

Programme **EdSens®**

Éducation et sensibilisation
à la vie affective

en maternelle

28 séances
supports inclus

A P E R C U



Sommaire

Sommaire	2
Un cahier pour les intervenants du primaire	5
Intervenir en éducation affective, relationnelle et sexuelle	6
Les thématiques	10
Séances pour la Toute Petite Section (TPS)	13
Séances pour la Petite Section (PS)	43
Séances pour la Moyenne Section (MS)	73
Séances pour la Grande Section (GS)	103
Les ressources pédagogiques	132
Les crédits et partenaires	133

Un immense merci aux professionnels pour leur relecture et leurs commentaires constructifs.

La plupart des séances impliquent l'utilisation de supports. Les images sont déjà incluses dans ce livre, mais vous pouvez également les télécharger pour les imprimer sur feuilles volantes ou les projeter sur un écran.

Les autres supports (sons, vidéos, etc.) sont disponibles sur le site internet edsens.fr.

Le code de téléchargement est disponible en fin d'ouvrage (page « Supports »).

Chaque groupe de séances est suivi d'une page de « Notes » à remplir avec vos commentaires sur les interventions effectuées.

Les séances d'**éducation à la vie affective** ne se substituent pas aux contenus déjà intégrés aux programmes scolaires, notamment en sciences de la vie et de la Terre et en enseignement moral et civique.

Elles viennent en supplément ou en complément des apports proposés dans ces matières.



UN CAHIER POUR LES INTERVENANTS DU PRIMAIRE (MATERNELLE ET ÉLÉMENTAIRE)

Intervenir sur une thématique aussi complexe que l'éducation à la vie affective nécessite une bonne préparation et un accompagnement.

Pour vous aider à la mise en place de ces séances, nous avons édité un *Cahier de l'intervenant*, dont nous vous conseillons vivement la lecture. Il est disponible sur le site edsens.fr.

Ce cahier propose des informations essentielles à la mise en place des interventions : préparation des séances, connaissances historiques, recommandations de l'Éducation Nationale et des instances internationales, enjeux et principes éthiques, étapes du développement de l'enfant par classe d'âge, connaissances sur l'impact des séances, réflexion et conseils sur la posture éducative et le lien à l'enfant.

Ce cahier propose également des conseils et des informations indispensables à la gestion des situations complexes : liens avec les parents et avec l'équipe éducative, obligations légales, repérage et signalement des mineurs en danger, etc.

Afin de vous aider à y voir plus clair, un *Questionnaire de l'intervenant* y a également trouvé sa place. Il vous invite à une prise de conscience de vos propres représentations et de vos limites sur le sujet.

Et si ce cahier ne vous apporte pas toutes les réponses attendues, vous trouverez des ressources complémentaires sur le site edsens.fr.

Bonnes séances !

Intervenir en éducation affective, relationnelle et sexuelle

– Qui et quoi ?

L'éducation à la vie affective permet aux enfants et aux adolescents de grandir sereinement, en ayant une image positive d'eux-mêmes et des autres, de mieux gérer leurs relations avec les autres (famille, amis, etc.), et de mieux comprendre la société au sein de laquelle ils grandissent.

Les intervenants en éducation à la vie affective sont de préférence des professionnels de l'enfance, de l'éducation, de la santé ou du social formés à ce type d'intervention. Parents ou non, jeunes ou moins jeunes, femmes ou hommes, on peut être compétent à partir du moment où les enjeux et les objectifs sont clairs.

Il est important de se questionner sur ses propres difficultés avant d'investir le champ de l'éducation à la vie affective. Aussi, les personnes se sentant trop fragiles ou trop investies émotionnellement (souvenirs douloureux de sa propre enfance, envie de sauver le monde entier, etc.) auront tout intérêt à prendre le temps de faire un travail personnel, d'introspection, par exemple en consultant un thérapeute (psychologue clinicien, psychiatre, psychothérapeute, etc.) avant de se lancer dans cette aventure.

Avant d'intervenir sur ce thème sensible, assurez-vous :

- d'être assez informé et formé sur le sujet
- d'être accompagné (si ce n'est pendant les séances, au moins sur leur préparation)
- d'avoir présenté aux parents la forme et le contenu des interventions
- de pouvoir pérenniser ces actions afin que tous les enfants d'une même classe d'âge entendent régulièrement des messages de prévention cohérents et complémentaires
- qu'un suivi est assuré par l'équipe éducative (formée à repérer et signaler les situations préoccupantes)
- de pouvoir vous appuyer sur un groupe de pratique pour faire le bilan de vos interventions

– Pour qui ?

Dans ce livre, vous trouverez des séances et les supports des séances adaptés aux enfants de maternelle :

CYCLE 1

TOUTE PETITE SECTION (TPS)
PETITE SECTION (PS)
MOYENNE SECTION (MS)
GRANDE SECTION (GS)

Nous proposons dans cet ouvrage sept séances par niveau, parfois assez similaires d'une année à l'autre, la répétition étant nécessaire à l'intégration de certaines notions.

Dans la pratique, sauf exception, vous pouvez proposer les séances d'un même niveau dans le désordre.

Il est évidemment bénéfique pour les enfants de proposer un plus grand nombre de séances, tant que leur contenu est adapté à l'âge et au niveau de développement des participants. Chaque séance peut être donnée plusieurs fois aux mêmes enfants au cours de l'année, en utilisant par exemple les variantes proposées.





INTERVENTIONS EN MATERNELLE

Cycle 1

	TPS	PS	MS	GS
Séance 1	Verbaliser ses ressentis	Verbaliser ses ressentis	Connaître les émotions	Connaître les émotions
Séance 2	Similarités et différences	Similarités et différences	Similarités et différences	Similarités et différences
Séance 3	Mon corps	Les parties du corps, les bébés	Le corps, la nudité	Les parties du corps, les bébés
Séance 4	Ma famille, mes amis	Ma famille, mes amis	Ma famille, mes amis	Les différents types d'amour
Séance 5	Autorisé, interdit : pourquoi ?	Autorisé, interdit : pourquoi ?	Autorisé, interdit : pourquoi ?	Autorisé, interdit : pourquoi ?
Séance 6	Les animaux et moi	Les animaux et moi	Relaxation	Relaxation
Séance 7	Savoir dire oui, savoir dire non	Se sentir protégé	Savoir dire oui, savoir dire non	Se sentir protégé
Durée / séance	10 à 15 minutes	10 à 15 minutes	15 à 30 minutes	15 à 30 minutes

Légende :

Intelligence émotionnelle | Stéréotypes et représentations | Connaissances | Affirmation de soi et altérité | Compréhension de la loi

Activité manuelle Discussion Jeu de rôle Média Quiz

Les thématiques

Nous avons classé les séances en cinq grandes thématiques :

– Intelligence émotionnelle

Théorisée dans les années 1990 par des psychologues, l'intelligence émotionnelle regroupe les capacités de compréhension et de maîtrise des émotions. Plus concrètement :

- la conscience de soi : la capacité d'être conscient de ses propres sentiments et d'utiliser autant que possible son instinct dans la prise de décisions (cela implique d'apprendre à se connaître soi-même et d'avoir confiance en soi),
- la maîtrise de soi : la capacité à savoir gérer ses émotions pour ne pas se laisser submerger par celles-ci,
- la motivation : être conscient de ses envies et de ses ambitions afin d'avoir des objectifs, même dans les moments difficiles (contrariété, déceptions, imprévus, frustrations),
- l'empathie : la capacité à recevoir et comprendre les sentiments d'autrui, en se mettant à la place de l'autre,
- l'altérité : les aptitudes et la capacité à entrer en relation avec les autres, à interagir sans véhémence et à utiliser ses aptitudes pour faire passer ses idées en douceur, à régler des situations conflictuelles et à coopérer.

– Stéréotypes et représentations

Pour mieux comprendre son environnement, il est normal de construire des représentations et d'utiliser celles-ci pour régler sa conduite. Il est cependant nécessaire d'en prendre conscience afin d'éviter les stéréotypes et préjugés à l'origine de comportements violents (rejet, humiliation, harcèlement, agression).

Parmi ces représentations sociales, catégorisations, stéréotypes et préjugés, celles qui renvoient au genre (fille, garçon) ou aux origines des individus (couleur de peau, accent, religion, etc.) sont parfois présentes dès la toute petite enfance.

– Connaissances

Les enfants se posent de nombreuses questions sur leurs origines (conception, grossesse, naissance). Il est important de leur **apporter des réponses adaptées à leur niveau de développement**. Les informations apportées leur permettent de mieux comprendre leur environnement et leur place au sein de leur famille.

– Affirmation de soi et altérité

Tout au long de leur scolarité, les enfants et les adolescents voient leur corps se transformer, développant de nouvelles compétences tout en perdant certains priviléges, et devant gérer de nouvelles frustrations et affronter de nouvelles situations.

L'enjeu de cette thématique est de favoriser **une image positive de soi et des autres**, par une réflexion sur ses normes et ses valeurs, notamment l'intimité (nudité) et la mise en scène de soi et des autres (réseaux sociaux).

– Compréhension de la loi

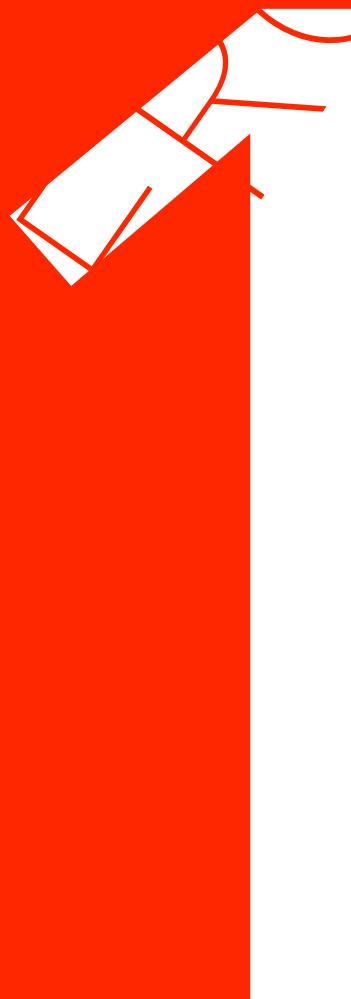
Afin de vivre ensemble à l'école, en famille ou ailleurs, il faut **savoir ce qui est permis et ce qui ne l'est pas**. Il est également important de comprendre que les règles varient en fonction des lieux, des moments et des personnes. Les règles familiales étant souvent différentes d'un foyer à l'autre, il est nécessaire d'apporter aux enfants un cadre clair et rassurant.

La plupart des séances impliquent l'utilisation de supports. Les images sont déjà incluses dans ce livre, mais vous pouvez également les télécharger si vous souhaitez les imprimer.

Les autres supports (sons, vidéos, etc.) sont tous disponibles sur le site internet edsens.fr.



TPS



Séance 1

Verbaliser ses ressentis

INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

- ⌚ 10 à 15 minutes
- 🕒 Activité manuelle

Objectif

- ➡ Repérer et verbaliser ses ressentis
- ➡ Savoir gérer ses émotions
- ➡ Savoir communiquer efficacement

Pensez-y !

Une rencontre ou une réunion d'information avec les parents permet de préparer le terrain de vos séances, ce qui sera bénéfique à la fois pour les enfants, pour leurs parents, et pour vous.

Supports à prévoir

- Réunissez 5 à 10 objets dont les textures sont différentes.
Par exemple : une peluche douce, une éponge humide, un morceau de paillasson, une bouteille d'eau qui sort du réfrigérateur, une bouillotte en graines de lin légèrement réchauffée, une pomme, etc.
- Imprimer sur des feuilles volantes les 3 visages « émotion » : agréable, neutre, désagréable.

Déroulé

1. Les enfants sont assis, placés en cercle autour des objets déposés au centre.
2. À tour de rôle, chaque enfant se lève, va au centre du cercle pour ramasser un objet de son choix ou désigné par l'adulte.
3. L'enfant tenant l'objet montre l'un des trois visages « émotion » en fonction de ce qu'il ressent : « agréable », « désagréable », ou « ne sais pas ».

Pour aider, questionnez

Est-ce que c'est chaud ou froid ? Doux ou dur ?

Est-ce que ça sent bon ou mauvais ?

Est-ce que c'est agréable ou désagréable ?

4. Dans un second temps, les enfants sont invités à dire quelles matières de leur quotidien ils prennent du plaisir à toucher.

Exemples de réponses attendues.

- Le doudou
- La couverture

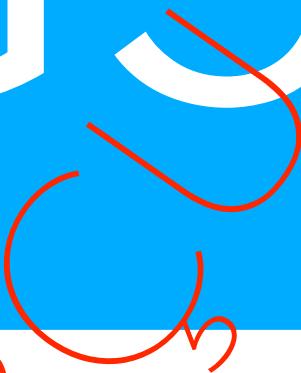
À prendre en considération

- Le toucher est le premier sens à se développer chez le nourrisson.
- Il n'y a pas de bonne ni de mauvaise réponse.
- De nombreux enfants répondent par mimétisme, en fonction des réponses données par les enfants qui les ont précédés, ce qui est normal.
- Certains enfants ont beaucoup de difficulté à ressentir et à poser des mots sur leurs ressentis. Vous pouvez proposer sans insister, mais **gardez en tête qu'en proposant des réponses, les enfants seront tentés de répondre par l'affirmative pour vous faire plaisir plutôt qu'en cherchant leurs véritables ressentis.**
- Certains enfants se protègent de maltraitances vécues en réprimant leurs ressentis. Soyez à l'écoute et sollicitez des professionnels de la santé si nécessaire. En cas de suspicion de maltraitance, n'hésitez jamais à effectuer une information préoccupante, même si vous n'avez pas l'aval de votre hiérarchie.

Variantes

- Cette séance peut avoir lieu en extérieur, en invitant les enfants à toucher les matières présentes autour d'eux (tronc, herbe, mousse, goudron, etc.) et à verbaliser leurs ressentis. D'autres sens seront alors sollicités comme la vue (éblouissement par la lumière, obscurité...) ou l'odorat (les parfums de l'herbe, des fleurs...)

GS



A
P
D
E
L

Séance 7

Se sentir protégé

AFFIRMATION DE SOI ET ALTÉRITÉ

⌚ 15 à 30 minutes

💬 Discussion

Objectif

- ➡ Savoir prendre des décisions
- ➡ Savoir communiquer efficacement
- ➡ Être habile dans ses relations
- ➡ Avoir conscience de soi
- ➡ Avoir de l'empathie pour les autres

Pensez-y !

Une rencontre ou une réunion d'information avec les parents permet de les préparer aux réactions que leur enfant pourrait avoir à la suite de cette séance, comme la possibilité qu'un enfant rejette un parent souhaitant lui faire un câlin.

Supports à prévoir

- Imprimez en grand format (A3 ou plus) l'affiche proposée.

Déroulé

1. Fixez l'affiche sur un mur et réunissez les enfants face à ce nouveau support.
2. Expliquez aux enfants que cette affiche peut les aider à dire ce qu'ils ressentent lorsqu'ils ne trouvent pas les mots. Questionnez les enfants sur ce qu'ils comprennent en désignant à chaque fois le visuel correspondant.

Exemples de réponses attendues :

- *Quand on veut faire dodo.*
- *Quand on pleure.*
- *Quand on veut faire pipi.*

Pour aider, questionnez

D'après vous, c'est un dessin pour dire qu'on a sommeil ou qu'on a faim ?

Le visage qui pleure, c'est pour dire qu'on est heureux ou qu'on est triste ?

Comment peut-on dire qu'on envie de faire pipi ?

3. Demandez aux enfants s'ils peuvent rencontrer d'autres problèmes, qui ne seraient pas sur l'affiche.

4. Proposez-leur de faire un dessin pour montrer « comment ils se sentent protégés ».

Pour aider, questionnez

Où est-ce que tu te sens bien ?

Est-ce qu'il y a des gens avec qui tu te sens en sécurité ? Tu peux te dessiner avec eux ?

5. Demandez aux enfants de citer les personnes qui peuvent les aider s'ils ont un problème, une question, si quelque chose ne va pas.

Exemples de réponses attendues :

- *Papa, maman.*
- *La maîtresse, le maître, les policiers...*

À prendre en considération

- La plupart des enfants n'auront pas besoin de cette affiche en temps normal. C'est une « roue de secours » permettant aux enfants qui n'auraient pas le vocabulaire nécessaire de vous alerter sur le fait que quelque chose ne va pas, qu'ils ont besoin d'aide.
- Ne surinterprétez pas les dessins des enfants, soyez simplement attentif lorsqu'ils vous expliquent ce qu'ils ont dessiné.
- Lors de cette séance, vous pouvez proposer des questions invitant les enfants à différencier la fiction et la réalité : « est-ce que Batman et Spiderman peuvent vous aider si vous avez un problème ? Est-ce qu'ils existent en vrai ou uniquement dans les films et les dessins animés ? ».
- Cette séance est l'occasion de rappeler aux enfants que vous pouvez leur apporter de l'aide si quelque chose ne va pas, par exemple à la maison, si on leur fait du mal ou qu'ils ont peur de quelqu'un.
- Il peut être pertinent de solliciter la présence du psychologue scolaire lors de cette séance.
- Soyez à l'écoute et sollicitez des professionnels de la santé si nécessaire. En cas de suspicion de maltraitance, n'hésitez jamais à effectuer une information préoccupante, même si vous n'avez pas l'aval de votre hiérarchie.

Variantes

- Vous pouvez utiliser l'affiche comme rituel d'accueil le matin, pour questionner les enfants sur leur état émotionnel.
- Vous pouvez proposer aux enfants d'utiliser des matières pour créer leur dessin, en utilisant par exemple des morceaux de tissus dont la texture est agréable.

Les crédits et partenaires

Ce support est proposé par Bonheur.fr, qui regroupe les différents programmes EdSens®, EdSex® et SensoPrev®. Le site internet regroupe de nombreuses ressources dédiées à la thématique de l'éducation à la vie affective, à la sensibilisation et la prévention des violences sexuelles et sexistes.

► [bonheur.fr](#)

Ce support est édité avec le soutien de l'Association Une Vie®, engagée dans la promotion du respect entre les êtres et l'épanouissement de l'individu et du collectif, en diffusant notamment des supports en vue de la protection des enfants face au risque de violences sexuelles.

C'est une association française d'intérêt général, laïque, apolitique, qui distribue des contenus de prévention sur toute la planète, dans plus de 30 langues.

► [1vie.org](#)

– À propos de l'auteur

Sébastien Brochot est le président-fondateur de l'Association Une Vie ([1vie.org](#)), active dans la protection de l'enfance face aux risques de violences sexuelles. Il est l'auteur de nombreuses campagnes de prévention, comme **Consentement.info** (+4 millions de vues sur les réseaux sociaux) ou **PedHelp®** (distingué par le Conseil de l'Europe).

Il a intégré en 2018 l'équipe du **CRIAVS Île-de-France** (Hôpitaux de Saint-Maurice), un service public spécialisé dans les violences sexuelles, au sein duquel il développe le média francophone de référence **Violences-Sexuelles.info** dans le but de diffuser une information claire et fiable sur le sujet. Au sein de ce centre ressources, il forme et accompagne tout au long de l'année des professionnels de nombreux champs professionnels (santé, justice, social, éducation, forces de l'ordre, public associatif...).

Il est l'auteur de plusieurs ouvrages de développement personnel, de prévention des violences sexuelles, et de supports d'éducation à la vie affective.

► [sebastienbrochot.com](#)

Sébastien Brochot © 2022.

Tous droits réservés. Toute reproduction interdite sans l'autorisation explicite de l'auteur.

EdSens® est une marque déposée, tous droits réservés.

Responsable de publication : Sébastien Brochot, membre de la SACD.

Ouvrage bénéficiant d'une protection au titre de la propriété intellectuelle et du droit d'auteur.

Programme EdSens®

28 séances d'éducation et sensibilisation à la vie affective en MATERNELLE

Cet ouvrage propose des séances « clé en main » d'éducation à la vie affective destinées à un public d'enfants de maternelle : Toute Petite Section (TPS), Petite Section (PS), Moyenne Section (MS), Grande Section (GS).

Pour chaque niveau, 7 séances sont proposées, sur 5 thématiques : intelligence émotionnelle, stéréotypes et représentations, connaissances, affirmation de soi et altérité, compréhension de la loi.

Les supports des séances sont inclus dans ce livret ou disponibles au téléchargement.

Un **Cahier de l'intervenant en maternelle et en élémentaire** complète cet ouvrage.

Sébastien Brochot © 2022. Tous droits réservés. EdSens® est une marque déposée.

