

DEGRÉS D'INTIMITÉ

Activité adaptée par Élan Interculturel et basée sur des ressources existantes
(voir dans les références)



APERÇU

Explorer comment les identités sociales peuvent affecter la façon dont les individus peuvent vivre l'intimité.

CONTEXTE D'APPRENTISSAGE

Cette activité peut être réalisée en ligne, hors ligne avec distanciation sociale, et hors ligne avec un contact physique.

DURÉE

45-60 minutes



PARTICIPANTS

Adaptable peu importe le nombre de participants



MATÉRIEL

Préparer des « cartes de l'échelle de l'intimité » : environ 10 phrases de manifestations d'intimité imprimées, une phrase par morceau de papier

Des feuilles de papier vides où les participants peuvent écrire leurs phrases sur l'intimité.

Stylos / marqueurs pour que chacun puisse écrire



OBJECTIFS

- Développer des définitions subjectives de l'intimité.
- Explorer les rapprochements possibles pour trouver une définition consensuelle.



DEGRÉS D'INTIMITÉ



INSTRUCTIONS ÉTAPE PAR ÉTAPE



1. Créez des groupes de 3 participants. Proposez-leur une dizaine de « cartes d'échelle d'intimité »* et quelques cartes vierges.
2. Invitez-les à utiliser les cartes vides pour écrire 1 ou 2 phrases qui reflètent des manières, moments ou situations dans lesquelles ils sont intimes.
3. Dites-leur de lire toutes les cartes (en silence) et de réfléchir individuellement à ce qu'ils considèrent comme « le plus intime » et « le moins intime ». Assurez-vous que les participants comprennent qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, une réponse est « bonne » dans la mesure où elle leur semble authentique, c'est un exercice subjectif.
4. Invitez-les à partager en petit groupe et à voir s'ils peuvent classer les cartes en fonction des degrés d'intimité : en commençant par la moins intime jusqu'à la plus intime.
5. Demandez maintenant aux petits groupes de créer leur propre définition de l'intimité.
6. Invitez chaque groupe à choisir un porte-parole pour partager les deux cartes les plus intimes et les deux cartes les moins intimes figurant sur l'échelle de son groupe et expliquer son choix.
7. Pendant une deuxième plénière, partagez les définitions proposées par les petits groupes. Vérifiez s'il existe une définition que tout le monde peut accepter comme définition de travail.



Quelques exemples de phrases pour les cartes :

- Aller au restaurant
- Partager vos croyances et opinions personnelles
- Toucher le bras de votre partenaire
- Embrasser votre partenaire
- S'envoyer des messages tous les jours
- Parler pendant les rapports sexuels
- Partager vos sentiments
- Faire des câlins à votre partenaire

DEGRÉS D'INTIMITÉ



- Tenir la main de son partenaire en public
- Dire ce que vous aimez et n'aimez pas (sexuellement)
- Présenter votre partenaire à vos parents et/ou amis.
- Parler de ses parents ou de sa famille
- Avoir un conflit avec votre partenaire
- Partager ses rêves, ses besoins et ses désirs
- Parler de ses fantasmes sexuels
- Parler des IST
- Parler de contraception
- Se montrer en sous-vêtements
- S'envoyer des messages érotiques
- S'embrasser et se caresser
- Embrasser son partenaire dans le cou



DÉBAT ET DEBRIEFING



Utilisez cette activité pour reconnaître la variété de nos expériences avec l'intimité : certaines situations sont intimes pour certaines personnes et pour d'autres pas du tout. Explorez les conséquences de cette observation sur les rencontres intimes : que se passe-t-il si deux personnes ayant des attentes et des représentations différentes de l'intimité tentent de devenir intimes ?

Réfléchissez à l'identité sociale : dans quelle mesure nos identités déterminent-elles la manière dont nous vivons l'intimité ? Invitez les participants à réfléchir à quelques exemples possibles, sur la base de leur propre expérience.

DEGRÉS D'INTIMITÉ



EN LIGNE



Cette activité peut être réalisée en ligne, en créant des salles de discussion (3 participants par groupe) et en utilisant des Jamboards (chaque groupe a un Jambord différent sur lequel il travaille) pour écrire des phrases sur l'intimité sur des post-its et pour noter l'« échelle de l'intimité ».

THÉORIE



Pour créer cette activité nous avons utilisé deux ressources :

- <https://teachingsexualhealth.ca/app/uploads/sites/4/2017-CALM-Consent-1-French.pdf>
- http://rse.fpv.org.au/wp-content/uploads/2015/06/Activity-7-8_8.2.pdf