

Le cercle des limites

- Type d'activité : Activités de sens/valeurs
- Tranche d'âge : Ados (de 12 à 18 ans)

Description

Déroulement :

Objectif : Aider les scout-es à différencier ce qui est intime, personnel, public ou collectif, en lien avec la sexualité et la nudité.

Durée : 30 à 45 min

Âge : 12-16 ans

Matériel : 4 papiers ou zones au sol : « Intime », « Personnel », « Public », « Collectif »

Groupe : 6 à 12 personnes

Déroulement

Introduction (5 min)

Annoncer les règles d'une parole libre et sans jugement :

« Ici, on écoute.

On ne juge pas.

On ne se moque pas.

On parle pour soi.

On peut se taire.

Ce qui est dit reste ici.

On respecte les autres comme ils sont. »

Expliquer qu'on va parler de ce qui est "OK" de faire ou montrer selon les espaces (privé/public), et que c'est pour mieux vivre ensemble, dans le respect.

Expliquer les différentes zones :

Zone intime : Ce que je garde pour moi seul-e, que je ne montre pas et que je n'ai pas à justifier. Ici, personne n'a à m'obliger à en parler, à le montrer ou à y participer. C'est mon espace personnel, hors du regard ou jugement des autres.

Zone personnelle : Ce que je choisis de partager avec une ou quelques personnes de confiance, selon mon envie. Cette zone nécessite du consentement mutuel : je choisis quand et avec qui je parle de mes vécus intimes ou affectifs.

Zone publique : Ce que je peux dire ou faire devant tout le monde, sans gêne ni intrusion dans l'intimité. Ce sont des contenus éducatifs ou de sensibilisation, sans dévoilement personnel.

Zone collective : Ce qu'on vit ensemble, dans un groupe scout ou un espace partagé. Ça implique de respecter les limites de chacun-e. Dans cette zone, mon comportement peut impacter les autres. Ce n'est pas parce que moi je suis à l'aise que c'est OK pour tout le monde.

Phase de positionnement (15-20 min)

Lire une situation à voix haute (voir exemples ci-dessous) et laisser les scout-es se placer dans la zone qui correspond pour eux (« Intime », « Personnel », « Public », « Collectif »).

Après chaque situation, inviter à exprimer son opinion sans juger, demander : « Pourquoi as-tu choisi cette zone ? »

Voici quelques exemples de situations que tu peux ajuster selon ton besoin (réduire ou enrichir) :

- Discuter des règles générales du consentement ou du respect
- Confier que je suis mal à l'aise avec ce qu'on vit dans le groupe (nudité, masturbation...)
- Se masturber
- Lire une règle du groupe sur le respect de l'intimité
- Regarder mon corps nu
- Se changer en maillot de bain
- Faire un câlin
- Avoir une orientation sexuelle ou une attirance que je ne veux pas partager
- Toucher mes parties intimes
- Rappeler qu'il est interdit d'imposer des gestes à connotation sexuelle
- Comparer ses poils pubiens
- Parler d'un crush
- Décider qu'on ne regarde pas le corps des autres sans leur accord

- Me poser des questions sur mon corps, mes poils, mes règles, mes érections
- Aller aux toilettes
- Discuter ensemble des règles de respect (ex. : “Pas de nudité imposée”, “Pas de masturbation en groupe”)
- Expliquer que chacun·e a le droit de dire non
- Raconter que j’ai eu une érection
- Refuser qu’un comportement sexuel se produise dans l’espace commun
- Poser une question sur ma puberté

Discussion guidée (10–15 min)

En cercle, proposer une discussion en s’appuyant sur l’activité précédente.

- Qu’est-ce qui te met mal à l’aise quand c’est dans un espace collectif ?
- Est-ce que ton avis serait le même si tu étais seul·e, ou si c’était avec un adulte ?
- Quelles règles on pourrait fixer pour que chacun·e se sente respecté·e dans sa pudeur ou ses envies ?

Conclusion / règles collectives (5 min)

Ensemble, définir les règles du grou sur le respect de l’intimité.

Exemples :

- Respecter l’espace privé de chacun·e (pas de nudité hors douches ou vestiaires)
- Les comportements sexuels (même seul·es) se font dans l’intimité, pas dans les lieux collectifs.

Matériel :

Créée le : 29/07/2025

Mise à jour le : 29/07/2025

Auteur : Katia Czernich