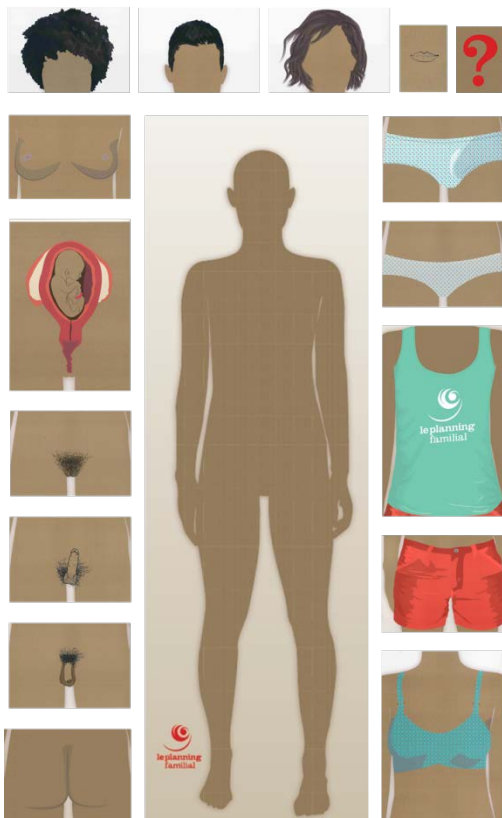




Silhouette – Mode d’emploi

Dans le cadre du projet **Handicaps et alors ?** le Planning Familial a produit cet outil « Silhouettes » pour accompagner les séances d’éducation à la sexualité des personnes en situation de handicap mental léger et moyen, mais qui peut être utile aussi avec d’autres publics.



Outil pédagogique composé de :

- 1 silhouette humaine de taille moyenne, imprimée sur bâche de 50x160 cm
- Des planches A3 ou A4 représentant des vêtements : culotte, slip, short, soutien-gorge, débardeur
- 3 planches représentant 3 coupes de cheveux mixtes
- 1 planche « fœtus »
- 1 planche « seins »
- 2 planches « pénis » (repos et érection)
- 1 planche « vulve »
- 1 planche « fesses »
- 1 bouche (petit format)
- Et des planches « ? »

Les planches se décollent mais risquent de s’abîmer vite (voir matériel pré requis pour une utilisation durable)

Matériel pré requis

- Ruban adhésif magnétique à coller au sommet de la silhouette pour la faire tenir sur un tableau blanc (exemple de marque : Mahe)
- Ou anneaux/œilletons pour faire passer une ficelle
- Pâte à fixe ou scotch pour les parties annexes
- Une pochette A3 pour conserver les annexes à plat – un tube pour rouler la silhouette
- Cet outil peut être utilisé comme support à la parole, pour soutenir la prise de conscience du corps sexué et en favoriser la compréhension. Ne pas hésiter à l’associer avec d’autres outils en 3D, planche ou photo, qui multiplient les chances de compréhension pour les personnes avec un déficit cognitif.

Deux exemples de séances

Séance CORPS SENSATION & TOUCHERS

Objectifs

- ➔ Travailler sur la conscience de soi, de son corps, ce qui me plaît et ce qui ne me plaît pas, comment je peux le dire, comment je peux me rendre compte si l'autre aime ou non, ce qui amorce le travail sur le consentement.

3 outils pour animer cette séance

- balles de massage en mousse
- silhouette androgyne sans accessoires
- post'it de deux couleurs différents



Objectifs de Balles de massage en mousse

- Prendre conscience des différentes parties de son corps
- Se centrer sur soi et prendre conscience de ses sensations et de ses émotions
- Pouvoir exprimer les sensations ressenties
- Mettre en évidence que ce qui est agréable pour soi ne l'est pas forcément pour les autres

Déroulement

Possibilité 1

Temps 1

Chacun.e s'installe de façon à avoir un peu d'espace autour de lui.

On peut être assis.e sur une chaise ou par terre, en cercle ou pas, selon l'espace disponible.

Chacun.e a une balle.

L'animateur.trice montre et explique comment faire rouler la balle en partant de la main, autour du poignet, le long du bras, autour de l'épaule, etc.

On parcourt ainsi tout le corps sans oublier le crâne, le visage, le cou, le ventre, les jambes, etc.

Temps 2

On propose aux participants de se mettre deux par deux (en les laissant choisir leur binôme), pour se masser le dos à tour de rôle à l'aide d'une ou de deux balles.

Possibilité 2 : En file indienne

Temps 2

Après le temps 1, on s'installe tou.te.s en cercle et chacun.e passe une balle sur le dos de son.sa voisin.e de droite tandis que son.sa voisin.e de gauche lui fait la même chose.

↳ **Dans les deux possibilités, la personne qui anime peut reformuler les expressions non verbales des participant.e.s**

↳ **Certain.e.s apprécieront un petit fond musical**

Intégration

Après arrêt de la musique et rangement des balles, vous pourrez échanger en grand cercle autour de l'expérience. Vous pouvez poser des questions comme :

- *Qu'avez-vous ressenti ?*
- *Quand un.e camarade vous a massé le dos avec les deux balles, qu'avez-vous ressenti ?*
- *Avez-vous préféré vous masser tout.e seul.e, ou par un.e camarade ?*
- *Avez-vous préféré être massé.e et masser vous-même quelqu'un en même temps ?*
- *Quel est l'endroit de votre corps où cela a été le plus agréable ?*
- *Et le plus désagréable ?*

1- Chacun.e est invité.e à s'exprime à tour de rôle. On écrit sur un post-it vert le nom de la personne et on le colle sur la silhouette pour indiquer son endroit agréable, et sur un autre post-it rouge, on écrit toujours le nom et on le colle sur l'endroit qu'il/elle a trouvé désagréable.

2- On regarde la silhouette, souvent on trouve des post-it de couleurs différentes aux mêmes endroits (les animateurs.trices qui prennent part au jeu, se débrouillent pour choisir des endroits qui ont été choisis en intervertissant le ressenti). Qu'est-ce que cela veut dire ? Évaluer s'ils/elles ont conscience que l'autre est quelqu'un.e d'unique qui peut aimer les mêmes choses que moi ou pas.

3- Comment fait-on pour savoir si la personne que l'on veut toucher à un endroit que nous aimons, va aimer ça ou non ? Évaluer s'ils/elles ont conscience du langage corporel, du non verbal, s'ils/elles ont des mots pour demander. Eventuellement prévoir des scénettes ou le jeu des différents types de touchers (toucher papillon...).

Attention, il arrive que cette séance fasse ressurgir des situations d'agressions. Réfléchir à la question en amont et prévoir un temps et des outils pour les accueillir.

Séance INTIMITE, PUDEUR & COMPORTEMENT SOCIALEMENT ADAPTE

Objectifs

Travailler sur les notions d'intimité, pudeur et prendre conscience des comportements adaptés en fonction des situations et des lieux.

3 outils pour animer cette séance

- Silhouette habillée avec tous les accessoires (toutes les couches) « en garçon » pour un groupe de garçons/hommes et « en fille » pour un groupe de filles/femmes.
- Photos de lieux (quelques photos sont fournies avec la silhouette. Mais selon le handicap, il faudra prévoir en amont de prendre les photos de l'établissement, du lieu de vie des personnes - à voir avec les équipes)
- Feu vert et feu rouge

Déroulé

- Accrocher la silhouette habillée
- Montrer les photos des lieux et terminer par la salle de bain
- Demander si notre silhouette Camille ou Dominique peut aller dans ces lieux avec ces habits ?
- Accrocher les lieux sous le feu vert.

Il est probable que pour les photos «salle de bain » ou« plage », certain.e.s ne seront pas d'accord, car on peut y être nu.e.s, donc on déshabille notre silhouette (en lui demandant la permission pour travailler en transversal sur le consentement), pour la laisser en maillot de bain, et on passe en revue le lieu en les changeant de place, quand nécessaire sous le feu rouge.

Attention à la chambre avec 2 lits, fréquent dans les IME, elle ne peut pas être considérée comme un lieu intime et il faut s'assurer que le.la colocataire ne soit pas présent.e, quand on se déshabille et qu'on veut être nu.e.

Une sélection de photos est à votre disposition sur Extranet / Ressources / Programme Handicap / Personnes concernées

Bus, rue, magasin, cinéma, café, piscine, salon, salle commune, salle de bains...

<https://extranet.planning-familial.org/articles/personnes-concernees-00984>

Outils complémentaires

- Collection de pictos : http://www.sclera.be/fr/picto/cat_overview
- Des hommes et des femmes : <http://www.haxy.be/des-femmes-et-des-hommes-v2/>