuelles/>
- Dossier sur les violences sexuelles en Belgique d'Amnesty International, 2020 :
⇒ <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/stop-violences-sexuelles>
- *Ou peut-être une nuit*, série documentaire podcast de Charlotte Pudlowski sur l'inceste et les violences sexuelles subies par les enfants, disponible sur Louie Media et sur les plateformes de podcast, 2020 :
⇒ <https://louiemedia.com/injustices-2/ou-peut-etre-une-nuit>
- Essai de Noémie Renard sur la culture du viol :
⇒ *Pour en finir avec la culture du viol*, Noémie Renard, Paris, Les petit matins, 2018.
- Dossier témoignages sur les violences sexuelles entre enfants, webzine Madmoizelle :
⇒ <https://www.madmoizelle.com/agressions-sexuelles-entre-enfants-que-faire-848491>
- Essai sur la culture du viol en France, qui pourrait s'appliquer aussi en Belgique francophone, 2019 :
⇒ REY ROBERT, VALERIE, *Une culture du viol à la française*, éd.Libertalie, 2019, pp.265-273.

Éducation sexuelle :

- *L'école, être hétéro ou ne pas être ?*, podcast de Camille sur l'obligation à l'hétérosexualité à l'école, disponible sur Binge audio et sur les plateformes de podcast, 2019.

<https://www.binge.audio/podcast/camille/a-lecole-etre-hetero-ou-ne-pas-etre>

- *Pour une approche citoyenne et égalitaire de l'Evras*, par Fabienne Bloc et Sophie Pereira, téléchargeable via ce lien, 2017 :

<https://www.universitedesfemmes.be/se-documenter/telechargement-des-etudes-et-analyses/product/212-pour-une-approche-citoyenne-et-egalitaire-de-l-evras>

Sexualité et épanouissement :

- *Femme désirée, femme désirante*, Danièle Flamenbaum, Payot, 2006.
- *Sexe et mensonges : la vie sexuelle au Maroc*, Leila Slimani, éditions Les arènes, 2017.

Corps et normes :

- *La valeur heuristique des corps enfants*, Nicoletta Diasio, dans « *Corps* », C.N.R.S. éditions, p.277-286, 2013.
- *Beauté fatale*, Mona Chollet, La Découverte, 2021.

Pour les adolescent.e.s

- *La ligue des super-féministes*, Mirion Malle, bd à partir de 10 ans.
- *Ceci n'est pas un livre de sexe*, Chusita, à partir de 14 ans.
- *Le petit manuel Sex Education*, Charlotte Abramow, https://sexeducation.fr/assets/data/le_petit_manuel_sex_education.pdf.
- La série de romans *Ciel*, Sophie Labelle, à partir de 10 ans.

Outils pédagogiques pour les enseignant.e.s :

- *La malette genre pour des animations*, plateforme Amo – disponible en planning familial.
- *Enseigner l'égalité filles-garçons, la boîte à outils du professeur*, Naima Anka Idrissi, Fanny Gallot et Gaël Pasquier, éd. Dunod.
- *Tu seras un homme féministe, mon fils*, Aurélia Blanc, éd. Marabout.
- <https://filledalbum.wordpress.com>, pistes de bibliographies non-sexistes.
- <https://www.lesparleuses.fr/>, kit pour construire soi-même un appareil reproducteur et sexuel féminin.
- Dossier pédagogique suisse pour prévenir les violences sexuelles à destination des professeurs de primaires :
 - ⇒ <https://www.kinderschutz.ch/files/media/MKGM/3-Informationen-Lehrpersonen/Mon%20corps%20est%20a%20moi.pdf>
- Affiche d'Elise Gravel sur le consentement à imprimer et à afficher en classe :
 - ⇒ <http://elisegravel.com/blog/consentement-explique-aux-enfants/>
- Dossier pédagogique sur l'éducation sexuelle et la prévention des violences sexuelles pour les enfants de 6 à 12 ans :
 - ⇒ <http://www3.nfb.ca/sg/61497.pdf>

Dossier pédagogique réalisé par Lisa Cogniaux et Coralie Vanderlinden

Contact : marie@compagnie3637.be

Compagnie 3637 - 2020

©Marie-Hélène Tercafs