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