



ACADEMIE
DE DIJON

Liberté
Égalité
Fraternité



Académie de Dijon

Audacieuse et ENGAGÉE

Éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité

En France, une obligation légale réaffirmée, encadrée et accompagnée

obligatoire depuis la loi n°2001-588 du 4 juillet 2001, éducation Définie par les articles L. 121-1 et L. 312-16 du Code de l'éducation

Bulletin officiel n° 6 du 6 février 2025 , Circulaire du 4-2-2025

s'inscrivant dans la démarche École Promotrice de Santé et dans la
politique éducative sociale et de santé.

Sommaire

1. Cadre national de cet enseignement en France

Pour les élèves : découverte du cadre national pour se préparer à d'éventuelles futures études en France

2. Directives ministérielles 2025

Mise en œuvre des programmes EVAR (primaire) et EVARS (secondaire)

3. Programmes et ressources

Une grande richesse de ressources permettant de s'adapter au mieux à chaque situation locale

1. Cadre national de cet enseignement en France

Pour les élèves : découverte du cadre national pour se préparer à d'éventuelles futures études en France

- L'éducation à la vie relationnelle, affective et à la sexualité est un apprentissage obligatoire, inscrit à [l'article L. 312-16 du Code de l'éducation](#)
- Cette éducation fait partie de la **démarche École Promotrice de Santé et de la politique éducative sociale et de santé**
 - Vers une santé globale et positive au service de la réussite des élèves
 - Adossée à la définition de la santé par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS, 1946) : « *état complet de bien-être physique, mental et social et [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité*»

2. Directives ministrielles 2025

- **OBJECTIFS** de l'enseignement EVAR-EVARS, au croisement entre des enjeux de santé public et de citoyenneté
- **Transmettre des valeurs fondamentales**, telles que le respect de soi et des autres
 - **Prévenir les discriminations**
 - **Promouvoir l'égalité** entre les garçons et les filles et lutter contre les stéréotypes
 - **Lutter contre les violences et le harcèlement** en renforçant la capacité des enfants à demander de l'aide

2. Directives ministérielles 2025

➤ ORGANISATION de l'enseignement

- **3 séances spécifiques par an adaptées à chaque âge** conformément à la loi en vigueur depuis 2001. Ces séances sont complétées par des temps d'enseignement dispensés dans le cadre des programmes disciplinaires

2. Directives ministérielles 2025

➤ ORGANISATION de l'enseignement

- **3 séances spécifiques par an adaptées à chaque âge** conformément à la loi en vigueur depuis 2001. Ces séances sont complétées par des temps d'enseignement dispensés dans le cadre des programmes disciplinaires
- **Contenus encadrés par des programmes nationaux et progressifs**, adaptés à l'âge des élèves :
 - **1^{er} degré** : éducation à la vie affective et relationnelle (EVAR)
 - **2^d degré** : éducation à la vie affective et relationnelle et à la sexualité (EVARS)

2. Directives ministérielles 2025

➤ ORGANISATION de l'enseignement

- **3 séances spécifiques par an adaptées à chaque âge** conformément à la loi en vigueur depuis 2001. Ces séances sont complétées par des temps d'enseignement dispensés dans le cadre des programmes disciplinaires
- **Contenus encadrés par des programmes nationaux et progressifs**, adaptés à l'âge des élèves :
 - **1^{er} degré** : éducation à la vie affective et relationnelle (EVAR)
 - **2^d degré** : éducation à la vie affective et relationnelle et à la sexualité (EVARS)
- **Modalités de mise en œuvre de cette éducation définies par la circulaire du 4 février 2025**

2. Directives ministérielles 2025

➤ ORGANISATION de l'enseignement

- **3 séances spécifiques par an adaptées à chaque âge** conformément à la loi en vigueur depuis 2001. Ces séances sont complétées par des temps d'enseignement dispensés dans le cadre des programmes disciplinaires
- **Contenus encadrés par des programmes nationaux et progressifs**, adaptés à l'âge des élèves :
 - **1^{er} degré** : éducation à la vie affective et relationnelle (EVAR)
 - **2^d degré** : éducation à la vie affective et relationnelle et à la sexualité (EVARS)
- **Modalités de mise en œuvre de cette éducation définies par la circulaire du 4 février 2025**
- **Protection des personnels** par l'administration lorsqu'ils mettent en œuvre les séances : toute difficulté/menace ou opposition aux séances doit systématiquement faire l'objet d'un signalement

2. Directives ministrielles 2025

➤ MISE EN ŒUVRE de l'EVARS dans les établissements

Pilotage à l'échelle des EPLE (1)

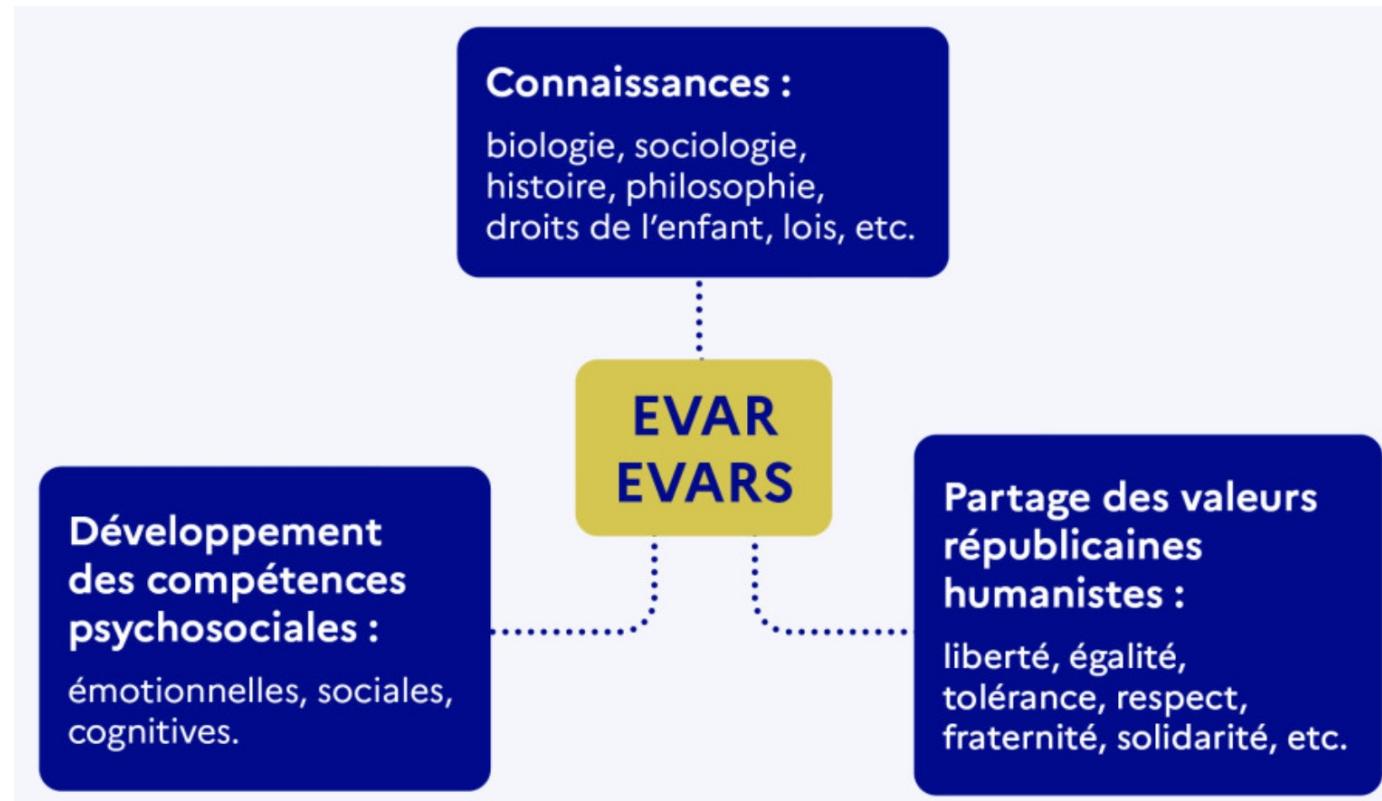
- **Le chef d'établissement** est garant de la mise en œuvre d'un **projet EVARS** en lien avec **le référent EVARS** et l'équipe d'intervenants EVARS.
- **Le conseil pédagogique** et le **CESCE** sont les instances particulièrement concernées pour la mise en œuvre et le suivi de l'EVARS

Le référent : organise, planifie, coordonne les actions EVARS, en lien avec l'équipe pédagogique EVARS

L'équipe d'intervenants EVARS : personnel de l'établissement formés à l'EVARS et intervenant auprès des élèves pour assurer l'enseignement des contenus du programme officiel (professeure ou professeur, médecin, infirmière ou infirmier, psychologue de l'éducation nationale, assistante ou assistant de service social, personnel de vie scolaire ; des membres d'associations agréées par l'éducation nationale peuvent être associés)

Tous les membres des équipes éducatives peuvent faire partie de l'équipe d'intervenants EVARS

Une éducation qui vise le développement de connaissances, de compétences psychosociales et de valeurs républicaines



2. Directives ministrielles 2025

➤ MISE EN ŒUVRE de l'EVARS dans les établissements

Pilotage à l'échelle des EPLE (2)

- Mise en place du projet EVARS

- 3 séances par an et par tranche d'âge **sous la responsabilité d'un enseignant ou CPE** (formés EVARS), pour aborder les thématiques du **programme officiel**
- Créneaux dédiés dans l'EDT ou aménagement en cours d'année, 2h recommandées
- **Articulation** avec enseignements, actions et projets éducatifs de l'établissement

Les personnels sociaux et de santé de l'éducation nationale peuvent proposer aux élèves qui en auraient besoin des consultations individuelles

- Contribution possible avec des partenaires extérieurs et des associations
 - ✓ Agrément obligatoire
 - ✓ Co-intervention obligatoire avec un personnel de l'éducation nationale et préparation anticipée avec les membres de l'équipe éducative

- L' existence du projet EVARS est communiqué aux parents

Des flyers pour chaque niveau sont disponibles sur Eduscol pour communiquer auprès des parents



Éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité en 4^e et en 3^e



Pourquoi ?

- Transmettre des valeurs fondamentales, comme le respect de soi et des autres
- Promouvoir l'égalité filles-garçons
- Protéger contre toutes les formes de violence
- Prévenir les discriminations

Comment ?

- Au moins 3 séances par an conformément à la loi en vigueur depuis 2001
- Des programmes progressifs, adaptés à l'âge des élèves

Au collège, le passage de l'enfance à l'adolescence s'accompagne de changements majeurs, à la fois physiques et psychologiques, qui sont sources d'expériences nouvelles mais qui peuvent aussi soulever des interrogations, des inquiétudes, voire des mises en danger. L'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité fournit aux élèves de collège des connaissances et des outils de réflexion pour les aider à comprendre les changements qu'ils traversent. L'information des élèves comporte une approche positive de la sexualité et un objectif de prévention des risques, dans un principe de respect, de libre choix, d'égalité et d'inclusion.

Quatrième

3 objectifs d'apprentissage

→ **Aborder la sexualité comme une réalité complexe pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction, etc.**

Les élèves comprennent que la sexualité recouvre différents aspects (amour, plaisir, bonheur, reproduction, santé, consentement, etc.). Ils apprennent à s'informer sur des sujets de santé en lien avec la sexualité. Par exemple, ils analysent des extraits de fictions adaptées à leur âge et des documents scientifiques pédagogiques. Ils découvrent les différentes sources d'information sur la santé sexuelle et leur fonctionnement (infirmerie de l'établissement, centre de santé de la ville, etc.).

→ **Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle.**

Les élèves apprennent à faire des choix responsables pour leur santé et celle des autres, ainsi qu'à se protéger sur les réseaux sociaux. Par exemple, ils étudient ou ils représentent une scène de rencontre amoureuse (en littérature, au cinéma ou au théâtre) pour réfléchir aux notions de consentement, d'exploitation sexuelle, d'emprise ou de harcèlement, etc.

Des flyers pour chaque niveau sont disponibles sur Eduscol pour communiquer auprès des parents



Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public et en interroger la dimension égalitaire ou inégalitaire.

Les élèves apprennent à repérer des inégalités (femmes/hommes ; majorités/minorités). Ils apprennent que la pornographie véhicule des stéréotypes et représente des situations dépourvues de toute dimension affective ou sentimentale, souvent marquées par la violence. Ils comprennent pourquoi son accès est interdit aux mineurs par le Code pénal. Aucune image à caractère pornographique n'est présentée.

Par exemple, ils repèrent des stéréotypes véhiculés dans des publicités ou dans des reportages notamment et expliquent la différence entre des représentations égalitaires et des représentations qui ne le sont pas.



Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité.

Les élèves apprennent à reconnaître ce qui constitue une relation saine et à repérer les contextes qui les rendent vulnérables ainsi que les situations de violence.

Par exemple, ils prennent conscience que la réciprocité, le consentement et le respect des émotions sont indispensables à une relation saine. Ils comprennent que les substances psychoactives ou les situations de domination peuvent avoir une influence sur la capacité à reconnaître ou à donner le consentement.

Les élèves s'informent sur les moyens de contraception, le dépistage des infections sexuellement transmissibles et le droit à l'interruption volontaire de grossesse (IVG).

Par exemple, ils prennent connaissance du cadre juridique qui garantit le droit d'accès à l'IVG.



Inscrire la sexualité dans la définition et le respect des droits humains.

Les élèves apprennent quels sont les principes et valeurs impliquées dans le champ des droits et des devoirs en matière de sexualité (égalité entre les femmes et les hommes, entre les orientations sexuelles, droit à la différence).

Par exemple, ils étudient des œuvres littéraires ou cinématographiques, des jeux de questions-réponses ou des situations fictives pour replacer les sujets abordés dans un contexte historique et légal.



Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité.

Les élèves apprennent à distinguer les notions de désir, de plaisir, de bonheur, et réfléchissent à l'importance de la liberté et du respect dans les relations.

Par exemple, ils étudient des œuvres littéraires, artistiques ou musicales ou des situations fictives pour développer une analyse critique des représentations parfois fausses ou déformées associées à la sexualité.

Le programme s'inscrit dans l'application des lois françaises et de la Convention internationale des droits de l'enfant.
Pour en savoir plus, rendez-vous sur education.gouv.fr/evars

➤ Référents et intervenants EVARS, des personnels formés

La mise en œuvre des séances d'EVAR et d'EVARS nécessite des **connaissances** mais également une **posture adaptée** afin de permettre aux élèves de participer librement aux échanges, de développer leur réflexion et de trouver des réponses à leurs questions.

Les intervenants veillent à **respecter** et à mettre en œuvre les principes **éthiques** suivants :

- Instaurer et assurer un climat de confiance par une posture ouverte, neutre et bienveillante, sans jugement ;
- Encourager le respect de la parole de chacun durant la séance et en dehors ;
- Respecter chaque personne, aussi bien dans sa prise de parole que dans son silence ;
- Favoriser les échanges et la réflexion par des questionnements, sans imposer ses propres questions et réponses ;
- Maintenir les échanges dans le cadre de ce qui peut être partagé publiquement, sans entrer dans le champ de la vie privée ou de l'expérience personnelle.



➤ Référents et intervenants EVARS, des personnels formés

• Autoformation à distance

Des parcours d'autoformation sont mis à disposition des personnels de l'Éducation nationale sur la [plateforme Magistère ↗](#). Ils visent à accompagner les professionnels dans la mise en œuvre des séances d'EVAR/EVARS, en leur permettant de mieux comprendre ce qu'est l'éducation à la sexualité, d'en saisir les enjeux au sein de l'institution scolaire et de s'approprier le cadre réglementaire qui encadre son application.

- Parcours [Les enjeux de l'EVAR dans le 1^{er} degré ↗](#)
- Parcours [Les enjeux de l'EVARS dans le 2nd degré →](#)

<https://eduscol.education.fr/2078/connaitre-les-enjeux-de-l-education-la-sexualite>



ACADEMIE
DE DIJON

Liberté
Égalité
Fraternité



03h00

EVARS

+2

Les enjeux de l'EVARS dans le 2nd degré



Au service du développement de
mes compétences

Académie de Dijon

Mes espaces



SOMMAIRE

▼ Accueil

Quelques conseils de
navigation.

▼ Commencer la formation

Présentation des enjeux du
programme EVARS

● Testez vos connaissances

○ Carnet de bord EVARS

▼ Les contenus

○ Organisation des ressources du parcours

○ L'éducation à la sexualité : une obligation légale

○ L'éducation à la sexualité : une adaptation à l'âge des...

○ L'éducation à la sexualité : une démarche globale et...

● Les objectifs pour l'élève : les 3 axes du programme...

▼ Conclusion

Les enjeux de l'EVARS dans le 2nd degré

Cours Participants Badges Plus ▾

Accueil

Ce parcours de formation est le premier d'un dispositif visant à accompagner les professionnels de l'éducation nationale dans le cadre d'une mise en œuvre effective d'au moins trois séances annuelles spécifiques d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité (EVARS) et à travers les enseignements disciplinaires.

Objectifs :

- Comprendre ce qu'est l'éducation à la sexualité ainsi que ses enjeux au sein de l'éducation nationale ;
- Connaître les références juridiques pour légitimer ses actions.

Compétences professionnels travaillées :

- Incrire son action dans le cadre des principes fondamentaux du système éducatif et dans le cadre réglementaire de l'école ;
- Agir en éducateur responsable et selon des principes éthiques.

Durée : 3 heures

Descriptif de cette formation :

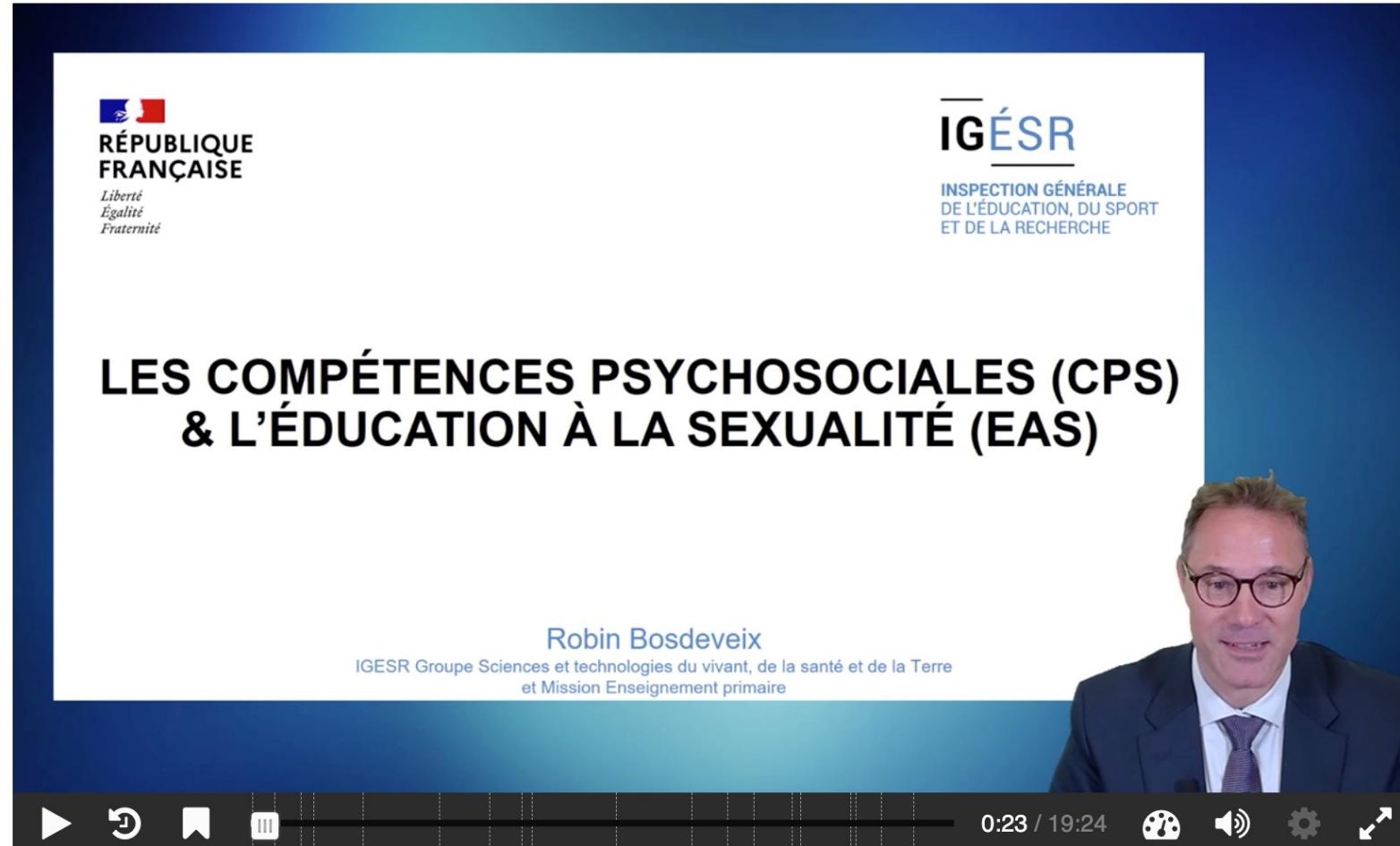


Académie de Dijon

Audacieuse et ENGAGÉE

1. Pourquoi et comment l'EVARS s'inscrit-elle dans une démarche globale et positive ?

1.1. Quel est l'apport des CPS dans l'éducation à la sexualité ?



The thumbnail is a video frame showing a man with glasses and a suit, identified as Robin Bosdeveix, speaking. The background is blue. The video player interface at the bottom includes a play button, a circular progress bar, a timestamp of 0:23 / 19:24, and several control icons.

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

IGÉSR
INSPECTION GÉNÉRALE
DE L'ÉDUCATION, DU SPORT
ET DE LA RECHERCHE

**LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS)
& L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ (EAS)**

Robin Bosdeveix
IGESR Groupe Sciences et technologies du vivant, de la santé et de la Terre
et Mission Enseignement primaire

➤ Référents et intervenants EVARS, des personnels formés

- **Formations par des formateurs expérimentés**

FIL : formations à initiatives locales (formats : distanciel, présentiel, hybride)

2. PROGRAMMES et RESSOURCES

- Des contenus adaptés à chaque âge, des objectifs clairs et des notions/compétences à acquérir pour chaque niveau

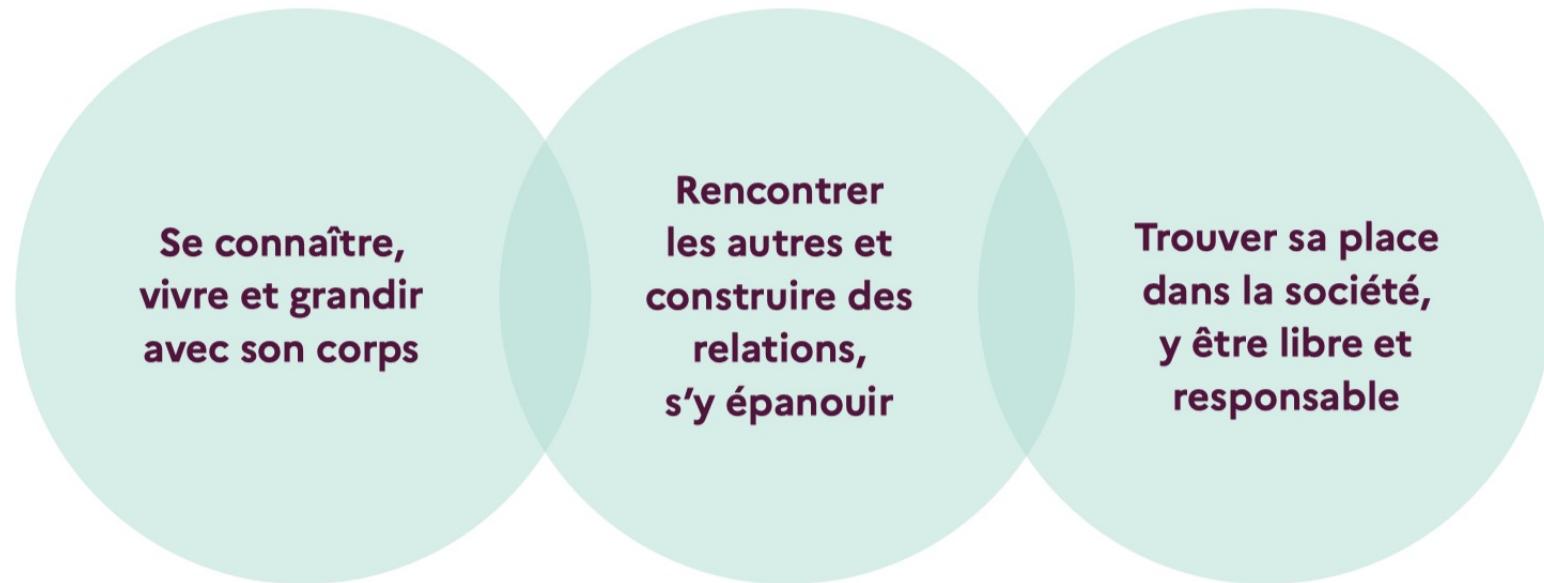


<https://www.education.gouv.fr/un-programme-ambitieux-eduquer-la-vie-affective-et-relationnelle-et-la-sexualite-416296>

<https://eduscol.education.fr/2078/connaitre-les-enjeux-de-l-education-la-sexualite>

3. Programmes et ressources

➤ Articulation des programmes autour de trois axes principaux





3. Programmes et ressources

➤ Les trois axes déclinés par objectifs selon les niveaux de classe

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable	Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable	Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
À aborder avant 4 ans	Connaître son corps. Comprendre ce qu'est l'intimité.	Apprendre à exprimer son accord ou son refus, apprendre à envisager et à respecter un refus.	Appréhender et comprendre l'égalité entre les filles et les garçons et la liberté d'être soi-même.	Sixième	Comprendre et apprendre à vivre les changements de son corps.	Entrer en relation avec les autres et comprendre que les relations peuvent changer.	Trouver sa place au sein d'un groupe sans renier ses propres sentiments, respecter les autres et en être respecté.	Seconde	Prendre soin de son corps et développer une image positive de soi.	Reconnaître et comprendre ses émotions, ses sentiments et ceux des autres.	Se protéger et protéger les autres : l'intimité à l'ère des réseaux sociaux.
À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	Connaître son corps et identifier des émotions.	Identifier une personne de confiance (adulte, enfant), apprendre à faire appel à eux.	Vivre l'égalité entre les filles et les garçons. Découvrir les différentes structures familiales et les respecter.	Cinquième	Développer librement sa personnalité sans se sentir obligé ou contraint.	Choisir ses relations : connaître et assumer ses préférences, comprendre qu'elles peuvent évoluer.	Distinguer vie publique et vie privée, en réfléchissant à ce que signifie la liberté individuelle, en particulier sur les réseaux sociaux.	Première	Faire des choix en restant maître de soi et attentif à sa santé.	Désirer et vouloir, donner ou refuser son consentement, savoir être libre et respecter les autres et leurs propres libertés.	Être soi, entre acceptation et déni.
À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	Connaître son corps, ses sensations et ses émotions.	Identifier différents types de sentiments dans sa relation à l'autre.	Découvrir les ressemblances et les différences entre les autres et soi, respecter les autres dans leur différence ; être respecté par eux.	Quatrième	Aborder la sexualité comme une réalité complexe pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction, etc.	Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle.	Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public et en examiner leur dimension égalitaire ou inégalitaire.	Terminale	Reconnaitre ses émotions et ses désirs pour mieux se connaître.	S'épanouir dans une relation équilibrée à l'autre.	Être libre d'être soi parmi les autres et réfléchir aux conditions sociales garantissant cette liberté.
CP	Connaître son corps. Comprendre ce qu'est l'intimité.	Comprendre la diversité des émotions et des sentiments : les siens et ceux des autres.	Appartenir à une famille, comprendre la nature, la fonction et le sens des liens familiaux.	Troisième	Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité.	Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité.	Inscrire la sexualité dans la définition et le respect des droits humains.	Première année de CAP	Prendre soin de son corps et développer une image positive de soi.	Reconnaître et comprendre ses émotions, ses sentiments, et ceux des autres ; donner ou refuser son consentement.	Se protéger et protéger les autres : l'intimité à l'ère des réseaux sociaux.
CE1	Grandir, avoir une bonne connaissance et estime de soi, protéger son intimité.	Comprendre les différentes dimensions (affectives, éthiques, sociales et légales) d'une relation humaine.	Promouvoir des relations égalitaires, repérer des discriminations issues de stéréotypes, notamment de genre.					Deuxième année de CAP	Se connaître, rester maître de soi.	S'épanouir dans une relation équilibrée à l'autre.	Être libre d'être soi parmi les autres et réfléchir aux conditions sociales garantissant cette liberté.
CE2	Se sentir bien dans son corps et en prendre soin.	Comprendre ce qu'est le consentement, les différentes manières de le solliciter et de l'exprimer ou d'accepter et de respecter un refus.	Connaitre ses droits.								
CM1	Connaitre les changements de son corps.	Apprendre à développer des relations constructives et à repérer les situations de harcèlement.	Promouvoir des relations égalitaires et positives ; comprendre les stéréotypes pour lutter contre les discriminations.								
CM2	Connaitre et comprendre les changements de son corps et celui des autres.	Promouvoir des relations positives, apprendre à repérer et se protéger des violences sexistes et sexuelles.	Prévenir les risques liés à l'usage du numérique et d'Internet.								



3. Programmes et ressources

➤ Exemple : le programme de collège

→ Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau



**Programme
d'éducation
à la vie affective
et relationnelle,
et à la sexualité
au collège**

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
Sixième	• Comprendre et apprendre à vivre les changements de son corps.	• Entrer en relation avec les autres et comprendre que les relations peuvent changer.	• Trouver sa place au sein d'un groupe sans renier ses propres sentiments, respecter les autres et en être respecté.
Cinquième	• Développer librement sa personnalité sans se sentir obligé ou contraint.	• Choisir ses relations : connaître et assumer ses préférences, comprendre qu'elles peuvent évoluer.	• Distinguer vie publique et vie privée, en réfléchissant à ce que signifie la liberté individuelle, en particulier sur les réseaux sociaux.
Quatrième	• Aborder la sexualité comme une réalité complexe pouvant faire intervenir le plaisir, l'amour, la reproduction, etc.	• Développer une compréhension critique et respectueuse des relations interpersonnelles et des enjeux associés à la sexualité ; favoriser des choix responsables et protecteurs en matière de santé sexuelle et relationnelle.	• Étudier des représentations de la sexualité dans l'espace public et en examiner la dimension égalitaire ou inégalitaire.
Troisième	• Interroger les liens entre bonheur, émotions et sexualité.	• Construire une relation réciproque et égalitaire ; savoir reconnaître et caractériser des contextes de danger et de vulnérabilité.	• Incrire la sexualité dans la définition et le respect des droits humains.

→ Sixième

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

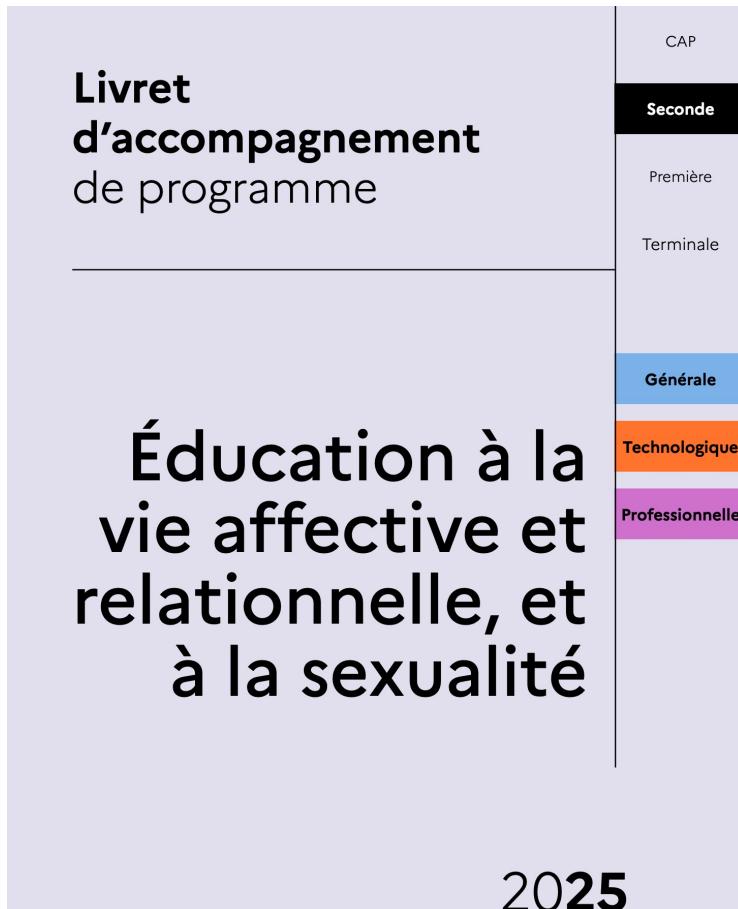
Se connaître, vivre et grandir avec son corps

Objectif d'apprentissage : Comprendre et apprendre à vivre les changements de son corps.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances spécifiques
<ul style="list-style-type: none"> Connaître les changements induits par la puberté. Comprendre que la puberté est une composante de l'adolescence, qui entraîne des changements physiques, physiologiques, psychologiques et affectifs, et savoir que ces changements se produisent selon des rythmes différents pour chaque individu. Savoir que les menstruations (règles) dououreuses nécessitent une consultation médicale. 	<ul style="list-style-type: none"> Réfléchir collectivement, en s'appuyant sur des textes scientifiques et le programme des sciences et technologie : <ul style="list-style-type: none"> - autour du mot « puberté » et ce qu'il peut signifier ; - à la diversité des rythmes biologiques des individus : le passage de l'enfance à l'adolescence suit-il un rythme unique ? Est-ce un modèle unique ? Quelle place y a-t-il pour la singularité ? ; - autour des changements induits par la puberté dans ses différentes dimensions (biologique, psychoaffective, morale, socioculturelle, relationnelle) et de leur diversité ; - sur la manière de trouver des informations, fiables et adaptées à son âge, au sujet de la puberté ; - à des comportements et moyens qui aident à se sentir à l'aise avec les effets et conséquences des transformations corporelles, tout particulièrement les menstruations (règles). Observer et analyser la diversité des représentations du corps sexué à partir d'œuvres artistiques (peinture, sculpture, etc.) ou littéraires (anciennes ou contemporaines) et prendre conscience du fait que chaque personne a un corps singulier et qu'il existe des différences en termes de taille, de morphologie et de fonctionnement. Porter un regard bienveillant sur soi : nommer ses forces et ses qualités.

3. Programmes et ressources

➤ Des livrets d'accompagnement par niveau



- Propose des exemples de séances pour une mise en œuvre d'au moins trois séances spécifiques
- Les trois séances spécifiques proposées (une par axe du programme) sont suivies, en fin de livret, d'exemples de séances associées à des enseignements disciplinaires
- Ces exemples peuvent être adaptés selon les situations et les choix pédagogiques de l'établissement
- Le livret ne prétend pas couvrir l'intégralité du programme
- Chaque proposition de séance expose une démarche progressive, des suggestions d'activités à proposer aux élèves pour instaurer des échanges de qualité dans un cadre serein et respectueux, et un temps de clôture de la séance



Table des matières

- 5 | Les enjeux de la classe de seconde
7 | Séance spécifique n°1 – prendre soin de son corps et développer une image positive de soi

Cette séance amène les élèves à comprendre comment l'image de soi est influencée par la société. Des stéréotypes et idées fausses autour du corps, du genre et de la sexualité sont déconstruits.

- 22 | Séance spécifique n°2 – reconnaître les émotions et les sentiments dans les relations et s'y épanouir

Cette séance permet aux élèves d'identifier et de comprendre les émotions et sentiments exprimés à différentes étapes d'une relation : la rencontre, la relation, la rupture. Elle vise à favoriser une communication respectueuse, essentielle à des relations équilibrées.

- 30 | Séance spécifique n°3 – intimité et réseaux sociaux

Cette séance permet aux élèves de comprendre les enjeux liés à la protection de l'intimité à l'ère des réseaux sociaux. À travers l'analyse de situations fictives, les élèves apprennent à identifier les risques liés à l'exposition en ligne, et à reconnaître les violences numériques, comme le cybersexisme et la pornodivulgation.

- 50 | Exemples de séances en lien avec les disciplines

Dans un premier exemple de séance en espagnol, les élèves explorent la question du rapport à soi et aux autres, à partir d'un film illustrant une relation amoureuse. Dans un second exemple de séance en prévention santé environnement (PSE), les élèves s'interrogent sur la répartition de la charge contraceptive entre partenaires.



Séance spécifique n° 2 – reconnaître les émotions et les sentiments dans les relations et s'y épanouir

Objectifs du programme d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité

Axes

Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir.

Objectifs d'apprentissage

Reconnaitre et comprendre ses émotions, ses sentiments, et ceux des autres.

Notions et compétences

Reconnaitre des conditions qui permettent de s'engager émotionnellement et/ou physiquement dans une relation pour s'y épanouir.

Connaitre et reconnaître les codes au cours des différentes étapes d'une rencontre et d'une relation (approche, déclaration, contact physique, relation sexuelle, engagement, rupture, etc.) ; prendre conscience des émotions qui s'y jouent et des différents facteurs qui influencent les représentations et attentes de chacune et chacun.

Comprendre et identifier les émotions et le stress, et s'interroger sur comment les gérer.

Présentation de la séance

Cette séance a pour objectif d'amener les élèves à reconnaître et comprendre leurs émotions, leurs sentiments, et ceux des autres, et notamment lors d'une relation, qu'il s'agisse d'une rencontre, d'une relation installée ou d'une rupture.

La séance s'ouvre sur une réflexion menée à partir d'un corpus de reproductions d'œuvres, représentant une large palette d'émotions, agréables/désagrables, dans un contexte relationnel. Les œuvres utilisées permettent aux élèves d'observer et d'analyser les expressions, les postures et les interactions entre personnages, tout en mobilisant le lexique des émotions et des sentiments. Dans un second temps, les élèves analysent des extraits de films centrés sur le moment de la rencontre, afin de mettre en lumière la diversité des comportements et la complexité des émotions exprimées. Enfin, la dernière activité porte sur un autre moment clé de la relation : la rupture. Les élèves mènent une réflexion sur les émotions spécifiques qui peuvent y être engagées. Cette séance permet aux élèves d'identifier les dynamiques de contrôle, d'emprise ou de manipulation émotionnelle dans les relations amoureuses ou amicales.

Cette séance se déroule en quatre temps.

- Temps 1 – identifier quelques émotions dans des œuvres picturales représentant des moments de relations sentimentales (10 minutes).

Cette séance se déroule en quatre temps.

- Temps 1 – identifier quelques émotions dans des œuvres picturales représentant des moments de relations sentimentales (10 minutes).
- Temps 2 – mettre en évidence la complexité des émotions et la diversité des réactions et démarches personnelles lors d'une rencontre, à travers l'analyse de quatre extraits de films (40 minutes).
- Temps 3 – analyser le temps de la rupture comme un moment d'expression des émotions particulières, à travers un dialogue (40 minutes).
- Temps 4 – bilan : le message à retenir (10 minutes).

Place dans le parcours de l'élève

Dès la classe de sixième, les élèves réfléchissent à leur place au sein d'un groupe, tout en apprenant à respecter les autres et à exprimer leurs propres émotions. En classe de quatrième, les élèves travaillent sur l'importance de reconnaître, nommer et réguler leurs émotions. En classe de troisième, les élèves étudient les liens entre bonheur, émotions et sexualité. Ils apprennent également à distinguer le désir associé aux imaginaires, émotions et envies, du comportement qui relève d'actions réfléchies et maîtrisables.

Déroulement de la séance

Afin de créer un climat de confiance et respectueux, le cadre de la séance est rappelé avec les élèves (ou construit si c'est la première séance de l'année) : respect des autres, respect de la parole, prise de parole de manière volontaire, écoute active, bienveillance. Les échanges sont maintenus dans le cadre de ce qui peut être partagé publiquement, sans entrer dans le champ de la vie privée ou de l'expérience personnelle : « on parle en général, on évite tout récit personnel, on ne cite aucun prénom, et chacun peut se retirer du débat sans se justifier ». Afin de sécuriser le cadre, une charte simple et lisible est affichée ou coconstruite. Si elle a déjà été construite lors d'une précédente séance, elle est alors rappelée.

Les durées des différents temps d'apprentissages constituent des repères indicatifs, à adapter selon le rythme des élèves, leurs besoins et leurs questions.

Les élèves sont installés par groupes de quatre à six élèves, chaque groupe dispose d'une feuille A4 ou d'une ardoise.

Apports et connaissances sur la thématique (pour les personnels en charge de la séance)

Les éclairages scientifiques suivants sont à destination des personnels en charge de la séance. Ils ne constituent pas des objets d'enseignement et encore moins des objectifs d'apprentissage pour les élèves, mais proposent des apports de connaissances, à visée formative, destinés à renforcer la maîtrise du sujet, à mieux situer les enjeux dans un cadre plus global et à ajuster sa posture en fonction des situations de classe rencontrées.

Bibliographie à destination des personnels en charge de la séance

- Santé publique France. Fiche [Comprendre les émotions](#).
- Santé publique France. Fiche [Identifier ses émotions](#).



Exemple de bilan

Temps 4 – bilan, le message à retenir (10 minutes)

La problématique de la séance est affichée au tableau : « comment et pourquoi identifier et reconnaître ses émotions et sentiments, ainsi que ceux des autres à différentes étapes d'une relation ? ». Des échanges sont menés avec les élèves afin de construire un bilan des apprentissages, qui peut reposer sur les éléments suivants.

- Les relations humaines suscitent chez chacune et chacun des émotions et des sentiments variés, qui évoluent au fil des différentes étapes d'une relation. Les émotions et les sentiments sont deux composantes de la vie affective :
 - les émotions : elles permettent des réactions rapides à un stimulus interne ou externe et sont orientées vers l'action (fuite, défense, recherche de soutien, etc.). Elles servent à mobiliser l'organisme face à des enjeux de survie et de bien-être. Elles constituent donc des informations cruciales pour s'adapter à l'environnement ;
 - les sentiments résultent d'un traitement cognitif plus complexe (parfois prolongé) des émotions. Leur rôle est surtout de contribuer à la construction de sens, d'identité, de mémoire, de narration de soi et du lien à l'autre.
- Prendre conscience et reconnaître ses propres émotions et sentiments, ainsi que de ceux des autres, est essentiel. Cela permet de mieux comprendre ses besoins et ses limites dans une relation, d'accroître sa connaissance de soi, de développer une communication claire et respectueuse avec autrui, et de prendre des décisions éclairées et respectueuses.
- La question de la relation à soi est également centrale (et peut-être davantage que la seule reconnaissance des sentiments et des émotions), puisqu'elle renvoie aux notions de respect et de posture constructive dans la relation à l'autre.
- L'émergence de relations saines, équilibrées et constructives, même dans les moments plus complexes, comme une rupture qui peut s'avérer particulièrement douloureuse, repose sur ces différents éléments.

Exemples de séances EVARS

Maternelle

Travail sur les émotions

Dans un livre pour enfant, reconnaître la peur, la joie des personnages...

Notion de consentement, apprendre aux enfants à dire oui quand ils sont d'accord, à faire le signe stop avec leur main quand ils ne sont pas d'accord (dans des situations de la vie quotidienne de la classe, en leur apprenant à poser des questions : est-ce que je peux m'assoir à côté de toi?...)

CP

Sensibilisation à l'intimité

Repérer les espaces de la vie quotidienne où la question de l'intimité se pose : médecin, vestiaires, toilettes... ; on leur apprend à réagir si quelqu'un ne respecte pas leur intimité.

CM1

Lutte contre les stéréotypes

À l'occasion des jeux dans la cour ou de tournois sportifs, on réfléchit avec les élèves à une répartition égalitaire (ballons, cordes à sauter...pour tous).

4^{ème}

Développement de l'esprit critique face aux contenus inappropriés sur les réseaux sociaux ; rappeler aux élèves que l'accès de la pornographie est interdit aux mineurs, leur faire prendre conscience des raisons de ces interdictions. Ces séances s'appuient sur des notions travaillées en 6^{ème} sur les influences négatives ou positives que les autres peuvent avoir sur nous, et comment s'en affranchir.

2^{nde}

Travail sur l'image du corps, à travers des études de cas, ils verront comment les images auxquelles ils sont confrontés véhiculent souvent un idéal inaccessible, ce qui peut nuire à l'estime qu'ils ont d'eux-mêmes et à leur santé

1^{ère}

Prévention des risques d'infections sexuellement transmissibles (conduites à adopter afin de prévenir les risques), pour soi même et pour les autres



➤ Une fiche spécifique Compétences Psychosociales/EVARS

Le développement des compétences psychosociales dans le cadre de l'éducation à la sexualité

Les compétences psychosociales (CPS) constituent une des composantes de l'éducation à la sexualité. Cette fiche a pour objectif de préciser cette notion et d'accompagner les professionnels afin de mobiliser et développer les compétences psychosociales des élèves lors des séances d'éducation à la vie affective et relationnelle, dans le 1^{er} degré et d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité dans le 2^d degré.

■ LA DÉFINITION DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Les compétences psychosociales (CPS), définies par l'OMS en 1993, sont « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. » Les CPS se regroupent en trois catégories :

- **Les compétences cognitives** : connaissance de soi, résolution de problèmes, pensée critique, etc.
- **Les compétences émotionnelles** : connaissance et régulation des émotions, gestion du stress, etc.
- **Les compétences sociales** : communication efficace, comportements altruistes, empathie, etc.

■ LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES AU SERVICE DE L'ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE ET RELATIONNELLE, ET À LA SEXUALITÉ

L'acquisition de compétences psychosociales permet, de manière générale, de promouvoir des relations respectueuses (avec soi, avec les autres) et d'adopter des attitudes favorables à la santé et au bien-être. Plusieurs études récentes¹ montrent aussi l'impact positif du développement des CPS sur le climat scolaire et la réussite scolaire.

en régulant leurs émotions, contribuent au développement des compétences psychosociales et les mobilisent.

Dans le premier degré, plusieurs objectifs d'apprentissage concernent l'identification et la compréhension des émotions, ce qui permet aux élèves de donner du sens à leurs propres ressentis ainsi qu'à ceux de leurs camarades. Progressivement, les élèves vont apprendre à reconnaître les conséquences de leurs actions sur les autres et à développer leur empathie et donc des relations constructives.

Par ailleurs, l'apprentissage de l'expression de son consentement ainsi que du respect de celui des autres, qui constitue une CPS, en promouvant des relations interpersonnelles positives contribue à améliorer le climat scolaire et à lutter contre les différentes formes de violence, et en particulier les violences sexistes et sexuelles.

L'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité vise donc à développer chez les jeunes leur capacité à faire des choix en restant maîtres d'eux-mêmes et attentif à leur santé, ainsi qu'à celle des autres. Dans cette perspective, dans le 2d degré, un des objectifs est de développer la capacité des élèves à prendre des décisions constructives en les encourageant à s'interroger sur les conduites à adopter pour préserver leur santé et celle des autres face à des situations présentant un risque, telles que les conduites addictives ou les rapports sexuels non protégés. **Cet apprentissage de la prise de décisions constructives contribue à ce que les élèves puissent gérer leur sexualité de manière responsable et sûre.**

Repères pour animer des séances d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité ciblant l'acquisition de CPS

Le développement des CPS doit se faire prioritairement en classe, par les enseignants en prenant appui sur une posture et des gestes professionnels adaptés. **Le développement des CPS nécessite un apprentissage explicite, structuré et progressif.** La seule mobilisation des CPS n'est pas suffisante ; elles doivent aussi constituer un véritable **objet d'apprentissage, conscientisé, et formalisé** avec les élèves.

La posture de l'intervenant et les techniques d'animation choisies sont constitutives du développement des compétences psychosociales chez les élèves.

La posture de l'intervenant doit permettre une **approche positive, bienveillante, ouverte et à l'écoute** qui permet d'appréhender chaque jeune dans sa globalité. Il adopte également **une posture soutenante** en renforçant les comportements positifs et constructifs des élèves, en les encourageant et en mettant en avant leurs réussites, leurs compétences et leurs ressources. Au cours de la séance, l'intervenant veille à poser un **cadre sécurisant, avec des règles claires, fait preuve d'empathie, encourage la participation**, accueille et nomme les émotions, favorise l'entraide, prend appui sur les situations du quotidien pour débattre et propose des mises en situation qui

Il n'y a pas de « format » prédéfini pour mener des séances d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité. En fonction de l'âge des élèves, des thèmes abordés, du contexte de l'établissement, diverses modalités d'animation peuvent être

<https://eduscol.education.fr/document/64423/download>



➤ Une fiche spécifique Compétences Psychosociales/EVARS

Le développement des compétences psychosociales dans le cadre de l'éducation à la sexualité

en régulant leurs émotions, contribuent au développement des compétences psychosociales et les mobilisent.

Dans le premier degré, plusieurs objectifs d'apprentissage concernent l'identification et la compréhension des émotions, ce qui permet aux élèves de donner du sens à leurs propres ressentis ainsi qu'à ceux de leurs camarades. Progressivement, les élèves vont apprendre à reconnaître les conséquences de leurs actions sur les autres et à développer leur empathie et donc des relations constructives.

Il n'y a pas de « format » prédéfini pour mener des séances d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité. En fonction de l'âge des élèves, des thèmes abordés, du contexte de l'établissement, diverses modalités d'animation peuvent être imaginées. Néanmoins, une pédagogie participative, fondée sur des échanges, des questionnements, des mises en situations, des jeux de rôles, facilite le développement des compétences psychosociales telles que l'estime de soi et l'aptitude à faire des choix personnels. Ainsi, plutôt qu'un cours magistral, les séances d'éducation à la sexualité encouragent les dialogues et questionnements.

■ LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES AU SERVICE DE L'ÉDUCATION À LA VIE AFFECTIVE ET RELATIONNELLE, ET À LA SEXUALITÉ

L'acquisition de compétences psychosociales permet, de manière générale, de promouvoir des relations respectueuses (avec soi, avec les autres) et d'adopter des attitudes favorables à la santé et au bien-être. Plusieurs études récentes¹ montrent aussi l'impact positif du développement des CPS sur le climat scolaire et la réussite scolaire.

La posture de l'intervenant doit permettre une approche positive, bienveillante, ouverte et à l'écoute qui permet d'appréhender chaque jeune dans sa globalité. Il adopte également une posture soutenante en renforçant les comportements positifs et constructifs des élèves, en les encourageant et en mettant en avant leurs réussites, leurs compétences et leurs ressources. Au cours de la séance, l'intervenant veille à poser un cadre sécurisant, avec des règles claires, fait preuve d'empathie, encourage la participation, accueille et nomme les émotions, favorise l'entraide, prend appui sur les situations du quotidien pour débattre et propose des mises en situation qui

Il n'y a pas de « format » prédéfini pour mener des séances d'éducation à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité. En fonction de l'âge des élèves, des thèmes abordés, du contexte de l'établissement, diverses modalités d'animation peuvent être

<https://eduscol.education.fr/document/64423/download>

Foire aux questions

SOMMAIRE

École maternelle et école élémentaire : éduquer à la vie affective et relationnelle	5
1- Quels sont les objectifs de l'éducation à la vie affective et relationnelle ?.....	5
2- Pourquoi faire de l'éducation à la vie affective et relationnelle à l'école maternelle et élémentaire ?	5
3- Pourquoi faire un programme d'éducation à la vie affective et relationnelle ?	5
4- Les séances sont-elles obligatoires ? Pourquoi parle-t-on d'un programme d'éducation à la sexualité de la maternelle au lycée ?.....	5
5- Dans quel cadre cette éducation est-elle enseignée ?	5
6- Pourquoi parle-t-on d'une « approche globale » ?.....	6
7- Pourquoi parle-t-on d'une « approche positive » ?.....	6
8- Quel est le lien entre l'éducation à la vie affective et relationnelle et les compétences psychosociales ?	6
9- Quels sont les documents de référence que je peux consulter pour comprendre ce qu'est l'éducation à la vie affective et relationnelle ?	6
10- Quelle est la valeur juridique de la circulaire sur la mise en œuvre de l'éducation à la sexualité (éduquer à la vie affective et relationnelle à l'école maternelle et l'école élémentaire ; éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité au collège et au lycée) ?.....	6
■ Le programme et les contenus.....	7
11- Qui a écrit le programme ?	7
12- Des spécialistes de l'enfance ont-ils été consultés sur ce programme ?.....	7
13- L'éducation à la vie affective et relationnelle incite-t-elle aux comportements sexuels ?.....	7
14- Existe-t-il un risque de traumatisme pour les élèves ?	7

<https://eduscol.education.fr/document/64469/download?attachment>

Questions/Réponses

Merci à tous pour votre écoute et
votre investissement dans ce
programme éducatif