

L'éducation à l'amour et à la sexualité

Fiche d'animation no² accompagnant la vidéo de l'OCQ

« Amour et sexualité »

Cette démarche propose des pistes de réflexion et d'échange à partir de l'expérience des participant.e.s autour du thème de l'éducation à l'amour et à la sexualité. Elle peut se réaliser avec un groupe de quatre ou cinq personnes environ. Si le groupe est plus grand, on peut former des sous-groupes au moment des partages. Cette activité peut être utilisée dans le cadre d'une rencontre de parents ou de groupes de partage entre adultes.

Objectifs

Lors de cette activité, les participant.e.s seront invités à :

- ➔ Réfléchir et échanger avec d'autres sur leurs expériences personnelles d'éducation à l'amour et à la sexualité.
- ➔ Prendre conscience des valeurs et de l'expérience de foi qui les guident dans l'éducation des jeunes à l'amour et à la sexualité.

Mise en route (20 minutes)

Mon expérience d'éducation à l'amour et à la sexualité

Salutations et présentation de l'animateur.trice et des participant.e.s.

Introduire :

L'amour et la sexualité font partie intégrante de nos vies : ces expériences englobent tout l'être humain. Elles peuvent être très différentes d'une personne à l'autre. De même en est-il pour nos expériences en matière d'éducation à l'amour et à la sexualité, qui sont aussi diverses que nos parcours de vie.

Dans une attitude d'écoute et de respect mutuels, je vous propose un partage de nos expériences. Il s'agit de revisiter vos expériences d'éducation à l'amour et à la sexualité, et de les enrichir en écoutant d'autres points de vue.

Présenter la démarche de réflexion personnelle proposée (cf. annexe 1) et l'échange qui suivra, en équipes d'environ 3-4 participant.e.s :

- ➔ Réflexion personnelle à partir de l'annexe 1 (10 minutes).
- ➔ Échange libre en équipes (3-4 personnes) (10 minutes).

Visionnement de la vidéo de l'OCQ « Amour et sexualité » et partage (30 minutes)

Introduire :

La sexualité est un sujet personnel et intime. Il peut être délicat d'en parler à nos jeunes, nos enfants et nos adolescent.e.s. Et pourtant, la sexualité et l'amour sont au cœur de la vie de toute personne. C'est donc un des aspects importants de l'éducation. Alors que nous avons rarement le temps d'aborder ce thème dans notre vie quotidienne, cette rencontre nous offre l'occasion de réfléchir à l'éducation à l'amour et à la sexualité. Pour stimuler notre réflexion, je vous propose le visionnement de la vidéo « Amour et Sexualité », dans laquelle Valérie Roberge-Dion et Simon Bournival partagent leurs réflexions sur ce sujet.

Distribuer les **annexes 2 et 3**.

Après le visionnement, présenter les consignes de l'annexe 2 pour la réflexion personnelle et allouer 10 minutes pour cette activité.

Échange en petites équipes (10 minutes).

Pour aller plus loin après la rencontre (en option) : Inviter les participant.e.s qui le désirent à lire les extraits reproduits à **l'annexe 3** après la rencontre. Les participant.e.s peuvent surligner les passages qui les inspirent à propos de l'éducation à l'amour et à la sexualité.

Et la foi dans tout ça ? (25 minutes)

L'animatrice introduit ce sujet comme suit :

Comme il est mentionné dans la vidéo, « pour des raisons culturelles et historiques, on discrédite souvent le point de vue du christianisme sur la sexualité ». Pour notre part, réfléchissons à ce que nous connaissons, ce qui nous touche et ce qui nous questionne concernant le lien entre la foi et la sexualité. I. Intériorité (10 minutes)

Distribuer l'**annexe 4**.

Proposer un temps de réflexion personnelle (10 minutes), suivi d'un partage en petites équipes (10 minutes).

Méditation (15 minutes)

L'animateur.trice introduit le temps de méditation, inspiré par l'hymne à l'Amour (1 Cor 13, 1-8) :

Avant de terminer cette rencontre, je vous propose de vous laisser toucher personnellement et intérieurement par la Parole de Dieu. L'hymne à l'Amour est un extrait biblique d'une lettre de Saint-Paul aux Corinthiens qui propose une vision divine de l'Amour. Il réfère à l'idéal d'Amour divin auquel chacun.e aspire, que cherche à recevoir, à vivre et à donner dans toutes ses relations, particulièrement dans ses relations les plus intimes!

Je vous propose donc à un temps de méditation appelée la « lectio divina ». L'idée ici est de « mâcher la Parole », de la faire sienne à partir de ses émotions, de son vécu et de son histoire. C'est très simple.

Distribuer le texte biblique (**annexe 5**) et inviter les participant.e.s. à tracer sur eux.elles le signe de croix. Proposer un bref temps de silence pour se disposer à l'écoute de la Parole de Dieu, puis proclamer le texte.

Après un court temps de silence, rappeler la démarche proposée pour la méditation :

Je vous invite à relire seul.e le texte et à souligner ce qui vous rejoint, ce qui vous inspire, ce qui vous émeut ou qui vous interpelle. Puis, je vous invite à relire plusieurs fois (et silencieusement) un extrait qui vous touche.

Après 5 minutes de silence, l'animateur.trice invite ceux et celles qui le désirent à relire à haute voix le mot ou l'extrait du texte biblique qui les rejoint ou les interpelle. Au besoin, l'animateur.trice peut briser la glace en prenant la parole sur le mot ou le verset biblique qui le touche personnellement.

On peut terminer par un Notre Père, puis par un signe de croix.

Production

Office de catéchèse du Québec

© 2020

Rédaction

Stéphanie Gravel

Infographie

Josée Richard

Mon expérience d'éducation à l'amour et à la sexualité

I. L'éducation à l'amour et à la sexualité que j'ai reçue

Âges de la vie	Ce que j'ai reçu (valeurs, règles, modèles, repères ou outils, etc.)	Comment cette éducation m'a-t-elle aidé.e (ou pas) à vivre mes expériences d'amour et de sexualité?
L'enfance		
L'adolescence		
La vie adulte		

2. L'éducation à l'amour et à la sexualité que je veux donner en tant qu'éducateur.trice, parent, grand-parent, intervenant.e...

Groupes d'âge des personnes que j'accompagne	Ce que je transmets ou veux transmettre (valeurs, règles, attitudes, repères ou outils, etc.)	Les difficultés ou les défis que je rencontre	Les fruits ou les effets que je détecte chez les jeunes

Vidéo « Amour et sexualité » : réflexion et échange

1. Visionnement de la vidéo « Amour et sexualité »

Pendant le visionnement, soyez attentif et attentive à ce qui vous touche, vous rejoint, vous surprend, vous pose problème et à ce que vous ne comprenez pas.

2. Réflexion personnelle (10 minutes)

- Qu'est-ce que je retiens de cette vidéo?
- Qu'est-ce qui me touche et me rejoint?
- Qu'est-ce qui m'a surpris ou me pose problème?

3. Échanges en petites équipes (10 minutes)

Partagez librement vos réactions et vos questions.

Extraits de la vidéo Amour et sexualité

Note : Ces extraits de la vidéo « Amour et sexualité » vous sont proposés afin d'alimenter votre réflexion personnelle. Vous pouvez surligner ce qui vous inspire à propos de l'éducation à l'amour et à la sexualité.

« On apprend malheureusement à nos enfants que la sexualité, c'est consommer l'autre. C'est utiliser l'autre pour répondre à nos besoins. (...) mais il faut leur dire que la pornographie, ce n'est pas la vraie vie ! Et c'est ça que j'aimerais assez rapidement que mes enfants comprennent. Qu'une relation amoureuse, ça peut et ça doit se développer dans le respect, dans la douceur et dans la confiance aussi... et dans la complicité qui grandit. C'est comme ça, je pense, qu'ils vont réussir à être heureux. »

Valérie Roberge-Dion

« Moi, je trouve ça dommage qu'on n'ose pas en parler, en premier lieu comme parent. On n'ose pas, mais on devrait le faire parce qu'on a cherché nous, comme adultes. On a trouvé des repères et c'est notre responsabilité de les partager à nos enfants, en sachant très bien qu'ils feront bien leur chemin à eux. »

Valérie Roberge-Dion

« Pour des raisons culturelles et historiques, on discrédite souvent le point de vue du christianisme sur la sexualité. C'est un peu dommage, parce qu'il y a une belle richesse qui peut enrichir notre vécu au niveau de la sexualité. Moi, il y a quelque chose qui me touche beaucoup, c'est que l'on vit dans une religion basée sur le don de soi. Ma foi catholique vient me dire que le but de la sexualité est d'unir deux personnes dans une aventure qui traverse le temps ! »

Valérie Roberge-Dion

« Je trouve que l'Évangile amène la dignité de la personne à un niveau inégalé. Le corps est sacré. La personne est sacrée. Et si je peux réussir à semer cette graine là à mes enfants, cette conviction qu'ils sont importants comme personnes, qu'ils sont aimés, qu'ils ont de la valeur, peut-être qu'ils vont circuler plus aisément et éviter plus d'écueils dans leur cheminement. »

Valérie Roberge-Dion

« C'est tellement intime que ce n'est pas évident de se retrouver devant ses enfants et d'en parler. Quels mots j'utilise ? Dans quel contexte je devrais en parler ? Quand je le fais ? À quel âge je commence à en parler ? »

Simon Bournival

« Tout passe par l'éducation des enfants, et ça, dès un très jeune âge. Et ça ne passe pas par parler d'abord de sexualité mais de tout l'aspect de l'estime de soi, la beauté et la grandeur du corps humain, la beauté et la grandeur des relations humaines. »

Simon Bournival

« Tout part de l'estime de soi. Si tu as été reconnu comme tout petit enfant comme un être beau, grand, bien aimé, intelligent, je pense que tu as moins de risque d'avoir besoin d'aller chercher l'approbation et l'attention et le regard de l'autre pour te sentir aimé et désiré. Non, parce que tu le sais. Et quand il [l'enfant] sera confronté à la réalité qui, c'est vrai, n'est pas évidente, qui est difficile, ben je pense que si on a fait ce travail de longue haleine d'estime de soi... quand l'enfant ou l'adolescent va être confronté à ça, ben là il va dire : « non, je ne vais pas là. Je crois suffisamment, je m'aime suffisamment pour ne pas aller dans ces zones-là. Moi ce que je recherche c'est quelqu'un qui va m'accueillir, m'accepter, m'aimer comme je suis. Et la sexualité, c'est tellement grand, tellement beau que ce que je vais aller chercher ce sera en complément à ce que je suis vraiment dans le respect et l'accueil de ce que je suis. »

Simon Bournival

Et la foi dans tout ça ?

Réflexion personnelle (10 minutes), puis échange en équipes (10 minutes), à partir des questions suivantes :

- **Au sujet de l'amour et de la sexualité, qu'est-ce que je connais des enseignements de l'Église catholique ? Qu'est-ce que j'en pense ? Comment je me situe par rapport à ces enseignements? Est-ce que cela me guide (ou pas)?**

- **Au sujet de l'amour et de la sexualité, qu'est-ce que je connais de l'enseignement de Jésus dans les évangiles ? Qu'est-ce que j'en pense ? Est-ce que cela me guide (ou pas) ?**

- **S'il existe un lien entre la foi et l'éducation à l'amour et à la sexualité, quel est-il pour moi ?**

- **Est-ce que mon expérience d'éducation à l'amour et à la sexualité se vit en lien avec ma foi chrétienne?**
 - o Si oui, comment ? mes expériences positives, mes difficultés ou questions...

 - o Si non, pourquoi ?

Lectio divina (méditation de la Parole de Dieu)

- Lors de la lecture en grand groupe, je reste attentif.ve à ce qui me touche.
- Puis, je relis le texte en silence et je souligne ce qui me rejoint, m'inspire, m'émeut, m'interpelle.
- Je répète intérieurement un extrait, celui qui me touche le plus. Je porte attention à ce que cette Parole suscite en moi.
- Si je le désire, je serai invité.e à répéter à haute voix l'extrait qui me rejoint après ce temps de méditation personnelle.

Première lettre de Saint Paul apôtre aux Corinthiens

(1 Cor 13, 1-8)

J'aurais beau parler toutes les langues des hommes et des anges, si je n'ai pas la charité, s'il me manque l'amour, je ne suis qu'un cuivre qui résonne, une cymbale retentissante.

J'aurais beau être prophète, avoir toute la science des mystères et toute la connaissance de Dieu, j'aurais beau avoir toute la foi jusqu'à transporter les montagnes, s'il me manque l'amour, je ne suis rien.

J'aurais beau distribuer toute ma fortune aux affamés, j'aurais beau me faire brûler vif, s'il me manque l'amour, cela ne me sert à rien.

L'amour prend patience; l'amour rend service; l'amour ne jalouse pas; il ne se vante pas, ne se gonfle pas d'orgueil;

il ne fait rien d'inconvenant; il ne cherche pas son intérêt; il ne s'emporte pas; il n'entretient pas de rancune;

il ne se réjouit pas de ce qui est injuste, mais il trouve sa joie dans ce qui est vrai;

il supporte tout, il fait confiance en tout, il espère tout, il endure tout.

L'amour ne passera jamais.