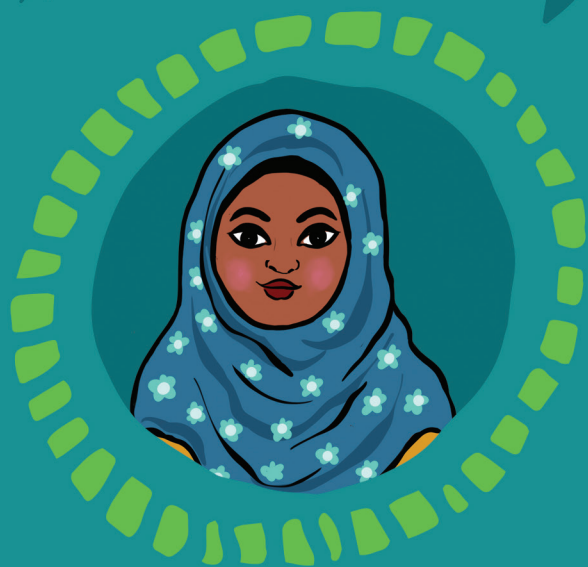


PARTIE 3

Les Modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs

Filles Soleil



Financement fourni par le
gouvernement des
États-Unis



TABLE DES MATIÈRES

Filles Soleil troisième partie

Introduction	4
Animer les sessions	6
Techniques d'animation	8
Adresser la sécurité	10
Préparer les sessions	13
Les tutrices	15
Session 1 – Introduction au Programme Filles Soleil	16
Session 2 – La gestion du stress	21
Session 3 – Mon expérience en tant que tutrice	26
Session 4 – Le développement des adolescentes	31
Session 5 – La discipline positive	39
Session 6 – Le pouvoir à la maison	46
Session 7 – L'environnement familial	51
Session 8 – Explorer notre relation avec les adolescentes	55
Session 9 – L'éducation parentale pour l'égalité	60
Session 10 – La sécurité	66
Session 11 – La violence visant les adolescentes	72
Session 12 – Répondre à la violence contre les adolescentes	79
Session 13 – Notre vision pour la communauté	84
Session 14 – Aller de l'avant (opportunité pour des groupes mixtes)	87
Les tuteurs	91
Session 1 – Introduction au Programme Filles Soleil	92
Session 2 – La gestion du stress	97
Session 3 – Mon expérience en tant que tuteur	103
Session 4 – Le développement des adolescentes	108
Session 5 – La discipline positive	113
Session 6 – Le pouvoir à la maison	120
Session 7 – L'environnement familial	126
Session 8 – Explorer notre relation avec les adolescentes	131
Session 9 – L'éducation parentale pour l'égalité	136
Session 10 – La sécurité	143
Session 11 – La violence visant les adolescentes	149
Session 12 – Répondre à la violence contre les adolescentes	156
Session 13 – Notre vision pour la communauté	161
Session 14 – Aller de l'avant (opportunité pour des groupes mixtes)	165
Annexes	166

Introduction



Qu'est-ce que les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs ?

Les modules Filles Soleil des tuteurs et tutrices spécialement consacrés aux filles ont été conçus pour être mis en œuvre à la fois par les tutrices et tuteurs des adolescentes célibataires. Ils fournissent un soutien complémentaire aux modules Filles Soleil de compétences de vie et constituent un élément essentiel du programme global Filles Soleil.

Les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs :

- Abordent les problèmes plus vastes d'inégalité des genres au sein de la structure familiale, qui ont un impact sur l'expérience de la VBG chez les adolescentes à la maison et à l'extérieur.
- Défie et modifie les normes et attitudes au sein de la structure familiale afin qu'à long terme, les adolescentes soient mieux protégées et traitées de manière plus équitable.
- Abordent la dynamique de pouvoir entre les tutrices et tuteurs et les adolescentes, en reconnaissant et en laissant un espace aux femmes pour partager leur propre expérience des limitations auxquelles elles sont confrontées au sein de la structure familiale, tout en veillant à ce que les besoins des adolescentes restent au centre de l'intervention.
- Sont conçus pour améliorer la compréhension des tutrices et tuteurs des besoins spécifiques des filles et de la manière de leur fournir un environnement favorable au cours de cette période de transition.
- Aborde les attitudes préjudiciables des femmes et des hommes à l'égard des adolescentes, tout en s'appuyant sur les attitudes positives qu'ils peuvent déjà avoir.

Les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs ont été élaborés à partir des retours d'information des :

- Équipes pays IRC
- Conseillers techniques en protection et autonomisation des femmes
- Femmes qui ont déjà participé à des composantes précédentes de programmes destinés aux adolescentes
- Résultats de recherche de l'évaluation d'impact COMPASS réalisée entre 2014 et 2017 au Pakistan, en RDC et en Éthiopie

Le programme a été adapté à partir d'un certain nombre de programmes et de ressources déjà existants qui ont été mis en œuvre par les programmes de protection et d'autonomisation des femmes et de protection des enfants de l'IRC à travers le monde, tels que *Ma sécurité, Mon bien-être ; Créer des opportunités à travers le mentorat, l'implication des parents et les espaces sûrs (COMPASS)* ;¹ *Prévention de la violence à l'égard des femmes et des filles : Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables (EMAP)* ;² *Espaces sûrs de guérison et d'apprentissage (SHLS) : Programme d'enseignement des compétences parentales pour la prise en charge des adolescents* ;³ et *L'Ensemble des outils relatifs à l'engagement des hommes*.

Les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs ne sont pas un programme d'éducation parentale, en ce sens qu'ils ne visent pas à doter les parents et les tutrices/tuteurs de compétences parentales positives. Ils ont plutôt été conçus pour traiter des problèmes plus vastes liés à l'égalité des genres, en particulier en ce qui concerne l'expérience des adolescentes et les causes profondes de la violence à leur égard. Les praticien(ne)s qui cherchent à mettre en œuvre des programmes d'éducation parentale fondés sur des données probantes doivent s'adresser aux acteurs concernés de la protection de l'enfance et/ou explorer les programmes existants, tels que le programme « Les familles font la différence », disponible à l'adresse shls.rescue.org.

Si vous envisagez de mettre en œuvre les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs sur la prévention et la réponse au mariage précoce, le contenu d'introduction décrit ici s'applique toujours et les praticien(ne)s doivent s'y familiariser.

1 L'IRC. 2014-2017. Créer des opportunités grâce au mentorat, à la participation des parents et aux espaces sûrs en RDC, en Éthiopie et au Pakistan. <https://gbvresponders.org/compass/>

2 L'IRC. 2013. Engager les hommes par une pratique responsable - <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

3 L'IRC. 2013. Safe Healing and Learning Spaces Toolkit. <https://www.rescue.org/resource/safe-healing-and-learning-spaces-toolkit>

Les animatrices/animateurs des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs

Les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs devraient être confiés à un ou deux animatrices/animateurs, en fonction des capacités de l'équipe de mise en œuvre. Les sessions pour les tutrices devraient être organisées par des animatrices et les sessions pour les tuteurs par des animatrices/animateurs. Les sessions mixtes devraient inclure un animateur de chaque sexe, en s'assurant que les deux jouent un rôle et ont une voix égale dans l'animation de la session.

Les animatrices/animateurs doivent posséder les compétences et le profil suivants pour mettre en œuvre les sessions :

- Niveau d'alphabétisation moyen à élevé
- Expérience en animation
- Formation sur les concepts de base de la VBG
- Forte compréhension de l'égalité des genres
- Si possible, ils devraient également avoir une expérience de l'animation de discussions et de sensibilisation communautaire sur des thèmes tels que l'égalité des genres, la VBG et d'autres sujets sensibles. **Il est important d'investir dans le renforcement des capacités des animatrices/animateurs sur ces concepts avant qu'elles/ils ne commencent à mettre en œuvre les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs.**

Les mentors/animateurs qui animent les modules Filles Soleil de compétences de vie avec des adolescentes ne doivent pas animer les séances avec les tutrices et tuteurs, car cela pourrait compromettre la relation de confiance qu'elles entretiennent avec les filles.

En cas de pénurie de personnel féminin ou masculin pour la mise en œuvre des modules des tutrices et tuteurs, les équipes pays devraient envisager d'autres options :

- Existe-t-il des ressources disponibles pour recruter du personnel spécifiquement pour cette intervention ?
- Y a-t-il d'autres secteurs ou acteurs travaillant sur des interventions similaires avec lesquels il est possible de s'associer et de former pour mettre en œuvre ces modules ?
- Y a-t-il des volontaires hautement qualifiés qui ont déjà de l'expérience dans des interventions similaires et qui pourraient être formés pour mettre en œuvre les modules ? Existe-t-il d'autres activités que le personnel mène avec des femmes et des hommes qui pourraient être remplacées par les modules des tutrices et tuteurs pour quelques temps ?

Si aucune des options ci-dessus n'est envisageable, les équipes pays doivent réévaluer si elles sont en mesure de mettre en œuvre les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs et se référer aux degrés d'engagement décrits dans le chapitre 4 de la première partie de Filles Soleil pour davantage d'options en matière de participation des tutrices et tuteurs.

Le personnel animateur devrait recevoir un soutien régulier de leurs superviseurs et devrait faire un retour d'informations sur des thèmes ou problèmes clés découlant de leur travail avec les groupes. Ces informations peuvent aider à personnaliser davantage les sessions pour les tuteurs, s'il est sûr et pertinent de le faire, en fonction des problèmes prioritaires identifiés par les groupes de tutrices, faisant ainsi en sorte que les voix des femmes et des filles soient au centre des sessions. Des réunions de coordination régulières entre les animateurs et animatrices et leurs superviseurs pourraient aider à s'assurer que ces informations soient saisies et utilisées de manière sûre et appropriée. Les informations relatives à des femmes ou à des adolescentes ne doivent pas être utilisées pour orienter les sessions, car elles pourraient être source de tension et de préjudice.

Animer les sessions



Les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs comprennent 14 sessions qui ont été conçues pour être utilisées dans le cadre d'un programme global pour apporter un changement significatif. Toutefois, dans des contextes où cela n'est pas possible, des sessions autonomes ou un nombre déterminé de sessions peuvent être utilisées pour aborder un thème ou un sujet particulier avec des tutrices ou tuteurs. Pour plus d'informations sur les degrés d'engagement et sur la manière de choisir l'approche la mieux adaptée au contexte, reportez-vous au chapitre 4 de la première partie de Filles Soleil.

Les sessions devraient se dérouler parallèlement aux modules proposés aux adolescentes. Par exemple, les sessions sur les relations, la puberté et la sécurité devraient être organisées avec les tutrices avant qu'elles ne soient organisées avec les filles, afin de s'assurer qu'elles sont en mesure de fournir un environnement favorable aux filles une fois qu'elles ont été initiées aux nouveaux concepts.

Sur la base des enseignements tirés sur le terrain, les sessions ont été conçues pour être organisées séparément pour les tutrices et les tuteurs, avec la possibilité de réunir les tutrices et tuteurs pour la session finale si les femmes y consentent et croient que cela leur sera bénéfique. Il est crucial que TOUTES les femmes acceptent cela après une discussion sur les risques et les avantages potentiels. Si toutes les tutrices ne sont pas d'accord et ne veulent pas rencontrer les tuteurs, la session finale doit être organisée séparément pour les tutrices et les tuteurs.

Les animatrices/animateurs doivent recevoir toute la formation nécessaire avant les sessions afin de leur permettre de relever certains des défis et la résistance auxquels elles/ils sont susceptibles de faire face, ainsi que pour aider à atténuer le renforcement des normes sociales et de genre traditionnelles qui limitent les adolescentes. La formation devrait inclure les concepts de base relatifs à la VBG et l'égalité des genres. Les animatrices/animateurs devraient également être formé(e)s aux approches clés du travail avec les adolescentes, de manière à pouvoir placer les filles au centre de la conversation avec les tutrices/tuteurs.⁴

Caractéristiques de la session d'apprentissage

-  **Dire :** C'est ce que l'animateur devrait dire à haute voix aux tutrices/tuteurs. Habituellement, l'animatrice/animateur introduit un nouveau sujet, une nouvelle idée, fournit des informations ou partage sa propre expérience.
-  **Expliquer :** Il s'agit d'informations détaillées que l'animatrice/animateur est censée fournir aux tutrices/tuteurs. Ceci s'appuie sur l'instruction « DIRE » pour fournir des exemples et des informations détaillées afin de garantir que le message et les informations sont clairs et que les tutrices/tuteurs comprennent.
-  **Demander :** Ce sont des questions directrices que les animatrices/animateurs poseront aux tutrices/tuteurs pour les pousser à réfléchir au sujet de la session. Après avoir posé une question, laissez toujours aux tutrices/tuteurs le temps de répondre. Il n'est pas nécessaire de poser toutes les questions aux tutrices/tuteurs, par exemple si vous manquez de temps ou s'ils comprennent parfaitement le point soulevé.
-  **Faire :** Ce sont des activités que l'animatrice/animateur dirigera avec les tutrices/tuteurs. Suivez les instructions car elles vous aideront à rester organisés. Les activités peuvent impliquer que les tutrices/tuteurs travaillent en groupe ou participent à des activités qui requièrent le mouvement. Soyez prêt(e)s et faites en sorte que les activités soient interactives et accessibles à toutes/tous les tutrices/tuteurs.
-  **Remarque :** Ce message guide l'animatrice/animateur sur une activité spécifique ou sur la résolution des défis/problèmes courants auxquels elle/il peut être confronté(e) au cours de l'activité.

Structure des sessions

Le contenu de la session est détaillé et écrit pour aider les animatrices/animateurs à naviguer à travers les sessions. Chaque session durera environ deux heures (des estimations de temps approximatifs sont fournies pour chaque

⁴ L'IRC dispose de ressources de formation sur les concepts de base relatifs à la violence basée sur le genre, engager les hommes dans une pratique responsable (EMAP) et le manuel de formation Filles Soleil, qui peuvent être utilisés pour former des animateurs des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs. Alternativement, d'autres acteurs VBG et PE dans la région peuvent avoir des ressources similaires pouvant soutenir cette formation. Veuillez vérifier le lien suivant pour plus d'informations <https://gbvresponders.org/>

section ci-dessous, mais elles peuvent varier), avec des durées estimées pour chaque activité fournie au sein de chaque session.

Les séances comprendront :

1. **Bienvenue et révision (10 minutes)** : Il s'agit d'une occasion de passer en revue les questions soulevées lors de la session précédente ou liées aux nouvelles compétences exercées. C'est également l'occasion de donner un aperçu de la session en cours et de proposer un petit brise-glace ou un stimulant.
2. **Explorons (10 minutes)** : Au cours de cette partie, les animatrices/animateurs présentent les informations de la session en enseignant de nouveaux concepts
3. **Activités (70 minutes)** : Les activités permettent aux tutrices/tuteurs d'exploiter plus en profondeur les informations de la session par le biais de la pratique de leurs compétences ou d'une discussion approfondie. Certaines activités peuvent durer plus de 90 minutes, selon le niveau de motivation de la discussion de groupe.
4. **Vérification de clôture (10 minutes)** : La vérification de clôture est une occasion de voir si les tutrices/tuteurs veulent discuter de certains points, ainsi que de leur donner la possibilité de participer à une activité de création de liens.
5. **À emporter (5 minutes)** : Cette partie encourage les tutrices/tuteurs à mettre en pratique de nouvelles compétences à la maison avec leur famille ou leur communauté, selon le cas.

Prévoyez également du temps pour une pause durant la session (15 minutes). Si possible, il est fortement recommandé que des rafraîchissements soient fournis aux tutrices/tuteurs.

Techniques d'animation⁵



Les animatrices/animateurs des modules Filles Soleil des tutrices et tutrices/tuteurs doivent avoir une expérience d'animation de discussions sur la violence à l'égard des femmes et des filles et sur les normes relatives au genre, et doivent être membres du personnel de l'organisation chargée de la mise en œuvre.

Les choses à retenir

- Évitez de donner des leçons ou de prêcher.
- Reconnaissez qu'un apprentissage important et puissant n'est pas nécessairement facile ni confortable.
- Assurez-vous que les tutrices/tuteurs sont autorisé(e)s à surmonter des émotions difficiles sans que l'animatrice/animateur ne les « sauve » ou ne les rassure excessivement.
- Encouragez les tutrices/tuteurs à partager leurs idées et leurs sentiments.
- Adaptez le contenu et le rythme de la formation à la disponibilité des tutrices/tuteurs.
- En tant qu'animatrice/animateur, réfléchissez continuellement à votre comportement, vos attitudes et vos croyances personnelles (en particulier en ce qui concerne le genre et les attitudes à l'égard de la VBG).

Les choses à faire et à éviter lors de l'animation

À FAIRE

- Respectez les connaissances et l'expérience des tutrices/tuteurs.
- Développez la tolérance et la patience sur le point de vue des tutrices/tuteurs.
- Impliquez tout le monde activement dans la session.
- Présentez chaque thème ou problème clairement.
- Encouragez les gens à poser des questions.
- Planifiez bien vos séances.
- Lisez l'intégralité du programme avant de commencer les sessions.
- Préparez la liste du matériel avant les sessions.
- Accordez aux tutrices/tuteurs une pause de mi-session (15 minutes) ou faites un exercice énergisant.
- Établissez un programme et un calendrier et respectez-les.
- Utilisez des mots, des termes et des exemples familiers.
- Soyez flexibles ; adaptez le timing de façon à répondre aux besoins des tutrices/tuteurs.
- Accrochez toujours des papiers pour tableau de conférence de façon à ce que tout le monde puisse les voir.
- Résumez toujours les points importants soulevés à la fin des sessions.
- Défiez les comportements/commentaires/attitudes individuels préjudiciables aux femmes et aux filles.

À ÉVITER

- Ne planifiez pas tout à la dernière minute.
- N'utilisez pas de mots inconnus que personne ne comprend.
- N'utilisez pas beaucoup de matériel écrit, de papier pour tableau de conférence et de documents de cours si certains des participants sont analphabètes. Ne laissez personne dominer les discussions ou intimider les autres.
- Ne vous laissez pas influencer par vos points de vue personnels, écoutez les autres.
- N'ignorez pas les commentaires préjudiciables au sujet des femmes/filles.
- N'ignorez/ne rejetez aucun(e) tutrice/tuteur.

5 L'IRC Liban (2016) *L'ensemble des outils relatifs à l'engagement des hommes*

- Ne vous fâchez pas, n'insultez ni ne manquez de respect à aucun(e) des tutrices/tuteurs ou des membres de la communauté.
- Ne portez pas d'objets pouvant montrer votre origine politique/religieuse dans des contextes où cela peut être sensible.
- Ne soutenez aucun commentaire ou action préjudiciable, y compris en riant.
- Ne soyez jamais d'accord ou n'acceptez jamais le blâme de la victime.

Adresser la sécurité⁶



Signalement et référencement

Cela dépendra dans une certaine mesure de l'organisation ou de la structure du programme, ainsi que des lois applicables en matière de signalement obligatoire dans le pays de mise en œuvre. Les voies de signalement et de référencement spécifiques doivent être soigneusement conçues pour garantir le respect des principes de l'approche centrée sur la survivante, du consentement éclairé, de la confidentialité et de l'intérêt supérieur de l'enfant. Les animateurs du programme ne doivent pas agir en tant que travailleurs sociaux, car elles/ils ne possèdent peut-être pas une expertise en matière de gestion de cas et leur travail peut être en conflit avec leur rôle d'animatrice/animateur.

Il est important de veiller à ce que les animatrices/animateurs soient formé(e)s pour pouvoir identifier les risques que les adolescentes peuvent rencontrer (en raison, par exemple, de divulgations de violence) et pouvoir juger quels cas doivent être signalés à leur superviseur ou doivent obligatoirement être déclarés.⁷

Tout au long des sessions, les tutrices/tuteurs des groupes de modules pour les femmes et les hommes aborderont, discuteront et exploreront la violence à l'égard des adolescentes et des femmes. Il s'agit d'un sujet extrêmement sensible et il est probable que des problèmes liés à la sécurité se posent, qui peuvent inclure que les tutrices/tuteurs commettent des actes de violence ou signalent des actes de violence commis à leur encontre. Il est important que les animatrices/animateurs et leurs superviseurs se préoccupent de la sécurité à toutes les étapes.

Soyez prêt(e)s

Les animatrices/animateurs doivent être informé(e)s des programmes existants en matière de VBG et des voies de référencement, et savoir comment gérer les divulgations de VBG. Ils devraient recevoir un soutien continu de la part des superviseurs et savoir également comment traiter les divulgations où les tutrices/tuteurs ou les adolescentes peuvent être exposé(e)s à un risque de préjudice imminent.

Les problèmes de sécurité auxquels les femmes sont confrontées : Il est important que les femmes comprennent les services qui leur sont disponibles (gestion de cas de VBG, services de santé, etc.), dans un espace sûr ou par le biais de références. Ces services devraient être expliqués aux femmes tout au long de la mise en œuvre des modules et du matériel de Communication Information Éducation (IEC) et des notes de service fournis là où elles existent. Les animatrices/animateurs peuvent inviter des assistantes sociales ou d'autres prestataires de services de sexe féminin à assister aux séances et informer les femmes des services auxquels elles-mêmes et les adolescentes dont elles ont la charge ont accès. Les femmes peuvent venir aux séances avec leur propre expérience de la violence. Il est important de suivre les directives relatives aux divulgations de groupe décrites ci-dessous et de rappeler aux femmes que la violence qu'elles subissent n'est pas de leur faute et qu'elles ne sont pas à blâmer. Les femmes devraient être encouragées à parler à une travailleuse sociale et les animatrices devraient établir ces liens lorsque les femmes sollicitent ce service.

Problèmes de sécurité auxquels les hommes sont confrontés

Les hommes peuvent également être confrontés à des problèmes de sécurité. Bien que cela puisse ne pas être aussi courant et ne pas toujours être lié à leur genre, il est important que les animateurs connaissent les services accessibles aux hommes et se rendent aux séances équipées de ces informations au cas où un risque pour leur sécurité serait identifié.

Divulgations de groupe de violence subie

Le maintien de la confidentialité et la limite en matière de révélation de la violence de la part des hommes et des femmes est essentiel pour assurer la sécurité des femmes. Si une tutrice partage son expérience de la violence au cours d'une discussion de groupe dirigée, remerciez-la et rappelez immédiatement à toutes les autres participantes la nécessité de préserver la confidentialité de toutes les informations abordées dans le groupe. Offrez à la tutrice qui a

6 L'IRC, Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables (EMAP) <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

7 Pour plus d'informations, reportez-vous aux Directives de prise en charge des enfants ayant subi des violences sexuelles <http://gbvresponders.org/response/caring-child-survivors>

divulgué l'occasion de parler en tête-à-tête à la fin de la session, quand elle pourra recevoir des informations sur les services disponibles et, si elle le souhaite, y être référée. Évitez de discuter longuement d'une expérience individuelle de violence avec l'ensemble du groupe, car d'autres participantes pourraient avoir et partager des attitudes néfastes à l'égard de la victime (comme blâmer la victime). Le cas échéant, rappelez au groupe qu'une survivante n'est jamais responsable de la violence à laquelle elle est confrontée. Assurez-vous de faire un suivi avec la survivante à la fin de la session et d'avoir suffisamment de temps pour l'écouter et lui fournir des informations sur les services disponibles.

Les divulgations ne doivent jamais être discutées avec quiconque dans la communauté, ni même au sein de votre équipe (à l'exception d'un superviseur lorsqu'un support supplémentaire est requis). En tout temps, assurez-vous que la sécurité du survivant est la première priorité. **N'oubliez pas** : toute divulgation de violence doit être prise au sérieux. L'histoire et les préoccupations de la personne doivent être gardées confidentielles et partagées uniquement avec les personnes directement responsables de la fourniture de services aux victimes de VBG, et ce, même après avoir obtenu le consentement pleinement éclairé de la victime elle-même. Même si la femme en discute avec les autres membres du groupe de discussion dirigée, les animatrices doivent adhérer aux règles de confidentialité.

Divulgations de groupe de violence commise

Il est probable que certaines tutrices et certains tuteurs du groupe aient eu recours à la violence contre des adolescentes. Des divulgations de violence faite à l'encontre des femmes peuvent également se produire. Le groupe ne devrait jamais être un forum pour simplement raconter des histoires sur le recours à la violence ou l'abus de pouvoir, car cela pourrait renforcer les normes néfastes et permettre aux auteurs de se sentir justifiés dans leur utilisation de la violence. Au lieu de cela, les discussions sur la violence commise doivent toujours porter sur les conséquences préjudiciables de cette action et sur la manière dont les hommes et les femmes (qui sont susceptibles de commettre des actes de violence contre des adolescentes) peuvent faire des choix plus sûrs et plus sains en ce qui concerne leur propre comportement.

Si la violence commise contre des adolescentes est divulguée, il est important que les animatrices/animateurs fassent participer les tutrices et tuteurs comme suit :

- Rappelez aux tutrices/tuteurs les conséquences néfastes de l'action.
- Guidez le groupe pour discuter de solutions alternatives et de techniques de discipline positive, et demandez aux tutrices et tuteurs si elles/ils peuvent penser à des moyens alternatifs de discipliner les filles sans punition physique.
- Si la violence commise met les filles en danger imminent ou est liée à un abus sexuel ou à d'autres formes de VBG, il est important de signaler immédiatement ce problème à un superviseur. Le superviseur sera en mesure d'aider à déterminer l'intérêt supérieur de l'enfant et à déterminer si les acteurs concernés doivent être signalés.

Mettre le préjudice au défi

Il est très important que les animatrices/animateurs soient prêt(e)s à remettre en question les attitudes néfastes qui seront évoquées au cours des groupes de tutrices et tuteurs. Les animatrices/animateurs entendront des pensées et des idées qui justifient ou excusent la violence contre les adolescentes. Voici des exemples d'attitudes et de croyances préjudiciables : « Si une fille marche seule, c'est de sa faute si elle est violée » ou « Toutes les filles doivent être mariées avant l'âge de 15 ans, sinon aucun mari ne voudra les épouser ». Les animatrices/animateurs doivent avoir suivi une formation sur les concepts de base relatifs à la VBG et bien comprendre l'égalité des genres pour pouvoir mettre en œuvre avec succès les modules et réagir à ces attitudes néfastes. Voir **l'Annexe 2 : Steps to Challenging Harm** pour plus d'informations.

Réponses de résistance communes

Il existe différents types de réponses et de réactions émotionnelles lorsque les personnes ont le sentiment que leurs convictions sont menacées ou remises en question, par exemple lorsqu'on leur demande de penser différemment au genre et à la violence. Celles-ci sont appelées « réponses de résistance communes ». Les animatrices/animateurs doivent se familiariser avec les réponses de résistance communes afin de pouvoir être préparé(e)s à les identifier et à les mettre au défi, tant en eux-mêmes que parmi les tutrices/tuteurs.

Les réponses de résistance communes se produisent lorsque des croyances de longue date sont remises en question ou sont considérées comme menacées. Bien qu'elles puissent être difficiles à aborder, elles sont également positives car elles offrent des opportunités de croissance et d'apprentissage. Les animatrices/animateurs doivent contester de telles réactions et proposer des points de vue différents, conformes aux principes de Filles Soleil. Même si cela peut

être difficile, c'est essentiel pour aider les tutrices/tuteurs à œuvrer en faveur d'un changement positif. Pour ce faire, il est essentiel que les animateurs aident les tuteurs à identifier ces points de vue néfastes et de garantir qu'ils soient discutés.

Les animatrices/animateurs doivent s'attendre à ce que certain(e)s tutrices/tuteurs aient de telles réactions, car elles se fondent sur des préjugés et des mythes courants dans la société. Elles sont basées sur les idées et les croyances-mêmes que l'intervention cherche à remettre en question. Il est donc essentiel qu'elles soient considérées comme des opportunités d'apprentissage et des moments de croissance. Voir **l'Annexe 1** pour une liste des réponses de résistance communes.

Si un(e) tutrice/tuteur défie directement un(e) animatrice/animateur, une solution positive consiste à renvoyer le défi à l'ensemble du groupe sous la forme d'une question. Cela peut mener à une discussion productive. Mais rappelez-vous, il y a une ligne de démarcation entre la création d'un climat amical, acceptant et ouvert pour la discussion et le fait de laisser passer des remarques préjudiciables sans contestation.

Si un(e) tutrice/tuteur exprime un point de vue discriminatoire dans le cadre du processus d'exploration de ses propres idées et préjugés intériorisés, demandez au groupe ce que les autres pensent du point de vue, en expliquant clairement en quoi ce point de vue nuit aux femmes et aux filles. Dans le même temps, affirmez que de nombreuses personnes sont formées à penser de la sorte et que l'intervention offre une occasion de repenser ces idées. Assurez-vous de tenir les tutrices/tuteurs pour responsables de leur point de vue, tout en reconnaissant qu'elles/ils ne sont pas les seul(e)s à partager ce sentiment.

Il est important de ne pas sermonner quelqu'un sur ses opinions et de ne pas lui faire honte pour avoir exprimé ses croyances. Cependant, il y aura des moments où il sera nécessaire de dire à un(e) tutrice/tuteur : « Je pense que cette idée est néfaste pour les filles et/ou les femmes et en tant qu'homme, je ne suis pas d'accord avec elle », ou « Je pense que cela prouve qu'en tant que femmes, on nous apprend à nous blâmer et à se blâmer mutuellement de la violence qui nous est infligée - et je ne pense pas que nous en soyons responsables. » Lorsque des croyances ou des attitudes néfastes sont exprimées, les étapes à suivre pour combattre les préjudices dans **l'Annexe 2** peuvent aider à les résoudre et à créer un moment d'apprentissage où le préjudice est contesté et où la responsabilité est démontrée.

Préparer les sessions



Il est important que les animatrices/animateurs se préparent aux séances à l'avance. Elles/ils doivent anticiper les types de défis auxquels elles/ils peuvent être confronté(e)s ou les questions qui peuvent en découler. Elles/ils devraient réfléchir à la manière dont elles/ils réagiront dans ces situations et demander de l'aide sur des sujets avec lesquels elles/ils ne se sentent pas à l'aise.

Apprenez à connaître les tuteurs

- Pendant la présentation des modules, consacrez du temps à une série d'activités visant à renforcer la confiance ou consacrez plus de temps au cercle d'histoires si les tuteurs ne se sentent pas à l'aise pour discuter du contenu ou si elles/ils se méfient du programme.
- Prenez un rythme avec lequel les tutrices/tuteurs sont à l'aise et faites preuve de souplesse au début.
- Bien que le contenu du programme ait été conçu pour 14 sessions, il peut être utile de planifier 16 sessions afin de fournir plus d'espace pour renforcer la confiance.

Retour d'information

- Il est important de collecter régulièrement et de prendre des mesures en fonction des commentaires des tuteurs, le cas échéant. L'un des moyens de recueillir des commentaires consiste à vérifier auprès des tuteurs à la fin de la session et de leur poser certaines des questions suivantes :
 1. Qu'avez-vous aimé le plus ou le moins aimé de la session ?
 2. Quelles questions auriez-vous aimé poser sans que vous en ayez eu la possibilité ?
 3. Dans quelle mesure cette session a-t-elle été utile ou inutile ?
 4. Avez-vous d'autres commentaires ou suggestions pour améliorer cette session ?
- Consultez **l'Annexe A2 : Assurer l'engagement par le biais des modules Filles Soleil** dans la première partie de Filles Soleil, pour quelques idées qui peuvent être adaptées sur la manière de recueillir des informations.

Matériel

- Rassemblez à l'avance tout le matériel nécessaire pour les sessions des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs.
- Utilisez **l'Annexe 3** à cette fin : *Listes de matériel pour les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs*. Vous devrez peut-être adapter certains documents au contexte ou les remplacer par des alternatives locales plus facilement disponibles ou plus adaptées à l'activité.

À emporter

- La section À emporter de la session offre aux tutrices/tuteurs une possibilité d'effectuer des tâches spécifiques avant la prochaine réunion.
- Il existe un Plan d'Action (**Annexe 6**) qui peut être donné aux tutrices/tuteurs alphabètes pour les aider à documenter leurs actions et à faire part de leurs commentaires lors de la session suivante. Le plan d'action offre aux tutrices/tuteurs la possibilité de suivre leurs actions et leur processus de changement.

Terminologie

- **Fille** : Lorsque le terme « fille » est mentionné tout au long des modules, il s'agit des filles adolescentes des parents et des tutrices/tuteurs, ainsi que de toutes les adolescentes dont ils ont la garde. « Fille » peut être remplacé par un terme plus pertinent selon le groupe.
- **Tutrices et tuteurs** : « Les tutrices et tuteurs » désignent à la fois les parents et les autres tuteurs que les adolescentes peuvent avoir au-delà de leurs parents biologiques. Cela peut être remplacé par un terme plus pertinent en fonction du groupe.

- **Contextualisation** : Un certain nombre de jeux de rôle, d'histoires et de scénarios inclus dans les modules doivent éventuellement être adaptés au contexte local. Cette instruction met ces points en évidence (bien qu'il puisse également y avoir d'autres domaines à contextualiser).

Suivi :

- Un outil d'enregistrement des attitudes et des croyances a été mis au point pour les tutrices et tuteurs. Il peut être mis en œuvre à des moments clés de la mise en œuvre du programme (début, mi-parcours (facultatif) et fin du programme).
- Cela peut être fait en tant que session autonome ou ajouté au début ou à la fin d'une session existante. Les tutrices/tuteurs doivent être informé(e)s à l'avance afin qu'elles/ils sachent qu'il leur faut plus de temps pour cette composante si nécessaire. Il est recommandé d'utiliser cet outil de façon individuelle avec les tutrices/tuteurs, en utilisant un(e) intervieweuse/intervieweur pour enregistrer leurs réponses (en particulier dans les cas où les tutrices/tuteurs ne sont pas alphabétisé(e)s).
- Vous trouverez cela dans le dossier S&E (**Annexes B**) de la première partie de Filles Soleil.

Les modules des tutrices



Crédit photo : Meredith Hutchison

SESSION I

Introduction au programme Filles Soleil

► Objectifs :

1. Construire un environnement de confiance avec les tutrices
2. Présenter les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs aux tutrices
3. Engager une réflexion sur les espoirs et les rêves qu'ont les tutrices pour leurs filles

► Calendrier : Avant le début/ou parallèlement aux modules Filles Soleil de compétences de vie avec les adolescentes

► Matériel : Balle, autocollants, liste des ressources (Annexe A18 de Filles Soleil, Partie 1), des notes post-it, stylos, ruban adhésif, papier pour tableau de conférence, marqueurs

► Durée : 2 heures

I. Bienvenue et révision (15 minutes)

✓ **Faire :** Souhaitez la bienvenue aux tutrices à la première session des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs.

✓ **Faire :** Présentez-vous et votre organisation et remerciez le groupe d'être venu et pour sa volonté de participer.

... **Expliquer :** La raison pour laquelle nous vous avons réunies est la suivante :

- S'appuyer sur notre expérience et nos connaissances collectives pour comprendre comment aider les adolescentes à mieux réaliser leurs espoirs et leurs rêves et comment les garder en sécurité, heureuses et saines.
- Acquérir des informations et des compétences qui nous aideront à renforcer les relations avec nos filles et la famille en général.

✓ **Faire :** Demandez aux tutrices de parler à leur voisine, de se présenter et de partager une chose à propos de leur fille dont elles sont fières. Puis demandez aux tutrices de présenter leur voisine au groupe dans son ensemble. Ce n'est pas grave si elles oublient des choses, leur voisine peut les aider.

✓ **Faire :** Donnez des informations sur l'espace sûr (si vous organisez des activités pour les femmes). Dites-leur que vous êtes disponible pour répondre à leurs questions chaque semaine après la session et que, si les femmes souhaitent parler en privé, elles ne devraient pas hésiter à venir vous voir (ou tout autre membre du personnel qui serait en mesure de leur porter assistance) après la session.

Accords de groupe

✓ **Faites :** Demandez au groupe de suggérer des points d'accords et d'ajouter ce qui suit si elles ne le mentionnent pas :

1. Nous convenons que l'objectif principal de ces sessions est d'apprendre comment nous pouvons soutenir les adolescentes. Bien que certaines des informations que nous entendons et des discussions que nous avons pourraient concerner tous nos enfants, notre priorité ici est de parler de nos adolescentes.
2. Les histoires personnelles partagées dans le groupe ne doivent pas être partagées en dehors du groupe.
3. Nous respectons et écoutons tout le monde.
4. Nous nous soutenons et nous encourageons les unes les autres.

2. Explorons (20 minutes)



Dire : Pour nous aider à atteindre l'objectif consistant à aider les filles à mener une vie saine et heureuse et à réaliser leurs rêves, nous estimons qu'il est crucial de vous impliquer, en tant que décideuses majeures de la vie des filles et qui les aidez à façonner leur vie.

- Expliquez aux tutrices le nombre de séances auxquelles vous aimeriez qu'elles participent. Expliquez qu'il est nécessaire qu'elles s'engagent à participer à autant de sessions que possible. En effet, chaque session abordera un sujet différent et chaque sujet contient des informations importantes dont les tutrices peuvent tirer parti. Si nous voulons aider les filles à mener une vie saine et heureuse et à réaliser leurs rêves, il est important de participer à un maximum de sessions du programme.
- Comprenez leur disponibilité - hebdomadaire, mensuelle, etc. Demandez-leur combien d'heures elles aimeraient se rencontrer pour chaque session.



Remarque : Si vous envisagez d'utiliser un protocole d'entente (PE) avec les tutrices, expliquez-en le but et les éléments qu'il contient. Voyez s'il y a quelque chose qu'elles aimeraient ajouter. Si vous n'avez pas de PE, demandez aux tutrices de faire un engagement verbal, et incluez-le dans les accords de groupe.

- Expliquez que si les tutrices sont intéressées, nous pouvons organiser une session mixte avec des tuteurs à la fin des modules, mais seulement si toutes les femmes sont intéressées et consentantes. La raison pour laquelle les sessions sont séparées est que nos expériences en tant que femmes et hommes sont différentes en termes de tutorat. Nous voulons nous assurer que les sessions sont pertinentes pour votre expérience en tant que femmes.
- Donnez aux tutrices un bref aperçu des sessions que vous comptez couvrir (il n'est pas nécessaire d'expliquer les sessions qui seront couvertes avec les hommes, mais discutez uniquement des sessions que vous comptez effectuer avec les femmes). Écrivez les titres des sessions sur un papier pour tableau de conférence et affichez-les sur le mur.



Faire : Donnez cinq autocollants à chaque tutrice et demandez-leur d'en placer un à côté des sujets qui, selon elles, seront les plus intéressants. Quand elles ont fini, vous pouvez demander pourquoi elles ont choisi ou non des sujets particuliers.



Demander : Souhaitez-vous poser des questions, avez-vous des commentaires ou des suggestions ? Êtes-vous à l'aise avec ce qui est proposé ?



Faire : Amener les tutrices à partager ce qu'elles veulent gagner du programme.



Session 1 – Introduction au Programme Filles
Soleil

Session 2 – La gestion du stress

Session 3 – Mon expérience en tant que tutrice

Session 4 – Le développement des
adolescentes

Session 5 – La discipline positive

Session 6 – Le pouvoir à la maison

Session 7 – L'environnement familial

Session 8 – Explorer notre relation avec les
adolescentes

Session 9 – L'éducation parentale pour l'égalité

Session 10 – La sécurité

Session 11 – La violence visant les adolescentes

Session 12 – Répondre à la violence à l'égard des
adolescentes

Session 13 – Notre vision pour la communauté

Session 14 – Aller de l'avant (opportunité pour des
groupes mixtes)

3. Activités

Activité 1 : Mes espoirs et mes rêves pour ma fille (25 minutes)

- ✓ **Faire :** Imprimez la liste des ressources de **l'Annexe A18** de la Partie 1 de Filles Soleil – en utilisant celles qui correspondent à votre contexte (sélectionnez environ 10 ressources, axées sur les informations relatives à la sécurité, la santé et l'hygiène et les compétences).
- ✓ **Faire :** Sur un papier pour tableau de conférence, indiquez les catégories d'âge (par exemple : 8, 10, 14, 16, 18) ou dessinez des filles, de la plus jeune à la plus âgée. Une par une, lisez les ressources au groupe et demandez-leur de décider à quel âge une fille devrait avoir reçu les informations ou les compétences répertoriées sur la liste. Elles devraient prendre une décision de groupe (ou à la majorité).
- ✓ **Faire :** Une fois terminé, demandez aux tutrices de regarder où sont placées les cartes. Si vous remarquez que les cartes sont répertoriées principalement vers la fin de l'adolescence :
- ? **Demander :** Pourquoi ne pensez-vous pas que les filles devraient recevoir cette information plus tôt ?
- ✓ **Faire :** Si vous remarquez que les cartes sont répertoriées au début de l'adolescence, insistez sur le fait qu'il est important que les filles reçoivent ces informations le plus tôt possible pour assurer leur sécurité et leur bien-être.
- ... **Expliquer :** Si les filles ont accès à ce type d'informations, cela peut les protéger. Elles peuvent apprendre des choses très importantes qui les aideront à prendre des décisions éclairées et à gérer leur sécurité. Le plus tôt elles reçoivent ces informations, le plus elles leur seront utiles. A travers Filles Soleil, les filles vont apprendre (ou sont en train d'apprendre) beaucoup de choses qui leur sont utiles dans leur vie quotidienne. Cela inclut des informations sur la santé, sur la manière de bien communiquer avec leurs tutrices/tuteurs, sur la sécurité et sur la manière de prendre les bonnes décisions concernant leur avenir.
- ? **Demander :** Quelqu'un a-t-il des questions ou avez-vous des inquiétudes concernant l'apprentissage des filles ?
- * **Remarque :** Assurez-vous de répondre aux préoccupations des tutrices. Si leur préoccupation est particulièrement liée à l'information sur la santé sexuelle et reproductive des adolescentes, vous pouvez créer une session supplémentaire ou prolonger la session pour en expliquer le contenu plus en détail. Reportez-vous à **l'Annexe A14 : Présentation des sujets de SSRA aux tutrices de la première partie de Filles Soleil**, pour plus de directives.

Activité 2 : Comprendre le sexe et le genre (20 minutes)

- ... **Expliquer :** Nous sommes ici pour apprendre les uns des autres et pour parler de problèmes liés à nos propres expériences et à celle des adolescentes. Bien que nous ayons peut-être déjà beaucoup d'informations et de connaissances sur ces sujets, nous pouvons également être initiées à de nouvelles informations. Une des choses que nous discuterons au cours de plusieurs sessions est la façon dont nos expériences sont différentes, selon que nous sommes des femmes, des hommes, des filles ou des garçons. Donc, pour que nous comprenions cela plus en détail, je veux vous raconter une histoire :

Contextualisation

- = **Dire :** Sara est mariée à Patrick et est enceinte. Patrick et Sara ont également un bébé d'un an. Sara allaite son fils certains jours.
- ? **Demander :** Patrick peut-il aussi être enceinte et allaiter ? Pourquoi pas ? (Parce qu'il n'a pas les organes pour porter un bébé dans son ventre.)
- = **Dire :** Patrick va au travail tous les jours et rentre à la maison à 19 heures.
- ? **Demander :** Sara peut-elle aussi aller au travail ? (Demandez pourquoi oui ou pourquoi non.)
- = **Dire :** Sara va au travail deux jours par semaine. Quand elle va au travail, un membre de la famille s'occupe du bébé.

 **Demander :** Le membre de la famille est-il un homme ou une femme ? (Les deux peuvent aussi bien s'occuper d'un bébé.)

 **Dire :** Sara prépare le dîner pour la famille. Le riz et les légumes sont leur plat préféré.

 **Demander :** Patrick peut-il aussi cuisiner ? (Demandez pourquoi oui ou pourquoi non.)

 **Dire :** Patrick fait la cuisine, surtout les jours où Sara se rend au travail. Patrick prépare le dîner, car Sara prépare le dîner les autres jours.

 **Dire :** Avec un enfant en bas âge à la maison et deux tuteurs travaillant, les tâches ménagères sont parfois oubliées. Sara aime s'assurer que ces tâches sont achevées le week-end.

 **Demander :** Qui peut s'occuper des tâches ménagères à la maison ?

 **Dire :** Sara et Patrick se sont partagés les tâches ménagères. Ainsi, cela prend moins de temps à faire.

 **Demander :** Avez-vous remarqué qu'il y avait des choses que seule Sara pouvait faire et que Patrick ne pouvait pas faire, et il y avait d'autres choses qu'ils étaient tous les deux capables de faire ? Quelles étaient ces choses ?

 **Expliquer :** Les choses que seuls les hommes et les femmes peuvent faire sont liées à leur sexe, mais les choses qu'ils peuvent faire tous les deux sont liées à leur genre.

- Le « sexe » fait référence au corps physique et aux différences biologiques entre les femmes et les hommes. Chacun de nous est une femme ou un homme parce que nous sommes nés avec des parties et des fonctions du corps féminines ou masculines. Par exemple, les femmes peuvent tomber enceintes et allaiter. Les hommes peuvent se faire pousser la barbe.
- Le « genre » fait référence aux attentes familiales, sociales ou communautaires vis-à-vis des filles et des femmes, des garçons et des hommes. La plupart du temps, cela n'a rien à voir avec le corps féminin ou masculin. Cela fait référence au statut social, aux opportunités et aux restrictions auxquelles font face les filles/femmes et garçons/hommes, ainsi qu'à certaines activités que les filles/femmes et les garçons/hommes sont censés faire dans une communauté.

 **Demander :** Est-ce quelque chose dont vous avez entendu parler auparavant ou s'agit-il de nouvelles idées ? Que pensez-vous de l'information présentée ?

 **Demander :** Pouvez-vous penser à des exemples d'attentes fondées sur le genre d'une personne ?

Activité 3 : Le cercle de nos espoirs et nos rêves (10 minutes)

 **Faire :** Demandez aux tutrices de former un cercle.

 **Dire :** Nous sommes toutes ici parce que nous nous soucions de la sécurité et du bonheur de nos filles. Je vais passer la balle à tous les membres du cercle et chacune dira au groupe ce qu'elle aimerait que sa fille apprenne ou réalise, ou ses espoirs et ses rêves pour elle.

 **Remarque :** Certaines tutrices peuvent également poser des questions sur leurs fils ou leurs jeunes enfants. Expliquez que lorsque nous nous concentrons sur les filles qui participent aux modules Filles Soleil de compétences de vie, nous nous concentrons sur ce que nous voulons pour elles. Reconnaissez que les tutrices ont évidemment de l'espoir et des rêves pour leurs autres enfants, mais pour les besoins de Filles Soleil, nous nous concentrerons uniquement sur les adolescentes.

 **Demander :** Qu'avez-vous ressenti en partageant les espoirs et les rêves que vous avez pour vos filles ?

 **Remarque :** Si certains des espoirs et des rêves mentionnés par les tutrices sont liés aux rôles traditionnels liés au genre, comme par exemple trouver un bon mari, devenir une bonne mère, etc., reconnaissez leur importance pour les tutrices, mais demandez-leur également si elles peuvent penser à des choses qu'elles veulent pour leurs filles et qui ne sont pas fondées sur le genre. (Rappelez-leur la première activité.)



Expliquer : L'adolescence est une période où beaucoup de choses changent dans la vie d'une fille. C'est donc une période très importante. Comme il s'agit d'une période de changement, les filles peuvent avoir peur ou avoir honte de ce qu'elles vivent, mais ce changement est une étape saine et normale de leur développement. Ce qui se passe durant l'adolescence de nos filles va influencer leur vie en tant que femmes adultes et nous savons que nous voulons que nos filles mènent une vie heureuse et saine. Nous comprenons que le fait d'avoir des filles de cet âge peut également représenter un défi pour les tutrices et tuteurs. Nous comprenons aussi que les tutrices et tuteurs affrontent ces défis de manière différente. Nous voulons donc pouvoir nous soutenir mutuellement pour donner à nos filles l'occasion de passer à l'âge adulte de manière saine et sûre. Nous pouvons nous inquiéter davantage pour les filles que pour les garçons, ce qui peut parfois signifier que nous limitons leur mouvement et leurs opportunités à mesure qu'elles mûrissent. Nous voulons explorer davantage cette question et voir comment nous pouvons créer un environnement favorable pour les filles et leur donner la possibilité d'être des membres valorisés de notre communauté.

4. Vérification (10 minutes)

Pour la première vérification de clôture, vous pouvez demander aux tutrices comment elles souhaitent fermer la session de groupe. Peut-être qu'elles aimeraient raconter à tour de rôle une anecdote, une histoire, etc., ou faire des exercices de respiration ou de relaxation, chanter une chanson ou toute autre idée qu'elles ont suggérée. Elles peuvent garder le même format pour le reste des sessions ou proposer de nouvelles suggestions à la fin de chaque session. Elles peuvent nommer quelqu'un pour diriger à chaque fois la vérification de clôture, ou elles peuvent alterner les dirigeantes.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez avec votre fille de ce qu'elle a hâte d'apprendre au cours des sessions de compétences de vie. Quand elle rentre de la session, demandez-lui ce qui l'a rendue heureuse cette semaine et quelle activité elle a appréciée.

SESSION 2

La gestion du stress⁸

► Objectifs :

1. Les tutrices comprennent les différents types de stress et leurs causes.
2. Les tutrices acquièrent des techniques et des compétences pour les aider lorsqu'elles sont stressées.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► Durée : 2 heures

* Note à l'animatrice :

Cette session peut déclencher des réactions ou des divulgations de la part des tutrices. Assurez-vous de leur rappeler les accords de groupe au début de la session, faites une vérification avec elles à la fin et fournissez-leur des informations sur la gestion de cas et les autres services dont elles pourraient bénéficier.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (15 minutes)

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler des stress auxquels nous sommes confrontées en tant que tutrices. Même si notre priorité ici est de comprendre comment nous pouvons mieux assurer la sécurité et le bien-être des adolescentes, il est également important que nous prenions soin de nous-mêmes. Si nous sommes saines et fortes, émotionnellement et physiquement, nous serons plus en mesure de soutenir notre famille. Être saine sur le plan émotionnel signifie trouver des moyens de régler nos problèmes sans causer de tort à nous-mêmes ni aux autres.

 **Demander :** Est-ce que quelqu'un a déjà entendu parler du mot « stress » ? Que pensez-vous qu'il arrive à quelqu'un quand il est stressé ?

 **Expliquer :** Lorsque nous sommes stressées, nous pouvons ressentir de la tension ou de la pression, généralement à cause des défis auxquels nous sommes confrontées. Lorsque nous sommes confrontées à des situations de pression, nos corps se comportent parfois de façon différente à la normale. Les gens peuvent ressentir, penser ou se comporter différemment de ce qu'ils font normalement. Le stress n'est pas toujours mauvais. Il existe trois types de stress : le stress positif, le stress tolérable et le stress toxique. Ces types de stress sont vécus aussi bien par les enfants que par les adultes.

- **Le stress positif** est une partie normale et importante d'être saine. Le stress positif c'est lorsqu'une situation stressante peut mener à un résultat positif ou est considérée comme une opportunité. Des exemples de stress positif peuvent être la planification d'un événement important ou la vaccination des enfants. Lorsque vous rencontrez un stress positif, vous pouvez constater une brève augmentation de votre fréquence cardiaque et une légère augmentation de votre taux d'hormones (brèves bouffées d'énergie).
- **Le stress tolérable** est causé par des difficultés plus graves et plus durables, telles que la perte d'un être cher, une catastrophe naturelle ou une blessure effrayante. Mais nous pouvons faire face au stress tolérable et nous en remettre, avec le soutien et les compétences appropriés.

8 Adapté de l'INEE (1969) *Espaces sûrs de guérison et d'apprentissage : Programme d'enseignement des compétences parentales pour la prise en charge des adolescents. Session 2 des compétences parentales* <http://www.ineesite.org/en/resources/families-make-the-difference-toolkit>

- **Un stress toxique** peut survenir lorsqu'un individu rencontre des difficultés fortes, fréquentes et/ou persistantes – telles que la maltraitance physique ou émotionnelle, l'exposition à la violence et/ou l'accumulation de fardeaux liés à des difficultés économiques.⁹ Ceci peut conduire à des problèmes de santé ou à des sentiments de tristesse, nervosité ou inquiétude constants.

Dire : Peu importe ce que nous ressentons ou le type de stress auquel nous sommes confrontées, il est important de réaliser que composer avec notre stress de manière violente ou agressive envers les autres n'est pas un moyen approprié de gérer nos sentiments. Parfois, nous pouvons penser qu'il est acceptable ou normal de se comporter de cette manière, en particulier envers notre famille. Nous avons peut-être vécu l'agression et la violence dans nos propres familles et pourrions penser que c'est normal, mais les enfants ont le droit de vivre dans un environnement sûr où ils ne subissent pas de violence. Répondre par la violence est un choix et une chose que nous pouvons contrôler.

3. Activités

Activité 1 : Discussion sur la compréhension du stress (30 minutes)

Demander :

- Quelles sont les choses qui nous arrivent ou qui arrivent autour de nous et qui nous causent du stress ?
- Que ressentons-nous lorsque nous sommes stressées ? (Par exemple, tristesse, maladie, agressivité, fatigue/épuisement, colère/haine, dépression, règles irrégulières, irritation de la peau, etc.)
- Quelqu'un voudrait-il partager certaines techniques qu'il utilise pour gérer le stress ? (Par exemple, ne pas dormir ou ne pas manger (ne pas trop dormir, ne pas trop manger), ne pas crier sur les enfants ou ne pas les battre, fixer un horaire clair, devenir obsédées par des choses comme nettoyer, parler à quelqu'un, faire de l'exercice, être impolies avec vos proches.)

Dire : Vous êtes si nombreuses à avoir suggéré de bonnes techniques, mais comme nous le savons, il arrive parfois que des personnes utilisent des méthodes nuisibles pour faire face au stress. Par exemple, certaines personnes crient après les autres ou blessent physiquement d'autres personnes, d'autres modifient leurs habitudes alimentaires, d'autres ignorent les autres ou refusent de parler.

Demander : Pourquoi certaines de ces techniques pourraient-elles être nuisibles ? (Elles peuvent blesser quelqu'un d'autre physiquement ou émotionnellement, elles peuvent vous blesser physiquement ou aggraver encore plus une situation déjà stressante.)

Demander : Exprimons-nous nos frustrations envers des individus spécifiques au sein de la famille (par exemple, des membres féminins ou masculins de la famille) ?

Remarque : Si elles disent qu'elles expriment généralement leurs frustrations envers les membres féminins de la famille, demandez-leur quelles en sont les raisons.

Expliquer : Dans de nombreuses sociétés, les garçons peuvent être encouragés à devenir agressifs et dominants, tandis que les filles sont encouragées à être passives et dociles. Cela peut entraîner plus de violence et d'agression envers les filles et les femmes, surtout si elles ne correspondent pas à ces attentes. Parfois, nous exprimons notre frustration envers les membres de la famille sur lesquels nous avons le pouvoir. Si nous sommes dans une situation où nous sommes incapables de nous exprimer auprès de notre mari ou d'autres membres masculins de la famille, ou si leur stress est dirigé contre nous, nous pouvons exprimer notre stress et notre frustration envers d'autres membres féminins de la famille ou de jeunes enfants.

Demander : Est-ce que cela vous semble familier ?

Demander : Comment pensez-vous que notre stress affecte nos enfants ?

Expliquer : Le stress d'une tutrice affecte toute la famille. Lorsque vous vous sentez calme, il est plus probable que vos enfants, votre conjoint et les personnes avec lesquelles vous vivez se sentiront également calmes. Lorsque vous vous sentez stressée, il est plus probable que votre famille se sente tendue. Les enfants peuvent sentir quand leurs tuteurs sont stressés. Ils écoutent également ce que les tuteurs disent lorsqu'ils discutent des problèmes d'adultes, ce qui crée du stress et de l'insécurité pour les enfants.

9 L'Université de Harvard, Centre de développement de l'enfant, *Stress toxique*. <http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/toxic-stress>

L'expression du stress, de la colère et de la frustration envers les enfants a un impact significatif sur eux.

Exprimer nos sentiments est sain, important et tout à fait normal. Cependant, nous devons réfléchir à la manière dont nous exprimons ces sentiments et aux cas où cette expression causerait un préjudice à notre famille. Parfois, nous pouvons utiliser des techniques pour gérer notre stress (comme crier et frapper) qui peuvent être nuisibles pour ceux qui nous entourent et pour nous-mêmes. Il est important de trouver des moyens sains d'exprimer et de gérer ces sentiments sans qu'ils ne nuisent à personne. Il est important de se rappeler que réagir de manière violente ou agressive est un choix que vous contrôlez. C'est pourquoi il est important de choisir différentes manières d'exprimer votre stress sans violence ni agression.

Activité 2 : Les stratégies de gestion de stress (35 minutes)

 **Dire :** Maintenant que nous avons compris ce qu'est le stress et en quoi cela peut nous affecter et toucher les membres de notre famille, en particulier ceux vers lesquels nous risquons de diriger nos frustrations, réfléchissons à ce que nous pouvons faire pour gérer cela. Vous avez déjà mentionné de nombreuses techniques et nous allons maintenant en examiner quelques-unes qui pourraient être nouvelles pour vous.

 **Dire :** Pratiquons quelques compétences !

Techniques de relaxation pour faire face au stress

 **Dire :** Les recherches montrent que détendre notre corps et notre esprit est un moyen efficace de réduire les sentiments négatifs, tels que la tristesse et la colère. C'est aussi un moyen de réduire les inquiétudes et le stress en général.

 **Dire :** Une façon de détendre notre corps est de respirer très profondément et lentement. Il nous faut inspirer par le nez, puis expirer par la bouche. Lorsque nous inspirons, nous voulons que notre estomac sorte. C'est un type de respiration différent, donc ça va vous sembler étrange au début. Essayons ensemble (si les tutrices se sentent à l'aise) :

- Fermez les yeux et posez votre main sur votre ventre.
- Respirez très lentement et essayez d'insuffler l'air jusqu'à votre estomac afin que votre ventre ressorte.
- Maintenant expirez TRÈS lentement par la bouche. Sentez votre estomac redescendre.
- Pendant que vous expirez, essayez également de détendre tous les muscles de votre corps.
- Il peut vous être utile de compter lentement jusqu'à trois pendant que vous inspirez, puis de nouveau pendant que vous expirez.
- Répétez cette opération cinq fois. (Donnez-leur le temps. Attendez que tout le monde ait fini.)
- Maintenant, ouvrez les yeux. Comment vous sentez-vous ? (Obtenez leurs commentaires.)
- Si vous ne pratiquez cette technique que quelques minutes chaque jour, vous devriez déjà vous sentir plus détendues. Vous pouvez vous arrêter et faire cet exercice pendant quelques minutes lorsque vous vous sentez stressées afin de calmer vos corps et vos esprits.
- Vous voudrez peut-être même pratiquer cela avec vos enfants !

Avoir des pensées positives : discours interne positif¹⁰

 **Expliquer :** Parfois, les gens nous disent des choses ou quelque chose se passe qui nous rend fâchées, tristes, nerveuses ou inquiètes. Nous pouvons nous sentir désespérées ou dépréciées et nous pouvons commencer à avoir des pensées négatives sur nous-mêmes, ce qui peut nous faire nous sentir encore plus mal. Ce type de pensées négatives peut vraiment avoir un impact sur nos sentiments et sur ceux des autres. Parfois, les gens expriment cette pensée négative aux personnes qui les entourent de manière préjudiciable, par exemple, par la violence ou l'agression. Cela peut avoir des effets néfastes à long terme sur leur famille et sur eux-mêmes.

 **Demander :**

- Une participante a-t-elle des exemples de schémas de pensées négatives qu'elle ou d'autres personnes ont suivi et qu'elles aimeraient partager ?

- Comment avez-vous (ou ont-elles) géré cela ?

 **Expliquer :** Répondre à nos filles (ou nos fils) par la violence et la colère parce que nous sommes stressées ou que nous avons des pensées négatives est un choix que nous faisons. Parfois, les personnes disent qu'elles ne peuvent pas se contrôler ou qu'elles ont agi parce qu'elles ne pensaient pas calmement, mais nous sommes en mesure de contrôler nos actions et nous pouvons choisir d'autres moyens d'exprimer nos sentiments sans nuire à autrui.

 **Faire :** Partagez les étapes suivantes avec les tutrices (utilisez des images si possible) :

Acceptez vos pensées.

- Pour éviter de céder passivement à la pensée négative, apprenez à identifier vos pensées à mesure qu'elles vous viennent à l'esprit. Dites-les à voix haute ou écrivez-les. Le but ici n'est pas d'essayer de les éliminer, mais simplement de les voir pour ce qu'elles sont : de simples pensées. Pour ce faire, imaginez vos pensées sous la forme de gros titres dans un journal ou imaginez que vous vous appelez par téléphone pour relayer chaque pensée, ou créez un autre dispositif mental pour faire ressortir vos pensées négatives.

 **Faire :** Donnez aux participantes quelques instants pour identifier certaines pensées négatives qu'elles peuvent avoir individuellement.

Défiez vos pensées.

- Lorsque vous identifiez une pensée négative qui vous vient souvent, contestez-la. Mettez au défi l'exactitude de vos pensées. Par exemple, lorsque des pensées telles que « Je suis inutile » vous viennent à l'esprit, opposez-les à des pensées plus réalistes telles que « Mes enfants ont besoin de moi » ou « Mes amies me valorisent ». Chaque fois que vous contestez une pensée négative (« Tout ce que je fais est faux ») avec des faits (« J'ai aidé ma fille aujourd'hui » ou « Mon voisin m'a remerciée pour mes bons conseils »), vos pensées négatives perdent un peu plus de leur pouvoir.

 **Faire :** Donnez aux participantes quelques instants pour essayer ceci individuellement.

Interrompez vos pensées.

- Encore une fois, utilisez votre imagination pour créer un dispositif vous permettant de mettre fin à vos pensées négatives dès que vous les avez reconnues. Certaines personnes visualisent un feu ou un panneau d'arrêt, ou imaginent entendre une sonnerie ou une alarme.

 **Faire :** Demandez aux participantes de décider quel sera leur dispositif d'interruption.

Éloignez-vous de vos pensées.

- Parfois, la meilleure approche consiste à changer de sujet ou à créer une diversion ou une distraction. Promenez-vous, parlez à une amie ou attaquez-vous à une corvée. Tout ce qui vous procure un soulagement, même temporaire, permettra à votre cerveau de briser le cycle de la pensée négative.

 **Demander :** Pensez-vous que cette technique est réaliste ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

 **Faire :** Lisez le scénario suivant au groupe et demandez-leur de discuter en binôme de la manière dont Maria pourrait réagir de meilleure façon.

Maria rentre à la maison après une longue journée au marché et commence à préparer le dîner pour la famille et à compléter le reste des tâches ménagères. Elle est épuisée et elle n'a pas gagné autant d'argent au marché qu'elle s'y attendait. Elle se sent inutile et désespérée. Une des filles de Maria court dans la cuisine. Elle est très fâchée et veut dire quelque chose à Maria. Mais cette dernière, qui a beaucoup de choses à finir, crie après sa fille et lui dit « de sortir ! »

 **Expliquer :** Avoir des pensées positives peut avoir un impact positif sur notre propre bien-être et notre état d'esprit. Cela peut aider à créer un environnement heureux et sain. Cela peut aussi vous aider à gérer votre propre stress. Toute personne a le droit de vivre dans un environnement sûr et exempt d'agression et de violence, et chaque enfant a le droit de grandir à l'abri du mal et devrait se sentir aimé et protégé. Mais parfois, nous vivons des situations très difficiles et une pensée positive peut être difficile à avoir. Il est important

d'identifier votre réseau de soutien et les personnes qui peuvent vous aider en ces temps difficiles. Des travailleuses/assistantes sociales sont disponibles si les femmes veulent discuter plus en détail.

- ✓ **Faire :** Amenez les tutrices à prendre quelques minutes pour réfléchir à ce qu'elles font de bien en tant que tutrices. Faites-leur parler de ce qu'elles aiment chez elles - par exemple, elles sont intelligentes, attentionnées, travailleuses, etc.

Prenez le temps de prendre soin de vous.

- ☞ **Dire :** Nous devons prendre soin de nous-mêmes (manger sainement, sourire et rire, faire du sport/des activités physiques). Si nous sommes heureuses, avons de l'énergie et prenons soin de nous, nos enfants en ressentiront également les avantages. En prenant soin de nous-mêmes, nos enfants apprendront également à prendre soin d'eux-mêmes.

- ✓ **Faire :**
 - Réfléchissez avec l'ensemble du groupe sur l'impact que des stratégies d'adaptation néfastes peuvent avoir sur la famille (par exemple, réagir au stress par la violence et l'agression).
 - Réfléchissez aux mécanismes d'adaptation positifs qu'elles peuvent utiliser, sans violence ni agressivité, et indiquez également où elles peuvent aller pour obtenir de l'aide si elles en ont besoin : amies, espace sûr, centre communautaire, centre de santé, etc.

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Si quelqu'un a été nommé, voyez si elle aimerait choisir une autre personne pour diriger la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Pratiquez l'une des compétences acquises aujourd'hui (relaxation, discours interne positive ou soins personnels) et partagez avec le groupe, lors de la session suivante, les effets de cette technique sur votre niveau de stress ou le traitement réservé aux membres de votre famille (en particulier les adolescentes).

SESSION 3

Mon expérience en tant que tutrice

► Objectifs :

1. Les tutrices réfléchissent à leur expérience de tutorat et à la manière dont celle-ci a été façonnée par des facteurs internes et externes.
2. Les tutrices ont l'occasion de réfléchir aux aspirations et aux rêves qu'elles ont pour les adolescentes.

► **Matériel :** Papier, crayons de couleur, papier pour tableau de conférence, marqueurs, notes post-it, 1 grande boîte, cacahuètes

► **Durée :** 2 heures

* **Note à l'animatrice :**

Cette session peut être sensible et évoquer certaines expériences passées pour les femmes. N'oubliez pas de leur rappeler les accords de groupe et vérifiez si elles souhaitent avoir des accords de groupe supplémentaires pour cette session.

Préparez des informations sur les services auxquels les femmes peuvent avoir accès si elles ont besoin d'un soutien supplémentaire.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler davantage de nos propres expériences en tant que tutrices et de la façon dont elles peuvent être différentes de celles des hommes.

2. Explorons (20 minutes)

 **Demander :** Quelqu'un peut-il penser en quoi notre expérience d'élever et de prendre soin des enfants et d'assumer les responsabilités domestiques est différente de celle des hommes ? Par exemple, y a-t-il certaines tâches dont les femmes sont responsables et d'autres dont les hommes sont responsables ?

 **Expliquer :** Au sein de la famille, les femmes, les filles, les garçons et les hommes peuvent avoir des responsabilités différentes. Quelques exemples de situations sont énumérés ci-dessous.

Contextualisation (Ceci devrait être basé sur la structure familiale des tutrices avec lesquelles vous travaillez.)

- a. Il y a un tuteur primaire, tandis que l'autre tuteur se rend au travail ;
- b. Les deux tuteurs travaillent et partagent les responsabilités en matière de tutorat ;
- c. Un tuteur doit assumer ses responsabilités de tuteur en plus de gagner un revenu, tandis que l'autre tuteur est simplement responsable de gagner un revenu ;
- d. Un seul tuteur est présent et les enfants (en particulier les adolescentes) devraient assumer des responsabilités supplémentaires.

 **Demander :**

- Est-ce que l'une de ces situations vous semble familière ? Laquelle ?
- Existe-t-il des situations avec lesquelles vous n'êtes pas d'accord ou dans lesquelles les responsabilités pourraient être différemment partagées ?

 **Remarque :** Si les tutrices ne mentionnent pas les réponses c ou d, approfondissez votre question.

 **Demander :**

- Si les deux tuteurs travaillent, selon vous, qui devrait être responsable de la prestation de soins ? Est-ce différent de qui en est vraiment responsable dans des situations réelles ? Pourquoi ?
- S'il n'y a qu'un seul tuteur présent et que les enfants doivent assumer des responsabilités supplémentaires, comment cela devrait-il être décidé ? Les filles doivent-elles assumer plus de responsabilités que les garçons ?

 **Remarque :** Les femmes peuvent dire que ce n'est pas à un homme d'aider à assumer les responsabilités du ménage, qu'elles ne pensent pas qu'ils feraient un bon travail ou qu'elles ne veulent pas de leur aide. Les animatrices devraient chercher à savoir pourquoi les femmes ressentent cela et si, dans certaines situations, il pourrait être utile que les hommes les aident dans ces tâches.

 **Expliquer :** Parfois, la société peut imposer des attentes ou des limites différentes aux rôles que jouent les femmes, les filles, les garçons et les hommes à la maison et à l'extérieur. Celles-ci agissent comme un ensemble de règles.

- Ces règles imposent des limites à une personne et à la manière dont elle peut se comporter, agir ou ce qu'elle peut réaliser. Par exemple, il peut ne pas être considéré comme « normal » pour un homme de cuisiner pour la famille pendant que la femme se rend au travail.
- Mais lorsque la situation est difficile, les femmes et les hommes peuvent voir leur rôle évoluer. Par exemple, une femme peut avoir besoin d'être le principal fournisseur de la famille dans des situations où cela était considéré traditionnellement comme un rôle masculin. Mais si les responsabilités des femmes peuvent augmenter, elles ne sont parfois pas soutenues dans les responsabilités qu'elles avaient déjà.
- Si certaines femmes peuvent être en mesure de négocier les responsabilités avec leur partenaire, d'autres ne le peuvent pas car elles ont un pouvoir de décision limité dans le foyer.
- En raison de l'expérience des femmes dans cette situation, il est possible que les mêmes attentes soient ensuite transférées aux adolescentes, ou que les filles assument des charges supplémentaires que leur mère a héritées.

 **Demander :**

- Est-ce que cela semble familier à quelqu'un ?
- Quelqu'un a-t-il de l'expérience pour gérer cette situation ?

3. Activités

Activité 1 : Agir comme une femme, agir comme un homme¹¹ (40 minutes)

 **Dire :** Nous allons mener une activité qui nous aidera à comprendre plus en détail les attentes de la société vis-à-vis des femmes et des hommes et comment cela peut nous influencer en tant que tutrices.

 **Demander :** Qui peut nous rappeler la différence entre le sexe et le genre (dont nous avons discuté lors de la première session) ?

 **Expliquer :** Le sexe se réfère au corps physique et aux différences biologiques entre les femmes et les hommes. Le genre fait référence au statut social, aux opportunités et aux restrictions auxquelles font face les filles, les femmes, les garçons et les hommes. Comme nous l'avons déjà mentionné, on peut considérer que les hommes sont responsables de la maison et gagnent un revenu, tandis que les femmes sont considérées comme les principales dispensatrices de soins. Les garçons peuvent être considérés comme plus actifs et vocaux, tandis que les filles peuvent être considérées comme calmes et obéissantes. Mais nous savons que certaines filles ne sont pas calmes alors que certains garçons le sont. Certaines femmes sont les cheffes de famille comme certains hommes s'occupent aussi des enfants. Mais ces attentes peuvent affecter la vie quotidienne des femmes, des filles, des garçons et des hommes, ainsi que les relations entre eux. Ils peuvent également affecter négativement l'environnement familial.

**Faire :**

- Placez une grande boîte avec l'image d'une femme dessus, de façon visible pour tout le groupe. Demandez aux participantes de s'asseoir autour de la boîte. Placez un tas de cacahuètes à côté de la boîte.
- Dites aux femmes que vous voulez savoir ce qu'elles ont appris dans leur communauté sur le fait d'être une femme et une fille. Chacune des cacahuètes symbolise ces attentes. Ainsi, quand elles veulent partager leurs opinions, elles doivent prendre une cacahuète, expliquer ce qu'elle signifie et la placer dans la boîte.



Remarque : En tant qu'animatrice, vous devez également noter les attentes sur un post-it et les placer dans la boîte contenant les cacahuètes.



Faire : Pour aider les participantes à réfléchir plus concrètement à leurs idées, utilisez les questions suivantes :

- Avec quels jouets les petites filles jouent-elles ?
- Qu'est-ce que les femmes et les filles sont censées porter ?
- Comment les femmes sont-elles censées agir dans les relations/le mariage ?
- Quels types de tâches les femmes et les filles font-elles à la maison ?
- Quels types de tâches les femmes et les filles font-elles dans la communauté ?



Faire : Une fois que tout le monde a eu l'occasion de placer une idée dans la boîte, passez en revue certaines idées.



Demander : Comment avez-vous appris à faire ces choses ? Qui vous les a enseignées lorsque vous étiez plus jeune ?



Expliquer : Ce sont les attentes de la société sur ce que devraient être les femmes et les filles, comment elles devraient agir, comment elles devraient se sentir et ce qu'elles devraient dire. Ces attentes nous sont enseignées dès notre naissance par différentes personnes et à travers différentes expériences.



Faire : Animez une discussion autour des questions ci-dessous.



Demander : Les idées sur ce que signifie être une femme et qui sont énumérées dans cette boîte sont-elles utiles ou nuisibles aux femmes et aux filles ?



Remarque : Soulignez le fait que les femmes et les filles peuvent apprécier ou être fières de certaines des caractéristiques/actions présentes dans la boîte (cuisine, prestation de soins, etc.) et être limitées et lésées par d'autres (être soumise, passive, etc.).



Demander : Qu'advient-il des femmes et des filles qui sortent de la boîte ? (Par exemple, elles peuvent être violées, battues, marginalisées de la communauté.)



Demander : Que disent les gens à leur sujet ?



Remarque : Utilisez les exemples générés par le groupe pour illustrer le sens de cela. (Par exemple, les femmes qui ont des relations sexuelles avec plus d'un homme, les femmes qui occupent des postes de direction, etc. Écrivez les réponses sur des post-it et collez-les en dehors de la boîte.)



Demander :

- Comment cela fait-il sentir les femmes et les filles ?
- Qu'est-ce que les femmes et les filles font pour essayer de ne pas être surnommées ainsi ou d'être blessées physiquement ?
- Qu'est-ce que les idées à l'intérieur et à l'extérieur de la boîte enseignent aux gens sur ce que signifie d'être une femme ?
- Est-ce seulement les hommes qui pensent de cette façon ? Les femmes sont-elles également conditionnées à penser de la sorte de leurs pairs ?
- Quelles attitudes avons-nous envers les filles en particulier ? Que pensons-nous à leur égard et comment les traitons-nous ?

-  **Remarque :** Expliquez aux femmes que parfois, parce que nous avons grandi avec ces règles, nous nous attendons également à ce que nos filles se voient imposer les mêmes règles et les mêmes limites.
-  **Dire :** En tant que femmes, nous pouvons donner à nos filles les moyens de réaliser leur plein potentiel en les aidant à atteindre leurs objectifs.
-  **Expliquer :** On nous apprend à penser qu'il y a une bonne et une mauvaise façon d'être une femme ou une fille. Les familles et les communautés apprennent aux femmes à penser à elles-mêmes de cette manière. Ces messages commencent le jour de notre naissance et se poursuivent tout au long de notre vie. Ces idées contrôlent et restreignent la vie des femmes et des filles - elles établissent des règles que les femmes et les filles doivent suivre, et le fait de ne pas suivre ces règles peut avoir des conséquences dangereuses.
-  **Demander :** Quels sont les avantages et les inconvénients de rester dans la boîte ?
-  **Remarque :** Les conséquences pour les femmes de sortir de la boîte sont généralement beaucoup plus graves que pour les hommes, mais les hommes sont également affectés négativement par les rôles de genre.

Activité 2 : Vision pour le futur (20 minutes)

-  **Dire :** Nous avons donc discuté de la façon dont certaines des règles imposées aux femmes, aux filles, aux garçons et aux hommes peuvent être nuisibles, tout en comprenant que nous pouvons valoriser certaines de ces règles. Maintenant, je veux que vous réfléchissiez à votre propre expérience en grandissant. Quand vous étiez adolescentes, d'un âge similaire à celui de vos filles, quelles étaient les choses ou qui étaient les personnes qui vous ont influencé ?
-  **Faire :** Donnez du papier et des crayons de couleur aux tutrices et expliquez-leur qu'elles vont se dessiner elles-mêmes lorsqu'elles étaient de jeunes filles.
-  **Remarque :** Cette activité peut déclencher des réactions. Ne forcez pas les tutrices à dessiner si elles ne le souhaitent pas. Demandez-leur de penser à une façon de participer à l'activité tout en étant à l'aise, par exemple en fermant les yeux et en imaginant, en écrivant une histoire, etc.
-  **Dire :** Lorsque vous dessinez votre image, je souhaite que vous réfléchissiez aux points suivants :
 - Quels étaient vos rêves et vos aspirations à cet âge ?
 - Quelles sont les personnes qui ont pris des décisions dans votre vie à cet âge ?
 - Y avait-il quelqu'un pour vous encourager à suivre vos rêves ou qui vous a aidé à atteindre vos objectifs ?
 - Avez-vous rencontré des difficultés ou des obstacles de la part des décideuses/décideurs ?
 - Quel a été le résultat ? Avez-vous réussi à atteindre les objectifs que vous vous étiez fixés ?
-  **Faire :** Une fois qu'elles ont fini demandez si une ou deux volontaires voudraient partager leurs dessins avec le groupe.
-  **Dire :** Maintenant, je veux que vous preniez quelques minutes pour penser à vos propres filles. Savez-vous quels sont leurs objectifs et leurs aspirations ? Pensez-vous qu'elles sont susceptibles de rencontrer des obstacles pour les atteindre ? Qui ou quels sont ces obstacles ?
-  **Remarque :** Donnez-leur quelques minutes pour y réfléchir.
-  **Demander :** Que pouvons-nous faire pour les soutenir ? (Reconnaissez que certaines choses peuvent être hors de notre contrôle.) Les tutrices peuvent en discuter en binômes si elles le préfèrent.
-  **Remarque :** Des exemples peuvent inclure : prendre le temps d'écouter les filles, les encourager à sortir des sentiers battus, ne pas les ridiculiser si elles s'intéressent à quelque chose qui est traditionnellement perçu comme un rôle de garçon, etc.
-  **Faire :** Inscrivez les réponses sur un papier pour tableau de conférence.

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la session suivante.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez avec votre/vos fille(s) de vos espoirs pour elle(s) et demandez-lui/leur quels sont ses/leurs espoirs. Racontez ensuite à votre/vos fille(s) une histoire sur ce que vous avez vécu en grandissant et ce qui était important pour vous à cet âge.

SESSION 4

Le développement des adolescentes¹²

► Objectifs :

1. Les tutrices obtiennent des informations sur les changements physiques et émotionnels que subissent les filles pendant leur adolescence.
2. Elles apprendront comment favoriser le bien-être physique et émotionnel des filles pendant cette période.

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, marqueurs, kits de dignité (le cas échéant), matériel de démonstration de l'hygiène menstruelle (serviettes hygiéniques, chiffons réutilisables, etc.), fiche-ressource sur la santé et l'hygiène et schéma des organes internes, le cycle menstruel, l'hygiène menstruelle, et les affiches sur la gestion menstruelle des modules Filles Soleil de compétences de vie.

► **Durée :** 2 heures

► **Calendrier :** Avant le début du module santé et hygiène des modules Filles Soleil de compétences de vie

* Note à l'animatrice :

- Les animatrices peuvent rencontrer une certaine résistance à donner des informations aux filles sur la SSRA. Il est important que les animatrices se réfèrent à l'annexe A14 de la première partie de Filles Soleil concernant l'introduction de sujets de SSRA aux tutrices.
- Comme il s'agit d'un sujet sensible, il est important de rappeler aux tutrices les accords de groupe et de leur demander si elles souhaitent mettre en place des accords supplémentaires spécifiquement pour cette session.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

? **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

= **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler des changements sociaux, physiques et émotionnels que les filles subissent à l'adolescence. Durant cette période, elles deviennent également capables de procréer - c'est ce que nous appelons la puberté.¹³ Certaines d'entre vous ont peut-être des filles adolescentes plus âgées qui ont peut-être déjà subi de nombreux changements physiques, tandis que d'autres peuvent avoir des adolescentes plus jeunes qui n'ont peut-être pas encore subi beaucoup de changements. Cette session nous donnera l'occasion d'apprendre de nouvelles informations et compétences qui nous aideront à soutenir les filles à différents stades de l'adolescence.

2. Explorons (10 minutes)

? **Demander :**

- Est-ce que l'une d'entre vous se souvient de ce que c'était que de traverser la puberté ?
- Comment vous sentiez-vous ? Aviez-vous un réseau de soutien ?
- À qui vous adressiez-vous pour obtenir des conseils et du soutien ?

12 Adapté de l'IRC, *Programme d'enseignement des compétences parentales pour la prise en charge des adolescents SHLS* - <http://shls.rescue.org/shls-toolkit/parenting-skills/>

13 La puberté est un processus de changement hormonal et physique à travers lequel une fille ou un garçon devient capable de procréer et peut durer de un à trois ans. Cela se produit pendant la période de l'adolescence, où les filles et les garçons traversent une période de croissance sociale et affective qui dure de 10 à 19 ans.

... **Expliquer :** Cette étape de la vie peut être à la fois excitante et effrayante. Les adolescentes sont en train de devenir des adultes. C'est une période de grands changements, d'opportunités et de nouveaux apprentissages pour les filles et leurs tutrices/tuteurs. Elles auront beaucoup de questions et se demanderont si leurs expériences sont « normales ». Il est important que les tutrices préparent les jeunes filles peu à peu de façon à ce qu'elles comprennent la puberté et se sentent à l'aise avec les changements de leur corps. Les tutrices peuvent être une source de soutien et de force lorsque les filles traversent cette étape de la vie. Parler de vos expériences aux filles peut les aider à se préparer aux changements qui se produisent pendant la puberté. Cela leur permet également de savoir que vous êtes là pour les soutenir.

= **Dire :** Ne pas connaître les changements qu'elles traversent, en particulier en ce qui concerne la menstruation, peut rendre les filles confuses, effrayées et bouleversées.

* **Remarque :** Pour celles qui ont des filles plus âgées qui ont déjà leurs règles, demandez-leur de partager comment elles ont soutenu leurs filles et ce qu'elles peuvent toujours continuer à faire pour les soutenir.

? **Demander :**

- Quelles sont les raisons qui pourraient empêcher les tutrices d'aborder la puberté avec les filles ?
- Que pouvons-nous faire pour faciliter la discussion ? (Préparez les tutrices avec des informations factuelles, demandez à du personnel qualifié ou à des mentors de fournir des informations, lancez des discussions sur des sujets plus simples tels que les changements émotionnels, puis passez à des informations potentiellement plus sensibles.)

3. Activités

Activité 1 : Les changements que vivent les filles (15 minutes)

? **Demander :** Est-ce que l'une d'entre vous a remarqué un changement de comportement de sa fille depuis qu'elle a atteint l'adolescence (10-19 ans) ? Par exemple, un jour, elle est peut-être très contente et sociable et le lendemain, elle voudra peut-être passer du temps toute seule.

... **Expliquer :** En grandissant, les adolescentes deviennent plus conscientes d'elles-mêmes et plus introspectives que des enfants plus jeunes. Elles commencent alors à être capables de penser de manière plus critique et d'analyser les choses. Les adolescentes peuvent devenir très concentrées sur elles-mêmes et sur leurs nouvelles capacités. En effet, leur cerveau et leur corps se développent et évoluent rapidement.

✓ **Faire :** Demandez aux participantes de se diviser en binômes et de discuter des changements de comportement qu'elles pensent que les filles subissent pendant la puberté (en déterminant s'il s'agit de changements qu'elles éprouvent au début ou à la fin de l'adolescence).

✓ **Faire :** Une fois qu'elles ont terminé, notez ce qui suit sur un papier pour tableau de conférence :

Début de l'adolescence (10-14)

- Amélioration de la capacité à utiliser la parole pour s'exprimer ;
- Plus susceptibles d'exprimer des sentiments par des actions que par des mots ;
- Les amitiés proches gagnent en importance ;
- Moins d'attention portée aux tuteurs, avec parfois de la grossièreté ;
- Tendance à retourner à un comportement enfantin.

Adolescence tardive (15-19)

- Plaintes selon lesquelles les tuteurs interfèrent avec leur indépendance ;
- Extrêmement soucieuses de leur apparence et de leur propre corps (parce qu'il change) ;
- Accent mis sur le nouveau groupe de pairs ;
- Capacité à réfléchir aux idées ;
- Capacité à exprimer des idées avec des mots ;
- Plus grande stabilité émotionnelle ;

- Capacité de prendre des décisions de manière indépendante ;
- Plus grand souci des autres.

Dire : Il est fréquent que les filles affichent des comportements nouveaux ou perçus comme pouvant poser problème. Les tutrices et tuteurs peuvent ne pas être d'accord avec ou aimer la manière dont les filles se comportent. Il est important de se rappeler que l'adolescence est une période critique entre l'enfance et l'âge adulte et que cela peut être une période complexe et difficile pour les filles mais aussi pour les tutrices et tuteurs. Il est important d'essayer de comprendre les changements auxquels les filles sont confrontées, tout en identifiant les moyens par lesquels nous pouvons gérer leur comportement.

Remarque : Si vous pouvez le faire en toute sécurité dans votre contexte, il est important de donner les informations suivantes. Sinon, réfléchissez aux moyens par lesquels les informations suivantes pourraient être présentées.

Dire : À l'adolescence, les filles et les garçons commencent à s'intéresser aux relations intimes. C'est quelque chose de très commun qui arrive à cet âge.

Demander : Est-ce quelque chose que vous avez remarqué quand vous grandissiez aussi ? Est-ce quelque chose que vous vous sentez à l'aise d'aborder avec les filles ?

Expliquer : Parler aux filles de relations sexuelles ou de relations peut être assez difficile et quelque chose que nous n'avons pas l'habitude de faire. Elles peuvent être gênées de discuter de ces choses avec nous et nous pouvons également être gênées de donner des informations ou écouter des filles qui souhaitent partager des informations avec nous sur ces sujets. Mais il est important que nous essayions d'être ouvertes avec les filles afin qu'elles aient le sentiment d'avoir quelqu'un vers qui se tourner si elles rencontrent des difficultés dans leurs relations.

Demander : Que pourrait-il se passer si les filles ne se sentent pas à l'aise pour parler de ces problèmes à leurs tutrices ? *(Elles peuvent se tourner vers d'autres personnes qui leur donnent des informations incorrectes ou un mauvais conseil, elles peuvent se sentir isolées et seules quand elles ont un problème et ne pas savoir vers qui se tourner, ce qui pourrait causer plus de tort.)*

Demander : Comment pouvons-nous nous assurer que les filles sont en sécurité et soutenues dans une relation qu'elles pourraient engager à ce moment-ci, en particulier lorsqu'il s'agit d'une nouvelle relation et qu'elles n'ont peut-être pas beaucoup d'informations à ce sujet ? *(Communiquez ouvertement et ayez une approche dénuée de jugement, normalisez le sujet pour qu'il ne soit pas tabou, prenez le temps de consulter les filles pour savoir ce qui les tracasse.)*

Activité 2 : Menstruation (35 minutes)

Demander :

- Aviez-vous des informations sur la menstruation avant vos premières règles ?
- Qui vous a parlé de la menstruation et vous a aidé à la gérer ?

Dire : La menstruation peut vous paraître simple aujourd'hui, mais vous vous rappelez quand c'était encore un phénomène nouveau et inconnu ? Beaucoup de filles n'ont pas accès à l'information sur la puberté et la menstruation. Parfois, les personnes à qui elles s'adressent (par exemple, des amies) peuvent ne pas avoir les bonnes informations et dire des choses fausses sur les règles. Ceci s'appelle des mythes.

Dire :

- Nous allons maintenant jouer à un jeu sur certains mythes classiques fondés autour des règles que vous pouvez réfuter auprès des filles. Je vais lire quelques déclarations sur les règles.
- Veuillez vous lever si vous pensez que la déclaration est vraie. Restez assises si vous pensez que cette déclaration est un mythe.

Remarque : Une autre activité si les tutrices ne se sentent pas à l'aise de se lever ou de s'asseoir est la suivante : demandez aux tutrices de se déplacer à gauche de la pièce si la déclaration est vraie et à droite s'il s'agit d'un mythe. Collez un signe en croix « x » à gauche de la pièce et une coche « > » à droite de la pièce pour que les tutrices puissent se rappeler les instructions car les déclarations sont lues une à une.

 Faire :

- Lisez les énoncés ci-dessous un à un ou invitez les tutrices à exprimer leurs propres croyances sur la menstruation.
- Attendez que les tutrices se lèvent ou s'assoient.
- Consultez les réponses de certaines des tutrices sur les raisons pour lesquelles elles ont pris cette position, puis expliquez la bonne réponse après chaque déclaration.
- Permettez une discussion après chaque déclaration si nécessaire :

Contextualisation (À mettre à jour avec les mythes localement pertinents.)

1. Le saignement pendant les règles correspond à l'écoulement de « sang mauvais et sale » du corps. (*Faux*)
2. Prendre son bain devrait être évité pendant la menstruation. (*Faux*)
3. Lorsqu'elles ont leurs règles, les filles peuvent poursuivre leurs activités quotidiennes comme d'habitude. (*Vrai*)
4. La menstruation rend la grossesse possible. (*Vrai*)
5. Une fois qu'une fille commence à avoir ses règles, elle devrait se marier. (*Faux*)
6. L'exercice physique entraîne la perte de plus de sang menstruel. (*Faux*)

 **Remarque :** Certaines tutrices pourraient ne pas se rendre compte que certains de ces mythes sont en réalité de simples mythes. Elles peuvent avoir besoin d'informations supplémentaires. Reportez-vous à la fiche-ressource du module Santé et hygiène des modules Filles Soleil de compétences de vie.

 **Faire :** En vous appuyant sur l'affiche Organes internes et cycle menstruel, expliquez ce qui suit aux tutrices :

 Expliquer :

- La menstruation correspond à l'excrétion normale et saine du sang et des tissus de l'utérus qui sortent du corps par le vagin. Le sang et les tissus versés ne sont pas sales, mais constituent un processus normal et sain pour les femmes et les filles.
- Montrez l'affiche sur les organes internes et insistez sur les différents organes : chaque mois (ou tous les 21 à 35 jours), l'un des œufs quitte l'un des ovaires et traverse la trompe de Fallope. Lorsque l'ovule quitte l'ovaire, on parle d'ovulation.
- En même temps, des changements dans les hormones de notre corps (produits chimiques naturels fabriqués par notre corps) préparent l'utérus (la partie où les bébés grandissent dans notre corps) pour la grossesse. Une douce doublure spongieuse se forme dans l'utérus.
- Si un ovule et le sperme d'un homme se rencontrent pour former un bébé, la doublure fournira la nutrition. Si un ovule n'est pas fécondé par le sperme d'un homme (lors d'un rapport sexuel), la muqueuse utérine commencera à se détacher, l'œuf et la muqueuse passeront à travers l'utérus hors du corps.
- Le sang qui sort de la muqueuse brisée sort par le vagin. Ce saignement constitue les règles et ce cycle entier s'appelle la menstruation.
- La menstruation pose souvent des problèmes à la plupart des femmes et des filles. Certains de ces défis incluent : comment elles peuvent interagir avec la communauté, rester propres et endurer certains des effets secondaires de la menstruation.
- Il y a beaucoup de façons pour que vous et les adolescentes gériez le cycle mensuel de manière hygiénique, digne et solidaire.
- Le fait qu'une fille ait ses règles ne signifie pas qu'elle est prête à se marier. Son corps n'est pas encore complètement développé et une grossesse avant qu'elle ne devienne adulte pourrait lui être nocive, ainsi qu'au bébé. En outre, elle n'est pas prête émotionnellement à assumer les responsabilités du mariage et des enfants avant d'être adulte.

 Demander :

- Comment votre communauté perçoit-elle la menstruation ?
- Les filles et les femmes doivent-elles rester à la maison pendant leurs règles ? Comment le gèrent-elles ?
- Quels problèmes ou défis rencontrent les femmes et les filles lorsqu'elles ont leurs règles ?

**Expliquer :**

- Stigmatisation publique ou même privée. Les femmes et les filles qui ont leurs règles peuvent être marginalisées dans leurs communautés. Si une communauté a des opinions négatives sur la menstruation, certaines femmes et filles peuvent avoir honte ou sentir qu'elles ne peuvent pas quitter la maison. Elles peuvent être empêchées de cuisiner, de toucher d'autres personnes ou du bétail. Cela peut avoir un impact significatif sur le sentiment de soi et le bien-être d'une femme ou d'une fille et peut les isoler davantage de la communauté.



Demander : Est-ce quelque chose que nous pouvons ou voulons changer ?



Remarque : Les femmes peuvent être opposées à cette idée et dire que cela fait partie de la culture. Si tel est le cas, posez la question suivante pour inciter les femmes à réfléchir à ce qu'elles peuvent faire dans les circonstances actuelles pour s'aider mutuellement.



Demander : Que pouvons-nous faire pour soutenir les adolescentes et les autres face à de tels défis ?



Expliquer : Les femmes et les filles peuvent avoir honte de quelque chose qui fait naturellement partie de leur identité féminine. La menstruation est un signe que nous sommes en bonne santé. Ce n'est pas une maladie. Il est important que nous expliquions cela aux filles et essayions de les soutenir durant cette période, ainsi que de nous soutenir les unes les autres.



Demander : Maintenant que nous savons qu'il est possible de tomber enceinte une fois que nous avons nos règles, comment les tutrices peuvent-elles expliquer le risque de grossesse aux filles ?



Remarque : Pour les endroits où cette question peut rencontrer une certaine résistance, vous pouvez demander aux tutrices : « Qui explique le risque de grossesse et ce que sont les relations sexuelles aux filles lorsqu'elles sont mariées/se marient ? »



Faire : Amenez les tutrices à s'exercer deux à deux sur comment elles expliqueraient le risque de grossesse et les relations sexuelles aux filles, et demandez à quelques volontaires de partager leurs réponses avec le groupe.



Demander : Connaissons-nous des méthodes de contraception pouvant être utilisées pour prévenir les grossesses ?



Remarque : Pour les endroits où cette question peut rencontrer une certaine résistance, vous pouvez demander aux tutrices : « Connaissons-nous des méthodes de contraception pouvant être utilisées pour prévenir les grossesses ? Qu'avez-vous entendu à leur sujet ? »



Expliquer : Une personne qui a l'intention d'avoir des relations sexuelles mais ne veut pas de grossesse peut utiliser une méthode contraceptive. (Reportez-vous aux fiches-ressources de la Partie 2 de Filles Soleil sur les méthodes de contraception. Pages 148-152).

La plupart des méthodes contraceptives sont destinées aux femmes et aux filles. Seules quelques méthodes sont utilisées par les hommes. Il existe de nombreuses méthodes parmi lesquelles choisir, et toutes sont sûres et efficaces. L'utilisation de contraceptifs permet à de nombreuses personnes de profiter de leur intimité sans avoir à s'inquiéter d'une grossesse non désirée. Les préservatifs masculins et féminins en particulier permettent aux personnes de profiter de relations sexuelles sans se soucier des infections transmissibles sexuellement.¹⁴ Aucune méthode contraceptive n'est parfaite et chaque méthode a ses propres caractéristiques. Certaines méthodes varient dans leur efficacité à prévenir la grossesse. Certaines méthodes ont des effets secondaires, et certaines nécessitent une visite dans une clinique.

Il existe des méthodes discrètes (telles que les injectables ou les DIU) qui peuvent être utilisées discrètement et qui nécessiteraient moins de visites à la clinique. Les femmes et les filles essaient souvent différentes méthodes pour déterminer laquelle leur convient le mieux. Un fournisseur de soins de santé peut offrir plus d'informations sur les avantages, les inconvénients, l'efficacité et les effets secondaires de différentes méthodes.



Demander : Comment pouvons-nous expliquer cette information aux filles ?

14 Les infections sexuellement transmissibles (IST) sont transmises d'une personne à une autre lors de relations sexuelles ou génitales non protégées. Le VIH / sida et la chlamydia sont quelques exemples d'ITS

- ✓ **Faire :** Amenez les tutrices à s'exercer deux à deux sur comment elles expliqueraient cette information et demandez à quelques volontaires de partager leurs réponses avec le groupe.
- = **Dire :** Réfléchissez à un moyen pour les filles de vous faire savoir quand elles ont besoin de parler de quelque chose en privé, que ce soit en rapport avec leurs règles ou autre chose. Certains moyens peuvent inclure :
 - Un mot code
 - Une demande de promenade
 - Un moment spécial de la journée où vous lui parlez en tête-à-tête

Activité 3 : Gérer la menstruation (20 minutes)

- = **Dire :** Bien que nous sachions que la menstruation est une partie normale et saine de la condition féminine, nous devons tout de même prendre soin de nous pour rester propres et gérer tout malaise que nous ressentons.
- ? **Demander :** Quelles sont les choses que les filles ou les femmes vivent quand elles ont leurs règles ? (Par exemple, fatigue, crampes, ne pas avoir de symptômes, isolement, ne pas avoir les moyens adéquats pour rester propre, etc.)
- ... **Expliquer :** Certaines femmes et filles peuvent rencontrer les problèmes suivants :
 - **Douleur abdominale allant de légère à sévère.** La chute de la paroi utérine, qui est la source des saignements mensuels, en est la cause. Pour soulager la douleur, vous pouvez utiliser une bouteille d'eau chaude ou un chiffon chaud et le placer sur l'abdomen. Les exercices légers et les antidouleurs peuvent également aider.
 - **Changements émotionnels.** Certaines femmes et filles se sentent plus irritables pendant la menstruation. Cependant, cela n'est pas universel. Les femmes et les filles réagissent différemment.
 - **Ne pas avoir les produits sanitaires appropriés pour garder ses vêtements propres.** Beaucoup de filles n'ont pas accès à des serviettes hygiéniques qui empêchent le sang de salir leurs vêtements. C'est souvent la raison principale pour laquelle les filles ne quittent pas la maison, manquent l'école, pendant cette période du mois. Cela n'a pas besoin d'arriver. Il existe des serviettes hygiéniques, des chiffons lavables et d'autres moyens de protéger leurs vêtements.
- = **Dire :** Les femmes et les filles n'ont pas besoin de rester à la maison pendant la menstruation à moins de se sentir si mal que cela perturbe leurs activités quotidiennes. Il existe des outils pour aider les femmes et les filles à rester propres et heureuses lorsqu'elles ont leurs règles.
- ? **Demander :** Quels produits et pratiques féminins les femmes et les filles peuvent-elles utiliser pour gérer leurs règles ? Fonctionnent-ils bien ?
- * **Remarque :** Vous pouvez apporter du matériel à la session, si disponible, et faire une démonstration sur la préparation de produits hygiéniques à partir de matériaux disponibles localement.
- ✓ **Faire :** Montrez aux femmes les affiches sur l'hygiène menstruelle et la gestion de la menstruation des modules Filles Soleil de compétences de vie.
- ... **Expliquer :** Il existe différents matériels que les femmes et les filles peuvent utiliser pendant leurs règles. Il est important de veiller à ce que les adolescentes et les femmes aient accès à ces documents pendant leurs règles. Pour les filles en particulier, cela peut avoir un impact important sur leur assiduité, leur confiance en elles et leur estime de soi. Les filles peuvent se retirer et être isolées si elles ne reçoivent pas le soutien voulu en cette période critique.
 - **Des morceaux de tissu propres :** Ils sont coupés pour s'adapter à la zone de la culotte en cousant plusieurs couches de tissu de coton les unes sur les autres. Celles-ci doivent être propres. Le chiffon utilisé doit être lavé séparément avec de l'eau et du savon, puis séché au soleil.
 - **Serviettes hygiéniques :** Elles sont conçues pour s'ajuster à la zone de la culotte près du corps. Elles ont des bandes de ruban adhésif qui les maintiennent attachées à la culotte. Les serviettes sont jetables et ne doivent être utilisées qu'une seule fois. Elles doivent être jetées dans une latrine à fosse, enterrées ou brûlées après utilisation. Elles ne doivent pas être laissées dans la poubelle ni jetées dans la cuvette des toilettes.

- **Pendant les règles, il est important de rester propre et en bonne santé.** Une gestion non hygiénique peut entraîner des infections de l'appareil reproducteur et des voies urinaires. Voici certaines choses que vous pouvez faire :
 1. Lavez-vous avec du savon et de l'eau au moins une fois par jour.
 2. Lavez vos sous-vêtements au savon et à l'eau pour éviter les taches.
 3. Changez régulièrement la serviette ou le chiffon pour éviter de salir les vêtements et les mauvaises odeurs.
 4. Lavez-vous les mains après avoir changé de serviette hygiénique ou de chiffon.

 **Remarque :** Observez ce que tout le monde ressent. Quelqu'un semble-t-il particulièrement mal à l'aise avec le sujet ? Est-ce que quelqu'un a parlé ou est parti ? S'il semble y avoir un inconfort important, lancez une discussion à ce sujet. Essayez d'encourager la discussion sur les raisons pour lesquelles elles se sentent mal à l'aise et voyez comment elles veulent procéder.

 **Demander :**

- Est-ce que certaines de ces informations étaient nouvelles pour vous ?
- Comment pouvons-nous aider les filles à traverser ces changements ?

 **Expliquer :**

- Préparez-vous à l'avance à la menstruation en vous assurant que les filles ont accès aux produits menstruels.
- Aidez-les à savoir comment prendre soin de leur corps et à rester propres pendant la menstruation.
- Soyez proches d'elles afin qu'elles se sentent à l'aise de vous parler de tout ce qui les préoccupe.
- Faites-leur savoir que ce qu'elles vivent est normal et qu'il ne faut pas s'inquiéter.
- Permettez-leur de continuer à profiter de leur enfance – le simple fait d'avoir leurs règles ne signifie pas pour autant qu'elles sont des adultes pleinement développées. Elles doivent encore subir de nombreux changements avant d'être pleinement développées et mûres.
- Les filles ne sont pas prêtes à se marier parce qu'elles ont commencé à avoir leurs règles. Elles grandissent et se développent et cela continue bien au-delà de leur adolescence.

 **Demander :**

- Voudriez-vous plus d'informations sur certains points pour vous aider à fournir à votre tour ces informations aux filles ?
- Pendant les modules Filles Soleil de compétences de vie, nous aimerions leur montrer certaines des affiches et leur fournir des informations sur la menstruation. Quelqu'un a-t-il des préoccupations à ce sujet ?

 **Remarque :** Si les femmes ont des inquiétudes, expliquez-leur l'importance de l'information et demandez-leur de réfléchir aux moyens à travers lesquels les filles pourraient recevoir cette information et avec lesquels les femmes se sentent confortables.

 **Dire :** Il est préférable que les filles parlent avec un membre sûr de la famille, plutôt que d'obtenir de fausses informations auprès de leurs pairs ou d'autres adultes. Nous pouvons vous mettre en contact avec les prestataires de santé de vos communautés si vous avez d'autres questions ou si votre fille a des problèmes de santé récurrents. Je suis disponible après la session pour parler davantage si vous avez des questions ou des préoccupations.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (10 minutes)

Si possible, fournissez aux mères des kits de dignité comprenant des produits hygiéniques, des sous-vêtements et du savon pour les mains. Elles peuvent les partager avec leurs filles et leur expliquer ce qu'elles ont appris lors de la session d'aujourd'hui.



Dites : Parler de ces choses peut être effrayant et embarrassant pour vos filles/membres de la famille de sexe féminin, en particulier au début de la puberté. Avant la prochaine session, montrez à votre fille le contenu du kit de dignité et expliquez-lui comment s'en servir pour rester en bonne santé et heureuse pendant la menstruation.

SESSION 5

Discipline positive¹⁵

► Objectifs :

1. Les tutrices comprennent l'importance de donner aux filles une voix égale à celle des garçons dans le foyer.
2. Les tutrices apprennent de nouvelles stratégies et techniques pour soutenir les pratiques de discipline positives.

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, marqueurs, bâtons/cailloux, 2 seaux

► **Durée :** 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)



Demander : Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (10 minutes)



Demander :

- À la maison, quelles sont les règles ou les attentes concernant la manière dont les enfants sont censés se comporter ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples).
- Existe-t-il des différences dans les règles et les attentes envers les filles et les garçons ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)

3. Activités

Activité 1 : Quand et comment disciplinons-nous les filles ? (20 minutes)



Dire : L'adolescence peut être une période difficile et de nombreuses tutrices expriment leur difficulté à gérer les comportements des adolescentes et adolescents. Les méthodes disciplinaires qui auraient pu être efficaces quand ils étaient plus jeunes peuvent ne pas être aussi efficaces au fur et à mesure de leur croissance et leur développement.



Faire : Répartissez les participantes en groupes et demandez-leur de discuter des points suivants :

- Comment le comportement des filles et des garçons a-t-il changé au fil du temps ?
- Vos stratégies de discipline ont-elles changé avec l'âge ?

Après quelques minutes, demandez-leur de partager certaines de leurs idées avec le groupe.



Faire : Mettez-vous debout dans un cercle avec deux seaux. (Si vous n'avez pas de seau, vous pouvez attribuer deux places au sol). Choisissez-en un pour les « garçons » et l'autre pour les « filles ». Distribuez des pierres/bâtons aux participantes. Dites-leur que vous allez poser des questions et qu'elles doivent mettre un bâton dans le seau « fille » ou dans le seau « garçon », selon leur réponse.

**Demander :**

- Quelles sont les raisons qui nous pousseraient à discipliner les garçons ? (*Par exemple, s'ils ne font pas ce qu'on leur dit, s'ils ont des problèmes à l'école, etc.*)
- Quelles sont les raisons qui nous pousseraient à discipliner les filles ? (*Si elles désobéissent à leurs tuteurs, si elles ne font pas leurs tâches ménagères, etc.*)



Faire : Quand elles auront fini, voyez quel seau contient le plus de bâtons ou de cailloux.



Demander : Quelles sont les similitudes ou les différences que vous remarquez dans la façon dont nous disciplinons les filles et les garçons ?



Demander : Pensez-vous qu'on attend la même chose des filles et des garçons quant à la manière dont elles/ils doivent se comporter et quand elles/ils doivent être discipliné(e)s ?



Expliquer : Parfois, les tuteurs ne reconnaissent pas que le comportement de leurs filles fait partie du développement normal de l'adolescence. Parfois, les tuteurs peuvent réagir avec frustration ou colère et frapper leur enfant. Parfois, nous pouvons tenir compte de certains types de comportement venant des garçons, car on s'attend à ce qu'ils soient agressifs, dominants ou difficiles. Cependant, nous pouvons être plus stricts avec les filles qui affichent ce type de comportement, car nous nous attendons à ce qu'elles rentrent dans leur catégorie de genre. Nous pouvons également devenir plus strictes avec les filles une fois qu'elles atteignent l'adolescence, car nous les percevons comme des femmes et avons certaines attentes quant à la manière dont elles devraient se comporter. Mais ce sont toujours des filles, en croissance et en développement, tout comme les garçons.



Demander : Quelles sont les méthodes que nous utilisons pour discipliner les garçons et les filles ?



Remarque : Soulignez les pratiques positives mentionnées par les tuteurs.



Faire : Si les tuteurs mentionnent « frapper » comme méthode de discipline :



Demander : Pensez-vous que les punitions physiques telles que frapper peuvent avoir un effet négatif ou néfaste sur les enfants, y compris les adolescent(e)s ? Comment ?

**Expliquer :**

- Les punitions physiques peuvent avoir un effet sur le développement de leur cerveau et leur causer de la douleur et des blessures.
- Frapper/punir physiquement enseigne aux enfants qu'il est acceptable de frapper quand ils sont en colère.
- Plutôt que d'enseigner aux enfants et aux adolescent(e)s comment changer leur comportement, les frapper les fait craindre leurs tuteurs/tuteurs et leur apprend simplement à éviter de se faire prendre.
- Pour les enfants qui veulent attirer l'attention par leurs actions, les frapper leur donne l'attention qu'ils recherchent et peut les encourager à agir encore plus.
- Frapper renforce la conviction que l'utilisation de la force physique est justifiée et qu'ils pourraient finir par être violents envers les autres (en particulier les plus jeunes frères et sœurs) ou accepter la violence comme faisant partie de leur vie (surtout à l'âge adulte).



Demander : Pensez-vous que vous pourriez répondre différemment si, avant de réagir vis-à-vis de vos enfants, vous deviez vous arrêter et réfléchir à la manière dont la violence peut avoir un impact négatif durable sur leur développement ?



Demander : À votre avis, quelles techniques seraient préférables pour discipliner de manière positive les adolescentes (et les garçons) ?



Remarque : Tout au long de la session, rappelez aux tuteurs la discussion de la première session et leurs « espoirs et rêves pour leurs filles », en rappelant qu'il est important de modifier les pratiques qui ne permettent pas aux adolescentes de développer des compétences de pensée critique et des comportements responsables et respectueux.

Activité 2 : Techniques de discipline positive (50 minutes)

 **Dire :** Nous avons discuté de quelques idées sur la façon de discipliner les filles (et les garçons) en utilisant des méthodes non violentes. Donnons plus de détails et réfléchissons aux techniques qui peuvent être utiles, en particulier pour les adolescentes.

Encouragement et éloge

 **Demander :** Que comprenez-vous du mot « éloge » ?

 **Dire :** L'éloge c'est dire à votre enfant que vous aimez quelque chose qu'elle fait. L'éloge efficace est spécifique et rappelle à votre fille ce qu'elle a bien fait ou ce que vous appréciez chez elle, avec un ton de voix et des expressions positives.

 **Demander :** Quels sont les exemples auxquels vous pensez ?

 **Faire :** Une fois que les tutrices ont répondu, partagez les réponses suivantes, si nécessaire :

- Bien joué !
- Tu es tellement intelligente !
- Tu es courageuse/audacieuse/créative !
- Tu es gentille et attentionnée !
- Merci pour ton aide !
- Je crois en toi !
- Tu peux le faire !
- Je serai toujours là pour toi, quoi qu'il arrive !
- Tu es spéciale !
- Je t'apprécie beaucoup !

 **Dire :** Je veux que vous réfléchissiez seule pendant une minute et que vous pensiez à combien de fois vous encouragez ou faites l'éloge de vos filles.

 **Demander :** Pourquoi devrions-nous faire l'éloge des adolescentes ?

 **Expliquer :**

- L'éloge montre l'amour et l'affection.
- Cela aide vos filles à se sentir bien dans leur peau. Lorsque vous faites l'éloge de vos filles, elles apprennent que vous les valorisez en tant que personne et que vous appréciez leurs actions responsables et respectueuses. Ceci est important pour les filles, qui dans leur ensemble peuvent être sous-estimées par la société. Les éloges peuvent avoir un impact important sur leur confiance en soi et les encourager à réussir à l'école et dans leur avenir.
- L'éloge aide les cerveaux d'adolescent(e)s à établir des relations sociales et émotionnelles saines ! Elles/ils font souvent face à de nombreuses critiques tout au long de la journée pour tout ce qu'elles/ils ont mal fait. Encourager et faire l'éloge des bonnes choses est très puissant !
- Comme nous en avons discuté lors de la dernière activité, nous nous attendons parfois à ce que les filles se comportent de manière à rester dans leur catégorie de genre. Nous devrions penser à encourager les filles tout le temps, mais surtout quand elles défient les attentes en matière de genre, avec leurs amies ou à l'école. Par exemple, si elles parlent en classe ou à la maison, ou si elles pratiquent un sport, nous devrions les encourager au lieu de les punir. Cet encouragement aidera les filles à accroître leur confiance en elles et leur permettra de croire en elles-mêmes et en l'avenir qu'elles souhaitent.

Parler ensemble en tant que famille

 **Demander :** Quand passez-vous du temps ensemble, en famille ? (Par exemple, l'heure du dîner, après les offices religieux, etc.)

 **Demander :** Est-ce que ce serait un bon moment pour parler en famille (ou avant/après) ?



Expliquer :

- Passer du temps en famille et discuter ensemble peuvent être utiles car cela peut renforcer le sentiment d'appartenance de chaque membre de la famille. Cela peut être particulièrement utile en temps de crise. Cela peut également donner aux filles, aux femmes, aux garçons et aux hommes la possibilité d'exprimer leurs points de vue, leurs frustrations et leurs préoccupations de manière positive.
- Cela peut aider à établir des relations positives et à promouvoir l'égalité entre les membres de la famille.
- Il est important que les adolescentes et les filles plus jeunes aient la même voix que leurs frères et puissent participer aux discussions de famille. Leurs idées et suggestions doivent être considérées comme tout aussi importantes que celles des garçons.
- Cela peut être une bonne occasion de commencer à faire en sorte que les filles et les garçons aient un pouvoir décisionnel égal dans les affaires qui les concernent et dans d'autres situations liées à la famille.



Demander :

- Que pensez-vous de la suggestion de passer du temps ensemble et de parler en famille ?
- Est-ce que c'est quelque chose de réaliste pour votre famille ? Si non, quelles alternatives pouvez-vous suggérer ?
- Comment pouvez-vous discuter de cette idée avec les décideurs de sexe masculin à la maison ?



Remarque : Il est important de donner aux femmes la possibilité de réfléchir à la manière dont elles peuvent agir pour mettre en pratique certaines des idées qu'elles apprennent. Encouragez-les à partager des idées et des conseils sur ce qui leur a permis d'influencer les décideurs de sexe masculin.



Faire : Demandez aux participantes de s'exercer en binômes sur comment elles suggéreraient aux décideurs de sexe masculin de la maison de passer plus de temps ensemble en famille.



Demander : Il peut être difficile de trouver du temps pour être tous ensemble et parler en famille. Pourquoi est-il important de créer du temps pour le faire ?



Faire : Une fois que les tutrices ont répondu, partagez les réponses suivantes, si nécessaire :

- Cela renforce le sentiment d'appartenance à une famille
- Les adolescentes et adolescents se sentent valorisés et aimés
- Cela crée et maintient des relations tuteur-enfant positives
- Cela crée des espaces où les adolescentes et les garçons expriment leurs points de vue, leurs frustrations et leurs préoccupations de manière positive - cela leur donne le sentiment d'être écoutés
- Cela promeut l'égalité entre les membres féminins et masculins de la famille et rétablit un certain équilibre de pouvoir



Demander : Quel moment serait propice pour se réunir en famille ?

Quelques suggestions

- À un jour et une heure réguliers de la semaine
- Quand tout le monde est calme et paisible
- Juste après avoir dîné ensemble
- Vendredi après la mosquée ou dimanche après la messe (à adapter si nécessaire)
- Un jour où tout le monde est à la maison



Faire : Divisez les participantes en petits groupes et demandez-leur de réfléchir aux types de sujets pouvant être abordés lors d'une réunion de famille. Quelques minutes plus tard, demandez aux volontaires de partager certaines de leurs idées avec le groupe.



Faire : Si nécessaire, ajoutez ce qui suit :

Étape 1 : Commencez par quelque chose de positif à propos de la famille. Donnez à chacun la chance de partager ses commentaires/expériences positifs avec les autres membres de la famille. Par exemple, si un frère a reçu de sa sœur de l'aide pour faire ses devoirs, il peut le dire à la famille.

Étape 2 : Parlez de tout ce qui a été discuté la dernière fois que vous étiez réunis et qui devait être suivi. Par exemple, si vous avez décidé de résoudre un problème la dernière fois que vous avez parlé, vous pouvez déterminer si la solution proposée a fonctionné ou pas.

Étape 3 : Donnez à chacune la possibilité de dire de quoi elle aimerait parler. Tous les conflits et tous les problèmes ne seront pas résolus, mais ce sera une occasion de donner à quiconque l'espace pour partager ses pensées et écouter. Écouter ne veut pas dire que nous sommes d'accord, mais c'est une occasion de mieux comprendre les points de vue de chacune.

Étape 4 : Amusez-vous, riez ensemble, jouez à des jeux.

Établir des accords familiaux



Demander :

- Quelqu'un a-t-il des accords familiaux ou des règles à la maison ?
- Qui décide de ces règles ou accords ?
- Les filles ont-elles la possibilité de participer à la création de ces accords ou règles ? Qu'en est-il des garçons ?



Dire : Nous supposons souvent que les adolescent(e)s connaissent les règles de la maison et de la communauté. Les règles ou accords familiaux ont plus de chances d'être suivis s'ils sont co-crésés par les adolescentes et adolescents et les tutrices/tuteurs. Les règles familiales doivent être adaptées à l'âge et respectées par tous les membres de la famille, filles et garçons, de manière égale. Les accords ne concernent pas uniquement les adolescent(e)s, mais également les adultes.



Faire : Divisez les participantes en petits groupes et demandez-leur de discuter de la manière dont elles concluraient un accord au sein de la famille. Demandez-leur de partager quelques idées avec le groupe.



Faire : Expliquez les quatre étapes pour établir un accord :

Étape 1 : L'adolescente exprime son point de vue. La tutrice/le tuteur écoute afin de comprendre la problème avant de parler.

Étape 2 : Les tutrices/tuteurs partagent leurs points de vue.

Étape 3 : Si les points de vue et les attentes sont très différents, les tutrices/tuteurs et les adolescent(e)s peuvent discuter de solutions possibles acceptables pour toutes/tous. La négociation et le compromis sont essentiels pour cette étape.

Étape 4 : Les tutrices/tuteurs et les filles choisissent une solution qu'elles/ils peuvent essayer pendant une courte période. Cette option sera la base de leur accord. La solution doit être claire, bien comprise par l'adolescente et les tutrices/tuteurs, et inclure un calendrier précis.



Demander :

- Est-ce que cela pourrait fonctionner chez vous ?
- Quels défis pensez-vous pouvoir rencontrer ?
- Quelqu'un a-t-il des suggestions pour surmonter ces difficultés ?



Expliquer : Tous les accords doivent prévoir un suivi efficace pour aider les adolescent(e)s à respecter leurs engagements.



Expliquer : Le suivi des accords est plus efficace lorsque :

- Les commentaires sont simples, courts et respectueux. Par exemple, « je remarque que tu n'as pas fait tes devoirs avant de sortir jouer. Peux-tu les faire maintenant, s'il te plaît ? »
- Si l'adolescent(e) s'oppose ou répond, demandez-lui : « Qu'est-ce qui a été décidé dans notre accord ? »
- Si l'adolescent(e) ne remplit toujours pas les conditions de l'accord, utilisez un langage non verbal, comme montrer votre montre, toucher l'épaule, etc. Plus vous restez calme, plus vous serez efficace. Crier et critiquer l'adolescent(e) ne résoudra pas le problème. Vous ne ferez que renforcer le conflit.

- Si vous constatez que votre adolescent(e) ne respecte pas les accords à plusieurs reprises, vous pouvez choisir d'émettre une conséquence logique, par exemple, limiter le temps passé avec ses amies jusqu'à ce qu'elle/il puisse remplir ses obligations à la maison.
- Lorsque l'adolescent(e) respecte enfin son engagement, remerciez-la/le de sa coopération.

Quelques suggestions supplémentaires

- Rappelez-leur l'accord avant la date limite.
- Les priorités des adolescent(e)s ne sont pas les mêmes que celles des tuteurs/tutrices. Elles/ils ne pensent pas comme les adultes.
- Restez ferme sur l'accord - n'abandonnez pas et ne changez pas l'accord en cours de chemin.



Demander : Pensez-vous que cette technique pourrait être efficace dans votre maison ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?



Dire : Voici quelques exemples d'accords clairs :

- Tous les devoirs doivent être faits (ou vous ne pouvez pas sortir avec vos amies).
- Tout le monde sera traité de manière égale et avec respect dans notre maison. Nous utiliserons des mots gentils les un(e)s avec les autres (si cela n'est pas respecté, vous vous excuserez et aiderez le membre de la famille dans ses tâches).
- Tout le monde est censé soutenir les tâches ménagères de manière égale (si vous choisissez de ne pas terminer vos tâches ménagères, vous devrez effectuer une tâche supplémentaire le lendemain).



Faire : Demandez aux participantes de se tourner vers leur voisine et de s'exercer à créer des règles familiales. Elles peuvent se référer aux règles ci-dessus ou créer leurs propres règles. Assurez-vous que les tuteurs consultent d'abord les adolescentes sur les accords familiaux qu'elles considèrent importants.

Soutenir la bonne prise de décision



Expliquer :

- Lorsque les règles familiales sont définies et convenues, vous n'avez pas besoin de menacer, crier ou faire preuve d'une discipline physique sévère parce que votre adolescente a enfreint les règles ou a fait une erreur. C'est une partie normale de l'adolescence. Cela fait partie du processus d'apprentissage.
- Les erreurs sont des occasions pour apprendre. Il est donc important de rester calme et d'aider votre adolescente à tirer les leçons de ses erreurs.
- Rappelez-vous des compétences de communication empathiques que nous avons apprises précédemment.
- Il est important que vous donniez à vos enfants une chance d'apprendre de leurs erreurs. S'ils commettent à nouveau la même erreur, vous pouvez leur imposer une conséquence logique.



Dire : Réfléchissons à quelques idées sur certaines conséquences logiques pour les violations de règles suivantes :

- Ne pas terminer ses devoirs
- Ne pas terminer ses tâches ménagères
- Être méchant(e) ou violent(e) avec les autres membres de la famille

Une fois que les tuteurs ont répondu, partagez les exemples suivants, si nécessaire :

- Tous les devoirs doivent être faits avant d'aller vous coucher. Si vous ne terminez pas vos devoirs, vous ne serez pas autorisé(e) à passer du temps avec vos amies.
- Tout le monde sera traité avec respect dans notre maison. Nous allons utiliser des mots gentils les uns avec les autres. Si vous êtes méchant(e) ou violent(e) envers les membres de la famille, vous devez vous excuser auprès du membre concerné. Vous pouvez également effectuer les tâches ménagères pour le membre de la famille avec qui vous avez été méchant(e).
- Tout le monde est censé exécuter ses tâches ménagères. Si vous choisissez de ne pas terminer vos tâches, vous devrez effectuer une tâche supplémentaire le lendemain. S'il y a une raison pour laquelle vous ne pouvez pas faire vos tâches ménagères, vous pouvez discuter avec moi afin que nous puissions

trouver une solution.



Dire : Pratiquons ! Lisez le scénario suivant et demandez aux participantes, par binômes, de faire un jeu de rôle. Demandez à quelques-unes de partager leurs jeux de rôle avec le groupe.

Contextualisation

Scénario : Une tutrice dit à sa fille que celle-ci a rompu un accord. La fille explique pourquoi elle a rompu l'accord. La tutrice rappelle à la fille pourquoi il est important de respecter son accord. La fille explique comment elle va remplir l'accord. La tutrice félicite sa fille et dit qu'elle verra comment la jeune fille remplira son accord la semaine suivante.



Remarque : L'animatrice peut utiliser la réponse suggérée pour guider les jeux de rôle :

Réponse suggérée :

Tutrice : Maya, j'ai remarqué que tu n'avais pas terminé tes tâches familiales.

Maya : Je sais, j'ai été très occupée hier avec mes devoirs et je les ai oubliées.

Tutrice : Je sais que tu travailles très dur à l'école, Maya, et je suis vraiment fière de toi pour cela. Mais il est aussi important pour notre foyer que chacun fasse sa part des choses. Comment peux-tu te rappeler de faire tes tâches ménagères ?

Maya : Eh bien, je suppose que je peux les faire dès que je rentre de l'école et ensuite faire mes devoirs.

Tutrice : OK, Maya, ça me convient. Voudrais-tu essayer cela pour le reste de la semaine et voir comment ça se passe ? Si tu ne peux toujours pas te débrouiller parce que tu as trop de devoirs, voyons comment nous pouvons changer le nombre de tâches que tu as.

Maya : Oui, ce serait bien.



Faire : Discutez du jeu de rôle :

- Demandez à la personne qui a joué « l'enfant » ce qu'elle a pensé de la conversation.
- Demandez à la personne qui a joué le rôle de « la tutrice » ce qu'elle a pensé de la conversation.



Dire : Parfois, en particulier en ce qui concerne les tâches ménagères, nous pouvons surcharger les filles sans répartir les tâches ménagères de façon égale entre les membres de la famille. C'est parce que nous voyons parfois les tâches ménagères comme un travail de fille (pensez à la catégorie de genres). S'il est très important que les filles fassent des tâches ménagères, pour les aider à apprendre le sens des responsabilités et soutenir la famille, elles ont également besoin de temps libre. Le temps libre leur permet de se reposer, de faire preuve de créativité et de se concentrer sur d'autres choses, comme les devoirs. Ceci est essentiel à leur développement.



Demander : Pensez-vous que cela est réaliste et que vous pouvez essayer de l'appliquer dans votre famille ? Quels pourraient être les obstacles auxquels nous sommes confrontées ? Quelles suggestions avez-vous pour surmonter certains de ces obstacles ?

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez pour voir si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Lancez une discussion avec votre partenaire sur ce que vous avez appris pendant la session et discutez des techniques qui, selon vous, pourraient fonctionner dans votre foyer. Une prochaine étape consisterait à organiser une réunion de famille et à établir des accords communs avec vos filles et vos fils. Si possible, saisissez cette occasion pour répartir équitablement certaines tâches ménagères entre les filles et les garçons (afin que les filles n'aient pas à supporter le fardeau des tâches ménagères). Engagez-vous personnellement à utiliser des techniques de discipline non violentes.

SESSION 6

Le pouvoir à la maison

► Objectifs :

1. Les tutrices exploreront l'idée du pouvoir à la maison.
2. Les tutrices apprennent des stratégies pour prendre des décisions qui sont importantes dans leur vie.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► Durée : 2 heures

* Note à l'animatrice :

Cette session peut conduire à la divulgation de VBG que les femmes ont subie ou à des actes de violence perpétrés contre des adolescentes. Les animatrices doivent être préparées à l'avance pour gérer cela. Renseignez-vous auprès de votre supérieur hiérarchique sur l'intérêt supérieur de l'enfant, au cas où il y aurait lieu de faire un suivi, et lisez attentivement les instructions fournies dans l'introduction des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs.

Préparez des informations sur les services de lutte contre la VBG disponibles pour les femmes.

N'oubliez pas de rappeler les accords de groupe aux tutrices et vérifiez si elles souhaitent disposer d'accords de groupe supplémentaires pour cette session.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler de pouvoir. En particulier, nous parlerons du pouvoir à la maison et comment cela affecte nos relations avec les hommes et les enfants (en particulier les adolescentes).

2. Explorons (15 minutes)

 **Demander :** Qu'entendez-vous par pouvoir ?

 **Expliquer :** Le pouvoir est la capacité de contrôler et d'accéder aux ressources, opportunités, privilèges et processus de prise de décision. Cela ne signifie pas que le pouvoir est toujours négatif. Nous avons toutes une sorte de pouvoir dans la communauté, mais nous choisissons de l'utiliser pour le meilleur ou pour le pire.

Les différentes formes de pouvoir sont :

- « **Pouvoir avec** » : quand nous rejoignons les autres sans préjugés ni discrimination pour améliorer positivement notre vie et celle des autres.
- « **Pouvoir sur** » : lorsque nos paroles ou nos actions rendent difficile, effrayant ou même dangereux pour les autres d'utiliser leur propre pouvoir.

 **Demander :**

- Selon vous, qui a le pouvoir dans notre communauté ?
- Pouvez-vous penser à des moments où vous vous êtes senties puissantes ou faibles ? (Le partage est volontaire.)
- Selon vous, qui a le pouvoir au sein de la maison ? Est-ce que ce sont les femmes, les filles, les garçons ou les hommes ? Ou une combinaison ?

 **Dire :** En tant que communauté, nous avons généralement tendance à attribuer aux femmes et aux filles un statut inférieur à celui des hommes et des garçons – cela a pour conséquence que les femmes et les filles sont traitées différemment des hommes et des garçons et ont une vie quotidienne différente de celle des hommes et des garçons.

 **Demander :**

- Comment le pouvoir influence-t-il les choix que nous avons en tant que femmes ou que les hommes, les garçons ou les filles ont ?
- Que se passe-t-il lorsqu'il y a abus de pouvoir ? Quelles sont les formes d'abus de pouvoir ou d'inégalité de pouvoir que vous voyez dans votre environnement ?

 **Dire :** Je vais vous lire quelques scénarios et je veux que vous me disiez si le pouvoir décrit est bon ou mauvais.

Scénario 1 : Une femme a besoin de nourrir ses enfants mais n'a pas assez d'argent. Un marchand dit qu'il effacera sa dette au magasin si elle lui fait une faveur sexuelle dans l'arrière-boutique.

Scénario 2 : Un jeune homme se met debout dans le bus afin de permettre à une femme âgée de s'asseoir.

Scénario 3 : Les hommes marchent aux côtés des femmes pour réclamer la fin de la violence domestique.

Scénario 4 : Après une inondation, les familles du groupe ethnique dominant aident à reconstruire l'école principalement utilisée par les enfants du groupe minoritaire.

Scénario 5 : Un homme riche construit une bibliothèque publique et un terrain de jeu à l'usage de la communauté.



Dans le cas où l'exploitation ou les abus seraient divulgués comme étant perpétrés par une ONG, un organisme des Nations Unies ou une agence humanitaire, cela devrait être documenté séparément et signalé à votre supérieur hiérarchique. Vous pouvez contacter la ou les personnes après la session pour leur faire savoir que vous devez partager ces informations avec votre superviseur, mais que vous les consulterez avant de prendre toute mesure.

3. Activités

Activité 1 : Qui décide de quoi ?¹⁶ (25 minutes)

 **Dire :** Le pouvoir que nous avons ou n'avons pas influence les décisions que nous pouvons ou ne pouvons pas prendre. Pour nous aider à mieux comprendre cela, nous allons commencer par examiner le type de décisions que nous prenons chez nous.

 **Faire :** Placez le papier pour tableau de conférence au milieu du groupe. Expliquez que vous allez passer en revue des domaines de décision que nous pourrions rencontrer dans notre vie. Pour chaque domaine que vous mentionnez, les participantes doivent discuter et convenir de qui prend les décisions à ce sujet dans la majorité des cas (il y aura toujours des exceptions, mais vous devez prendre rapidement une décision sur chaque point et ne pas consacrer trop de temps à la discussion de cas spécifiques). Vous indiquerez la décision sur un papier pour tableau de conférence, qu'il s'agisse d'hommes, de femmes ou d'hommes et femmes ensemble.

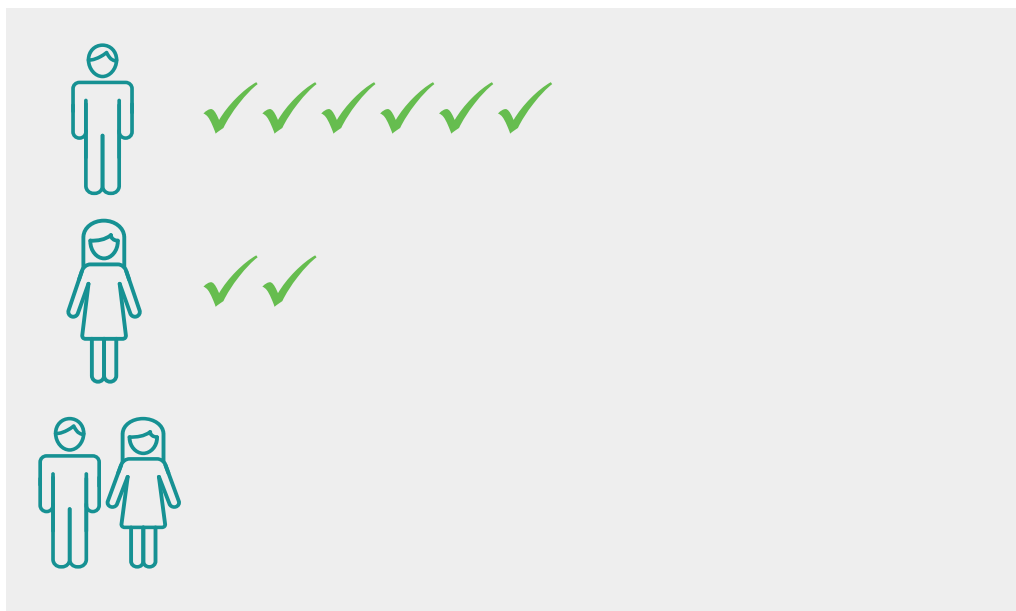
Contextualisation

 **Demander :** [Ceci est une liste générique, comprenant une gamme de différents domaines de décision, mais elle peut être adaptée au contexte.]

- Qui décide du nombre d'enfants à avoir dans une famille ?

- Qui décide comment dépenser le revenu familial ?
- Qui décide quand demander un prêt ?
- Qui choisit quelle activité économique exercer ?
- Qui prend les décisions concernant la santé des enfants, par exemple quand amener un enfant à la clinique, quels vaccins leur faire ?
- Qui prend les décisions concernant les soins de santé dispensés aux femmes, par exemple s'occuper des soins prénatals, accoucher dans un établissement de santé, se rendre à la clinique en cas de maladie ?
- Qui décide quoi cuisiner pour les repas de famille ?
- Qui prend les décisions concernant l'éducation des enfants ?
- Qui décide quand les enfants doivent se marier et avec qui ?
- Qui décide quand rendre visite à la famille et aux ami(e)s ?
- Qui décide à quelles activités de la communauté (telles que réunions, comités, etc.) participer ?
- Qui choisit les activités des ONG (groupes de jardinage familiaux, programmes d'agents de santé volontaires, etc.) auxquelles participer ?

Exemple 1 - La Feuille « Qui décide ? »



Dire : À travers cette activité, nous avons constaté qu'il existe une différence entre les types de décisions que les hommes prennent seuls sans consulter les femmes à la maison ou dans la communauté, et que les femmes prennent seules sans consulter les hommes au foyer ou dans la communauté.

Demander : Quels sont selon vous les barrières ou les obstacles auxquels les femmes sont confrontées lorsqu'elles prennent des décisions ? Qu'est-ce qui rend difficile la prise de décision des femmes ? Qu'est-ce qui empêche les femmes de prendre des décisions ?

Si les femmes ont du mal à identifier les obstacles, vous pouvez utiliser certains des points pertinents de la liste ci-dessous pour faciliter la discussion :

- Faible niveau d'éducation
- Analphabétisme
- Normes et traditions
- Manque d'expérience dans les négociations et la prise de décision
- Charge de travail lourde, manque de temps
- Manque d'expérience ou d'information sur les questions à trancher
- Sentir qu'il est impossible de changer les choses ou de faire une différence (désespoir)
- Manque de confiance en soi, timidité

- Le sentiment que ce n'est pas le rôle ou la responsabilité de la femme
- Peur des conséquences d'une mauvaise décision
- Attitudes négatives des hommes (père, frère, mari, etc.)
- Crainte d'être punie pour avoir pris la parole (par son mari, son père, sa belle-mère, etc.)



Dire :

Nous avons vu que de nombreux obstacles peuvent empêcher les femmes de prendre des décisions qui les concernent et affectent leur famille. Certains de ces obstacles sont plus difficiles à éliminer et poussent les hommes et les femmes de la communauté à faire des changements. Cependant, il y a des obstacles que nous pouvons essayer de supprimer nous-mêmes, en utilisant le pouvoir dont nous disposons.



Demander : L'une d'entre vous a-t-elle des exemples montrant comment elle-même (ou quelqu'un qu'elle connaît) a réussi à surmonter les obstacles à la prise de décision à la maison ?

Activité 2 : L'histoire de Marie (25 minutes)



Faire : Lisez l'histoire suivante au groupe :

Le père de Marie dit qu'il a des questions très importantes à aborder avec elle et sa mère. Il dit à Marie que maintenant qu'elle a 18 ans, il a arrangé son mariage avec un homme riche. Cet homme est le fils d'un bon ami de la famille et a une bonne réputation. La mère de Marie tente de poser des questions sur cet homme, mais le père de Marie dit simplement que le mariage est arrangé et que ce sera un bon mariage. Marie a peur parce qu'il est beaucoup plus âgé qu'elle et elle a entendu des histoires horribles au sujet d'hommes battant leur femme. Elle demande à sa mère de parler à son père et de le convaincre d'arrêter le mariage, mais sa mère lui dit que c'est à son père de décider et qu'elle ne peut rien faire pour le faire changer d'avis.



Demander :

- Ce genre de situation se produit-il dans cette communauté ?
- Qui a le pouvoir dans ce scénario ?
- Quel genre de pouvoir le père a-t-il ? Quel genre de pouvoir la mère a-t-elle ?
- Marie a-t-elle un pouvoir ?
- Quel est le lien entre le pouvoir et les choix que l'on a ?
- Quelles sont les attentes de la mère de Marie ? De Marie ?
- Quelles idées de la catégorie de genres voyons-nous dans ce scénario ?



Faire : Répartissez les participantes en petits groupes et demandez-leur de discuter des points suivants :



Dire : Imaginez que vous êtes une amie de la mère de Marie et qu'elle vous parle de la situation. Elle est fâchée que son mari ne lui dise même pas qui épousera sa fille.



Demander :

- Comment soutiendriez-vous la mère de Marie ?
- Qu'avez-vous fait pour soutenir d'autres femmes lorsqu'elles ont voulu changer les choses ou faire les choses différemment ?
- Si vous étiez la mère de Marie, que voudriez-vous faire pour que votre fille soit mieux soutenue ?
- Qu'avez-vous besoin que vos amies/votre famille (ou d'autres personnes de confiance) fassent pour vous aider à le faire ?



Faire : Après 10 minutes, demandez à des volontaires de partager leur discussion avec le groupe.



Expliquer : Ceux qui ont plus de pouvoir à la maison et dans la communauté sont généralement ceux qui définissent comment les choses se passent et ce que font les gens. Pour que les choses deviennent plus égales, nous devons repenser nos idées sur les femmes et les hommes et développer de nouveaux types de pouvoir partagés - pouvoir avec plutôt que pouvoir sur.

Activité 3 : Le pouvoir de prise de décision (25 minutes)



Demander :

- Les hommes et les femmes peuvent-ils partager la prise de décision plus équitablement ?
- Que se passerait-il si les femmes demandaient à leur mari de partager des tâches ou disaient vouloir participer plus activement à la prise de décisions dans le foyer ?
- Quelqu'un a-t-il des idées ou une expérience sur la manière de négocier pour obtenir plus de pouvoir décisionnel avec les hommes ?



Dire : Vous pouvez prendre certaines mesures pour négocier en vue de renforcer votre pouvoir décisionnel :

1. Vérifiez si la personne qui détient actuellement le pouvoir de décision est prête à parler.



Demander : Comment savez-vous si quelqu'un est prêt à parler ? (Pensez à leur langage corporel, ont-ils l'air détendu ou ont-ils l'air distraits, occupés par d'autres tâches, etc.)

2. Soyez prêtes ! S'ils sont prêts à parler, assurez-vous que vous avez préparé ce dont vous voulez discuter et ce que vous demandez.



Demander : Comment pouvez-vous préparer ce que vous voulez dire ? (Assurez-vous que vous expliquez ce que vous voulez qu'il se passe et la raison derrière cela. Si vous présentez un problème, essayez également de penser à la solution que vous préférez.)

3. Si le résultat n'est pas ce que vous souhaitiez, pensez à un meilleur moment pour avoir la discussion ou pensez à vous tourner vers quelqu'un d'autre pour obtenir de l'aide.
4. Si cela ne fonctionne toujours pas, réfléchissez à d'autres options/solutions. Y a-t-il quelqu'un d'autre qui peut négocier en votre nom ?



Demander : Pensez-vous que c'est quelque chose que vous pouvez réellement tenter ? Selon vous, quel sera le résultat ?

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Demandez aux femmes de réfléchir à la manière dont elles peuvent négocier pour obtenir plus de pouvoir décisionnel au sein du foyer. Une solution pourrait être d'utiliser les étapes de prise de décision discutées aujourd'hui. Une autre option pourrait être de parler aux hommes du foyer des types de décisions que les hommes et que les femmes prennent, et de voir s'ils peuvent parvenir à un accord sur la participation des femmes à davantage de décisions.

SESSION 7

L'environnement familial

► Objectifs :

1. Les tutrices reconnaissent l'importance d'un environnement familial sain.
2. Les tutrices apprendront les astuces et les techniques pour les aider à contribuer à un environnement familial sain.

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, marqueurs, crayons/stylos de couleur, papier A4.

► **Durée :** 2 heures

* **Note à l'animatrice :**

Cette session peut être sensible et évoquer des expériences difficiles pour les tutrices. N'oubliez pas de rappeler les accords de groupe aux tutrices et vérifiez si elles souhaitent utiliser des accords de groupe supplémentaires pour cette session. Préparez des informations sur les services auxquels les femmes peuvent avoir accès si elles ont besoin d'un soutien supplémentaire.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

? **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (20 minutes)

= **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler de l'environnement familial. Nous entendons par là les conditions et les expériences que nous avons au sein de notre structure familiale. Lors de la dernière session, nous avons déjà entamé la discussion sur le stress et son impact sur la famille. Aujourd'hui, nous verrons plus en détail à quel point un environnement familial sain et sûr est essentiel à notre bien-être et à celui de nos filles et de nos garçons.

? **Demander :** Lorsque nous imaginons un environnement familial, à quoi pensons-nous ?

... **Expliquer :** L'environnement familial peut inclure un certain nombre de choses :

- Environnement physique – par exemple, une maison ou un espace physique spécifique ;
- Environnement émotionnel – par exemple, espace stressant, tendu, heureux, relaxant, sûr, communication ouverte ;
- Environnement d'apprentissage – par exemple, stimulation/retard de croissance, modélisation du comportement bon/mauvais, encourager/décourager la communication et les idées.

? **Demander :**

- Qu'est-ce qui rend un environnement familial dangereux, tendu ou stressant ? (Violence physique ou verbale dirigée contre des enfants ou entre un couple - par exemple, bagarre, hurlements, disputes, punitions sévères, etc.)
- Que peut-il se passer si l'environnement familial n'est pas sûr et constitue un lieu de tension et de stress ?
- Ayant discuté de l'impact du stress sur nous lors de la session précédente, quel est selon nous l'impact du stress à la maison sur les filles et les garçons ?

- ... **Expliquer :** Les jeunes enfants exposés à un environnement familial stressant et à la violence à la maison subissent un stress émotionnel supplémentaire, ce qui entraîne un stress toxique, ce qui peut avoir une incidence sur le développement de leur cerveau. Cela peut également entraîner des problèmes de comportement, des problèmes de sommeil, une détresse émotionnelle, la peur d'être seul, un comportement immature et des problèmes d'apprentissage de la propreté et au développement du langage.
- ? **Demander :** Étiez-vous conscientes des conséquences de la vie dans un foyer stressant pour les jeunes enfants ?
- ... **Expliquer :** En grandissant, les enfants exposés à un environnement familial stressant et à la violence peuvent continuer à montrer des signes de problèmes. Les enfants et les jeunes adolescent(e)s peuvent avoir plus de difficultés avec le travail scolaire et faire preuve d'une faible concentration. En grandissant, elles/ils peuvent souffrir de dépression, de tendances suicidaires et d'énurésie nocturne. D'autres se sentent isolé(e)s socialement, incapables de se faire facilement des amis et peuvent également montrer des signes de comportement agressif.¹⁷
- ? **Demander :** Étiez-vous au courant de ces conséquences pour les adolescent(e)s ?
- = **Dire :** Il y a peut-être des choses que nous ne pouvons pas contrôler, telles que le cadre ou la structure dans lesquels nous vivons, mais il y a des choses que nous pouvons faire pour rendre ces espaces encourageants, sûrs et solidaires pour notre famille. En tant que tutrices, nous avons le pouvoir sur nos enfants et nous avons le contrôle sur le choix de recourir ou non à la violence contre nos enfants. Si nous voulons que nos enfants grandissent de façon saine, nous devrions choisir de ne pas être violentes.
- ? **Demander :** Quelqu'un a-t-il des exemples sur la façon de rendre son environnement familial plus encourageant, solidaire et sûr ?
- = **Dire :** Il est important d'examiner la relation entre le couple dans l'environnement familial (par exemple, le mari/femme, le partenaire intime, un autre décideur important, etc.)
- * **Remarque :** Les femmes peuvent dire qu'elles n'ont aucun contrôle sur leur environnement familial et que ce sont les hommes qui influencent l'expérience dans l'environnement. Encouragez les femmes à réfléchir à leurs interactions individuelles avec leurs enfants et à la manière dont elles peuvent négocier pour obtenir plus de pouvoir décisionnel.

3. Activités

Activité 1 : Relations saines (25 minutes)

- = **Dire :** Je veux que nous réfléchissions individuellement à quoi ressemble une « relation saine ».
- ? **Demander :** Qu'entendons-nous par « relations saines » ? (Ce sont des relations basées sur le respect, la confiance et l'honnêteté. Ce sont des relations qui nous font nous sentir bien et heureuse et où nous avons un pouvoir partagé avec notre partenaire.)
- ✓ **Faire :** Distribuez des crayons et du papier et demandez aux participantes de dessiner une illustration qui représente une relation saine. Il peut s'agir d'une relation entre tuteur/fille, mari/femme, petit ami/petite amie ou d'autres formes de partenariats intimes, et il n'est pas nécessaire que cela reflète la femme elle-même ou sa situation actuelle.
- Quelques minutes plus tard...
- ? **Demander :** Regardez maintenant vos illustrations. Qu'est-ce que votre image vous dit sur les choses qui rendent une relation saine et sûre entre deux personnes ?
- ✓ **Faire :** Notez les réponses des tutrices sur un papier pour tableau de conférence et ajoutez les éléments suivants, s'ils n'ont pas été mentionnés :
- Se parler de manière aimable sans crier ni s'insulter

17 UNICEF (2006) *Derrière des portes closes : l'impact de la violence domestique sur les enfants*

- Les femmes partagent le pouvoir et la prise de décision avec les hommes en ce qui concerne l'éducation des enfants, la manière de dépenser l'argent familial, ainsi que toutes les autres questions qui affectent la famille.
- S'écouter les uns les autres et faire preuve d'empathie
- Être capable d'exprimer des sentiments les uns envers les autres
- Se respecter les uns les autres en tant que personnes et se soutenir mutuellement dans nos objectifs, nos espoirs et nos rêves



Demander :

- Les choses que nous avons mentionnées reflètent-elles notre expérience réelle en tant que tutrices ?



Dire : Les femmes peuvent ressentir de la colère, du stress ou même de la violence de la part de leur mari ou de leur petit ami. À leur tour, elles peuvent exprimer leur colère ou leur frustration à l'égard de leurs enfants, en particulier des adolescentes, en raison de la position des filles au sein de la famille. La violence est un choix et nous devrions choisir d'utiliser des approches non violentes envers les enfants et chercher de l'aide pour les situations auxquelles nous sommes confrontées. Dans le même temps, nous devrions trouver des mécanismes d'adaptation qui n'incluent pas d'agression envers les enfants, car cela crée un environnement dangereux pour les enfants à la maison et pourrait influencer sur leur développement à long terme.



Remarque : Rappelez aux tutrices les services qui leur sont offerts. Si elles souhaitent plus d'informations, expliquez-leur qu'elles peuvent vous consulter après la session.

Activité 2 : Étapes vers un environnement familial sain (40 minutes)



Faire : Lisez l'histoire suivante aux tutrices, puis répartissez-les en groupes et posez une question à chaque groupe. Elles rapporteront leurs réflexions à l'ensemble du groupe.

Jihan (14 ans) aide généralement sa mère, Amira, à effectuer les tâches ménagères à la maison, mais récemment, Jihan ne l'a pas fait. Un jour, Amira rentre à la maison et Jihan n'a pas préparé le dîner. Amira est très ennuyée. Elle demande à Jihan pourquoi elle n'a pas préparé de dîner ; Jihan dit à Amira qu'elle doit finir ses travaux scolaires car elle a des examens. Amira est agacée par Jihan et lui dit qu'elle est irrespectueuse.



Dire : Je veux que vous preniez quelques minutes pour penser à ce qui s'est passé. (Répétez l'histoire si nécessaire.) Et ensuite, au sein de vos groupes, répondez aux questions suivantes :

- **Groupe 1 :** Quelles émotions ont été ressenties par Amira ? Quelles émotions Jihan a-t-elle ressenties ? Comment Amira peut-elle exprimer cela à Jihan ? Comment Jihan peut-elle exprimer cela à Amira ?



Remarque : Les animatrices devraient amener les femmes à essayer de penser au point de vue d'Amira et de Jihan.

- **Groupe 2 :** Comment Amira peut-elle améliorer sa communication avec Jihan ?



Remarque : Les animatrices devraient amener les femmes à réfléchir à des choses pratiques qu'elles pourraient dire et faire dans ces situations.



Expliquer :¹⁸ Lorsque nous gérons une situation similaire à celle vécue par Amira et Jihan, nous devrions envisager les choses suivantes :

- **Faites preuve d'empathie :** Mettez-vous à la place de l'autre personne et réfléchissez à ce qu'elle pourrait ressentir par rapport à ce que vous lui dites. Comment vous sentiriez-vous si les rôles étaient inversés ? Donnez aux autres le temps de poser des questions et de s'expliquer.
- **Pensez à votre langage corporel :** Établissez un contact visuel et essayez de vous asseoir ou de vous tenir debout de manière détendue. N'utilisez pas un langage de confrontation ou un langage corporel agressif.
- **Écoutez :** Lorsque nous sommes stressées, nous avons tendance à moins écouter. Il est important de donner à la personne toute votre attention.

- **Restez calmes et concentrées** : La communication devient plus facile lorsque nous sommes calmes. Respirez profondément et essayez de garder un air calme. Les autres sont plus susceptibles de rester calmes si vous l'êtes.
- **Utilisez les « déclarations du 'Je' »** : Si la situation est tendue, l'utilisation des « déclarations du 'je' » peut vous aider à vous concentrer sur les effets des actions d'une personne, au lieu des actions elles-mêmes. Il peut être plus facile pour les membres de la famille de communiquer lorsqu'une action n'est pas à blâmer, et les jeunes adultes et les adolescents en particulier peuvent être plus réceptifs à l'idée que leurs actions ont affecté d'autres personnes lorsque le langage utilisé n'est pas accusateur. Voici quelques exemples de « déclarations du 'je' » :
 - » Je me sens agacée en ce moment.
 - » J'ai passé une mauvaise journée.
 - » Je ne me sens pas respectée lorsque quelqu'un élève la voix contre moi.
 - » Je me sens très triste quand j'entends des mots grossiers parce qu'ils me font de la peine.

✓ **Faire :** Exercez-vous ! Demandez aux participantes de passer quelques minutes à faire un jeu de rôle centré sur la façon dont Amira pourrait gérer cette situation, en réfléchissant aux « déclarations du 'je' » et au langage corporel. Demandez à quelques participantes de partager leur jeu de rôle avec le groupe.

4. Vérification (5 minutes)

- Rappelez aux tutrices les informations sur les services existants. Expliquez que vous serez disponible pour parler après la session si elles souhaitent obtenir des informations supplémentaires.
- Compte tenu de la nature du sujet, effectuez l'activité de clôture suivante avec les tutrices. (Vous pouvez aussi faire le rituel de clôture que le groupe fait habituellement après les activités.)
- **Entraînement tonal** : Activité de clôture permettant l'expression sans verbalisation. Elle rassemble le groupe et procure un sentiment de satisfaction et de libération et permet à chacun de s'exprimer en utilisant sa voix.

✓ **Faire :**

1. Le groupe forme un cercle.
2. La première personne émet un son qui exprime ses sentiments actuels.
3. Le groupe reprend ce son.
4. La personne suivante ajoute son son. Le groupe reprend ce son, puis revient au début et reprend tous les sons déjà émis.
5. Continuez jusqu'à ce que le groupe ait créé un train sonore avec un son de chaque personne.

5. À emporter (5 minutes)

Pratiquez les techniques que nous avons apprises aujourd'hui avec les adolescentes. Pensez plus particulièrement à l'utilisation des « déclarations du 'je' » et partagez vos commentaires pour savoir si cette technique était utile ou non.

SESSION 8

Explorer nos relations avec les adolescentes

► Objectifs :

1. Les tutrices apprendront des techniques de communication susceptibles de contribuer à des relations plus saines avec leurs filles.
2. Les tutrices exploreront le concept d'empathie et apprendront des techniques pour augmenter l'empathie envers leurs filles.

► **Calendrier** : Avant le début, ou parallèlement à la participation des adolescentes aux sessions des modules Filles Soleil de compétences de vie sur les relations avec les tuteurs

► **Matériel** : Papier pour tableau de conférence, stylos, papier A4, marqueurs

► **Durée** : 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

? **Demander** : Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

= **Dire** : Il y a quelques séances, nous avons discuté de ce que signifiait un environnement familial sain et l'une des choses dont nous avons discuté était l'environnement émotionnel. Un des facteurs clés dont nous avons discuté pour créer un environnement familial sain était la bonne communication. Aujourd'hui, nous allons parler plus en détail de la manière dont nous communiquons avec les adolescentes et de la manière dont nous pouvons renforcer nos relations avec elles pendant cette période difficile de transition.

2. Explorons (15 minutes)

? **Demander** : Quels sont les défis ou les problèmes auxquels font face les tutrices avec les adolescentes dont elles s'occupent ?

= **Dire** : Parfois, les problèmes que vous avez avec les filles peuvent être dus à des choses indépendantes de votre volonté, et peuvent aussi ne pas toujours être la faute des filles. Vivant dans des situations difficiles, les tutrices sont soumises à de nombreuses pressions et stress qui peuvent affecter la manière dont elles traitent leurs enfants. Il est également important de se rappeler l'impact que cette situation difficile a aussi sur les filles. Il est important d'écouter et de communiquer avec les filles à mesure qu'elles grandissent. Cela aide à créer un environnement familial sain et enrichissant. L'établissement de relations prend du temps et il est normal de rencontrer des difficultés pour engager des conversations différentes de celles que l'on tient habituellement, mais nous pouvons le faire à travers des efforts continus et persistants.

? **Demander** : Qui est chargé de développer une relation saine avec les filles ? (*Les tutrices et les tuteurs.*)

* **Remarque** : Pour les tutrices qui disent que c'est le rôle de la tutrice, demandez-leur pourquoi. Rappelez-leur les rôles de genre et la catégorie de genre discutés précédemment, et comment cela peut nous limiter. Si certaines pensent que cela incombe aux tuteurs et tutrices, demandez-leur d'expliquer pourquoi et donnez ainsi une perspective différente au groupe.

? **Demander** : Pourquoi est-il important de construire une relation entre vous et votre fille ?



Expliquer :

- Il est important d'essayer autant que possible de continuer à tisser des liens avec tous vos enfants, en particulier en période d'incertitude ou de déplacement.
- Votre relation avec les adolescentes en particulier peut changer. Vous pouvez vous attendre à ce qu'elles assument davantage de responsabilités. En raison des changements qu'elles vivent pendant la puberté, d'autres personnes peuvent également les traiter différemment. De nouveaux environnements, comme lors d'un déplacement, peuvent également signifier qu'elles ont une liberté plus limitée qu'auparavant et moins d'opportunités que leurs frères.
- Et même s'il s'agit d'une période stressante pour toute la famille et que l'établissement de relations peut ne pas sembler une priorité, c'est une étape essentielle si vous voulez vous assurer que les filles sont en bonne santé, heureuses et en sécurité.
- Cela permettra à vos filles d'être plus ouvertes pour discuter de leurs préoccupations, de leurs besoins et de leurs inquiétudes. Essayer de se mettre à leur place ouvre un espace de dialogue et vous alertera des risques potentiels ou des problèmes auxquels elles pourraient être confrontées. Cela vous aidera à leur fournir un soutien si nécessaire.

3. Activités

Activité 1 : Communiquer avec les filles (25 minutes)



Demander :

- Combien de temps passez-vous actuellement à parler à vos enfants de leur vie ou de ce qui est important pour eux ? Est-ce différent avec vos filles qu'avec vos garçons ? (Laissez les participantes réfléchir à leur réponse ; elles peuvent partager si elles le souhaitent.)
- Est-il facile de parler aux filles de sujets délicats liés à leur santé, aux relations avec leurs amies et/ou avec les garçons ou de savoir comment elles se sentent ? Les filles se sentent-elles à l'aise d'approcher leurs tuteurs et tuteurs si quelque chose les dérange ?
- Pouvez-vous penser à des stratégies pour que les filles se sentent à l'aise d'approcher leurs tuteurs si elles veulent discuter de quelque chose de sensible ?



Faire : Rappelez aux tutrices les stratégies discutées lors de la session sur la puberté.



Expliquer : Pensez à un moyen pour que les filles vous fassent savoir quand elles ont besoin de parler de quelque chose en privé, que ce soit en rapport avec la menstruation ou autre chose. Voici quelques manières de faire cela :

- Un mot de code
- Une demande de promenade
- Un moment spécial de la journée où vous lui parlez en tête-à-tête



Faire : Lisez les scénarios suivants au groupe. Après chaque scénario, demandez aux volontaires de se présenter pour jouer le scénario et découvrir comment elles réagiraient dans chaque situation.



Remarque : Si les tutrices suggèrent des moyens préjudiciables de gérer la situation, par exemple en punissant la fille en la frappant, en criant, etc., demandez-leur quels sont les risques ou les avantages de réagir de la sorte. Vous pouvez également demander à d'autres tutrices si elles ont d'autres suggestions sur la façon de gérer la situation. Elles peuvent intervenir pour montrer leur approche à travers le jeu de rôle.

Contextualisation

Scénario 1 : Betty traverse la puberté et connaît de nombreux changements. L'une des choses que sa mère Alice a remarquée, c'est que Betty parle moins à sa famille et devient distante. Betty se fâche souvent contre ses frères et sœurs ou ne parle pas à ses tuteurs. Alice est de plus en plus agacée par le comportement de Betty et ne sait pas comment le gérer, mais elle craint également que quelque chose n'aille pas. Que conseilleriez-vous à Alice ?

Scénario 2 : Asha se sent très triste ces derniers temps et Dana, sa tutrice, s'inquiète pour elle. Un jour, Dana a entendu une conversation entre Asha et une de ses amies au sujet d'un garçon qui avait contrarié Asha. Dana s'inquiète du fait qu'Asha puisse avoir une relation avec ce garçon et avoir des problèmes. Comment géreriez-vous cette situation ?

Scénario 3 : Ruth grandit et ses tuteurs ont remarqué que son comportement était en train de changer. Ruth commence à contester et à interroger ses tuteurs beaucoup plus qu'elle ne le faisait auparavant. Un jour, sa mère lui demande d'aller chercher de l'eau. Au lieu de s'exécuter, comme elle le fait habituellement, elle demande à sa mère pourquoi elle ne demande jamais à ses frères d'aller chercher de l'eau. Ruth dit qu'elle a beaucoup de devoirs depuis qu'elle est passée dans une classe supérieure et qu'elle veut que ses frères prennent plus de responsabilités à la maison. Comment géreriez-vous cette situation ?



Dire : Voici quelques conseils supplémentaires que vous pouvez utiliser pour améliorer la communication avec vos filles.



Expliquer : (Écrivez ce qui suit sur le papier pour tableau de conférence :)

Astuces de communication

- Encouragez-les à exprimer leurs opinions. Même si vous n'êtes pas d'accord avec elles, faites-leur sentir que leur opinion est prise en compte.
- Imaginez ce qu'elles ressentent et ce qu'elles pensent. Rappelez-vous ce que vous avez ressenti quand vous aviez cet âge.
- Manifestez un intérêt sincère pour leurs pensées et leurs préoccupations. Elles sont à un stade délicat et certaines ont du mal à s'exprimer.
- Donnez-leur votre temps et votre attention. Même si votre vie est chaotique, il est important d'essayer de consacrer du temps à votre fille, en particulier pendant cette phase sensible de sa vie.
- Ne les jugez pas sévèrement, cela risquerait de freiner la communication. Utilisez les « déclarations du 'je' », par exemple, « Je me sens triste parce que tu as brisé ma confiance », au lieu de dire « Tu es mauvaise pour m'avoir menti ».
- Permettez-leur d'être tristes. Ne vous attendez pas à ce qu'elles soient toujours fortes. Encouragez l'expression saine de leurs émotions.
- Encouragez-les et donnez-leur l'occasion d'être utiles. Si vous souhaitez qu'elles assistent aux tâches ménagères, assurez-vous qu'elles se rendent compte à quel point cela vous est utile, car elles seront plus enclines à vouloir apporter leur soutien de cette manière.
- N'imposez pas vos opinions. Demandez-leur plutôt ce qu'elles pensent devoir faire dans une situation donnée.
- Encouragez-les à trouver des solutions par elles-mêmes, en posant des questions et en les encourageant à réfléchir aux conséquences positives et négatives possibles de toute situation.

Activité 2 : Une communication efficace prend du temps (40 minutes)



Dire : Nous allons parler de la manière de respecter et de comprendre les pensées, les sentiments et les points de vue des autres. Certains utilisent le mot « empathie » pour décrire ce respect et cette sollicitude.



Remarque : Il n'est pas nécessaire d'utiliser le mot empathie, tant que son concept principal et sa justification sont communiqués. Vous pouvez choisir, par exemple, d'utiliser l'expression « respecter et comprendre les pensées, les opinions et les sentiments des autres. »



Demander : Qu'entendons-nous par empathie ?



Expliquer : Quand je pense à « empathie », je pense à travailler pour comprendre la situation du point de vue d'un(e) autre, voir avec les yeux d'un(e) autre, entendre avec les oreilles d'un(e) autre et ressentir avec le cœur d'un(e) autre. L'empathie est la capacité d'une personne à se mettre à la place d'un(e) autre et à voir à quoi cela ressemble. Souvent, lorsque nous rencontrons nous-mêmes des difficultés, il est difficile de prendre en compte les sentiments de quelqu'un et de faire preuve d'attention, mais l'empathie est une compétence importante qui peut nous aider à améliorer nos relations avec les filles dont nous prenons soin.



Dire : L'empathie est simplement la capacité de comprendre et d'agir avec soin envers nos filles.

Blâme vs. empathie

Contextualisation

 **Dire :** Je veux vous lire une histoire à propos de Jane et Leila :

Jane a 11 ans et dernièrement, elle rentre de l'école de très mauvaise humeur. Elle crie après ses frères et sœurs et refuse de parler à sa mère, Leila. Un jour après l'école, elle rentre chez elle et jette ses affaires par terre. Sa mère lui demande ce qui ne va pas. Jane dit à sa mère qu'elle ne veut plus aller à l'école ! Elle dit que certaines des filles de la classe ont commencé à la taquiner depuis qu'elle a commencé à avoir ses règles et qu'elles ne les ont toujours pas. Elles lui disent qu'elle est sale et qu'elles ne veulent plus jouer avec elle. Cela a bouleversé Jane et l'a rendu isolée.

 **Demander :** Comment pensez-vous que Jane se sent ?

 **Dire :** Je vais maintenant lire certaines des réponses potentielles de Leila. Après chaque réponse, j'aimerais que vous alliez au début de la salle si vous pensez que Leila blâme Jane, et au fond de la salle si vous pensez que Leila comprenait/avait de l'empathie pour la situation de Jane et ses sentiments.

1. Leila s'exclame : « Ne sois pas si bête ! Ces choses arrivent tout le temps et tu es trop sensible. Concentres-toi sur tes études et ignores-les ! » *(Faites une pause pour permettre aux tutrices de se déplacer à l'avant ou à l'arrière de la salle.)*
2. Leila dit d'une voix sévère : « Tu as dû faire quelque chose pour provoquer ces filles. Je ne peux pas comprendre pourquoi quelqu'un te ferait cela. Pourquoi ces choses t'arrivent-elles toujours ? » *(Pause de cinq secondes.)*
3. Leila dit d'une voix inquiète : « Je peux voir/comprendre que tu es contrariée. Je suis tellement désolée que cela te soit arrivé ; Ce n'est pas ta faute. Mais l'école est très importante, alors que pouvons-nous faire pour essayer de résoudre ce problème ? » *(Une pause de cinq secondes.)*

 **Demander :** Quelles réponses de Leila avez-vous préférées ? Pourquoi ? Quelles réponses auriez-vous aimé entendre si vous étiez Jane ?

 **Demander :** Pourquoi faut-il de l'empathie pour pouvoir s'occuper d'une adolescente ?

 **Faire :** Demandez aux tutrices de discuter ; ajoutez les éléments suivants à leur liste s'ils manquent :

- Faire preuve d'empathie aide à assurer à vos filles que leurs besoins sont satisfaits et qu'elles se sentent en sécurité.
- Les tutrices peuvent avoir de l'empathie envers d'autres tutrices et envers elles-mêmes ce qui enseigne aux enfants à prendre soin d'eux-mêmes et des autres. Les enfants sont de grands imitateurs de notre comportement. Ainsi, lorsque nous leur répondons avec respect et empathie, ils apprennent à traiter les autres avec respect et empathie.
- Lorsque nous réagissons avec empathie envers nos filles, nous leur communiquons qu'elles sont importantes et qu'elles comptent. Nous soutenons leur développement social et émotionnel sain.
- Être empathique permet à nos filles de partager ouvertement et de discuter de leurs problèmes et des risques auxquels elles sont confrontées, sans craindre d'être blâmées.

 **Dire :** Je vais partager avec vous une technique simple pour vous aider à améliorer votre empathie, à mieux comprendre les sentiments de vos filles et à pouvoir y répondre.

Cette technique comporte quatre étapes :

- **Étape 1- Identifiez le sentiment :** Essayez d'identifier ou d'étiqueter ce que quelqu'un ressent. Lorsque les tutrices honorent un sentiment, elles l'identifient ou l'étiquettent d'abord. Par exemple, « Mariam, tu sembles avoir peur maintenant, n'est-ce pas ? »
- **Étape 2- Déterminez la raison :** Comprenez pourquoi elles ressentent cela. « Voudrais-tu me dire pourquoi tu as peur ? » Mariam peut vous le dire, ou elle peut choisir de ne pas le faire tout de suite. Vous pouvez dire à Mariam : « N'hésite pas à venir me parler quand tu seras prête. »
- **Étape 3- Honorez les sentiments :** Honorez les sentiments de l'enfant. Mariam aurait pu être en désaccord avec une amie ou avoir été rejetée par ses pairs à l'école. Ne rejetez pas cette raison.

Reconnaissez et respectez le « pourquoi » des situations. Si vous faites croire à votre fille que ses sentiments ne sont pas importants, elle risque de ne plus vous parler des problèmes qui la préoccupent. « Je comprends que cela te rende triste/bouleversée/fatiguée. »

- **Étape 4- Passez à l'action :** Faites face à ces sentiments avec votre fille. Vous pouvez réfléchir avec elle à ce qui doit être fait, le cas échéant. Parfois, la situation peut nécessiter que la tutrice et la fille proposent des actions pouvant aider à remédier à la situation. Parfois, la situation n'a pas besoin d'une action précise autre que simplement reconforter votre fille ou partager sa joie. « Asseyons-nous ensemble et discutons de la manière de résoudre ce problème. »



Dire : Nous allons maintenant pratiquer les quatre étapes de la communication empathique.



Faire : Demandez aux tutrices, en binômes, de pratiquer les étapes de la communication empathique, en prenant l'exemple de Jane et Leila.



Remarque : Elles peuvent changer l'histoire et la remplacer par d'autres problèmes qu'elles peuvent rencontrer. Elles peuvent également changer de rôle pour que chaque tutrice ait l'opportunité d'être Jane et Leila.



Demander : Ces compétences étaient-elles nouvelles pour vous ou les avez-vous déjà utilisées ?



Demander : Pensez-vous que c'est quelque chose que vous pouvez pratiquement utiliser dans vos interactions avec vos filles ? Si non, quelles alternatives proposez-vous ?



Remarque : Faites-leur savoir que cela ne leur arrivera peut-être pas naturellement, étant donné que c'est peut-être nouveau et que nous sommes peut-être habituées à différentes manières de gérer ces situations. Cependant, puisqu'elles ont la volonté de soutenir les filles et de les aider à atteindre leurs objectifs, l'utilisation de cette technique les mènera vers leur vision.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Expliquez aux tutrices que la tâche À emporter de cette semaine consiste à pratiquer les quatre étapes d'une communication empathique avec leurs filles. Lors de la prochaine session, elles devraient indiquer quels outils elles ont utilisé et s'ils ont été efficaces ou non.

SESSION 9

L'éducation parentale pour l'égalité

► Objectifs :

1. Les tutrices exploreront plus en détail la notion de rôles de genre et leur lien avec les adolescentes.
2. Les tutrices apprendront comment elles peuvent contribuer à faire respecter les droits des filles.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs, papier A4, stylos, ruban adhésif, Horloge d'activité (Annexe 5)

► Durée : 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)



Demander : Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?



Dire : Aujourd'hui, nous allons parler des techniques parentales que nous utilisons et nous allons identifier les différences dans la manière dont nous éduquons les adolescentes par rapport aux adolescents et aux enfants plus jeunes.

2. Explorons (10 minutes)



Demander :

- À la maison, quelles sont les règles ou les attentes concernant la manière dont les enfants sont censés se comporter ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)
- Existe-t-il des différences dans les règles et les attentes que vous avez envers les filles et les garçons ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)
- Existe-t-il des attentes quant à votre comportement en tant que femme ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)
- Y a-t-il des attentes concernant le comportement des hommes ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)



Remarque : Si les tutrices ont uniquement des filles, demandez-leur comment elles les traitent différemment en fonction de leur âge.



Demander : Pourquoi avons-nous des règles ou des attentes différentes envers les filles et les garçons, en particulier à l'adolescence ?



Expliquer :

- L'adolescence est une période critique au cours de laquelle la façon dont nous traitons les filles et les garçons change de manière significative par rapport à la façon dont nous les avons traités lorsqu'ils étaient plus jeunes.
- À l'âge de la puberté, beaucoup de choses changent pour les adolescents, en particulier pour les filles. Les tutrices/tuteurs et la société ont parfois des attentes différentes envers les filles qu'envers les garçons. Elles/ils peuvent s'attendre à ce que les filles quittent l'école, se marient et se concentrent sur la fondation d'une famille.
- En raison de ces attentes, les filles n'ont pas les mêmes chances que les garçons. Elles peuvent être contraintes de rester à la maison, de ne plus pouvoir jouer avec des amies et même d'être retirées de l'école, car il n'est pas jugé important de les éduquer.

- Bien avant qu'elles/ils n'atteignent cet âge, nous commençons à préparer les filles et les garçons à leurs « rôles de genre ». Par exemple, les filles peuvent se voir confier plus de tâches ménagères que les garçons, ou les garçons sont contraints de se rendre au travail. Les règles et les attentes que nous imposons aux filles et aux garçons sont, dans de nombreux cas, basées sur ce que nous avons discuté précédemment - la catégorie genre. Par exemple, on dit aux garçons de ne pas pleurer, de ne pas avoir peur, de ne pas pardonner, mais plutôt de s'affirmer et d'être forts. Les filles, en revanche, sont invitées à ne pas être exigeantes, mais à pardonner, à être serviables et nourricières.
- Cela peut influencer sur la façon dont nous traitons les filles et sur les opportunités, les attentes et les règles que nous imposons aux filles et aux garçons.



Demander : L'une d'entre vous peut-elle penser à des exemples montrant comment elle a été traitée différemment des membres masculins de sa famille en grandissant ?

3. Activités

Activité 1 : L'expérience de l'environnement familial des filles et des garçons (20 minutes)



Faire : Placez du ruban adhésif ou une ficelle sur toute la longueur de la pièce.



Dire : Je vais lire un certain nombre de déclarations et vous déciderez si vous êtes d'accord ou non avec elles.



Dire : Celles qui sont d'accord seront à un bout de la ligne et celles qui ne sont pas d'accord seront à l'autre bout de la ligne. Celles qui ne sont pas sûres peuvent se tenir le long de la ligne, en fonction de leur degré d'accord ou de désaccord avec la déclaration.



Remarque : Demandez aux tutrices qui manifestent des attitudes et des croyances négatives au sujet du rôle des filles, des femmes, des garçons et des hommes, pourquoi elles sont en accord ou en désaccord avec une déclaration. Demandez à quelqu'un qui a un point de vue opposé de dire pourquoi elle est en accord ou en désaccord avec la déclaration, offrant ainsi un point de vue différent.

- Les filles sont aussi intelligentes que les garçons.
- Les filles, et non pas les garçons, sont responsables de prendre soin de leurs frères et sœurs plus jeunes.
- Les filles doivent faire ce que leurs frères leur disent (peu importe si elles sont plus jeunes ou plus âgées).
- Les filles et les garçons devraient soutenir leur famille en assumant de manière égale les responsabilités du ménage.
- Les garçons devraient avoir plus de liberté que les filles.
- Les filles sont responsables de l'honneur de la famille.
- Les filles et les garçons devraient être traités de manière égale.
- Les garçons sont moins émotifs que les filles.
- Il est plus important que les garçons aillent à l'école plutôt que les filles lorsque les familles ont peu d'argent pour payer les frais de scolarité.
- Les filles devraient disposer du même temps libre que les garçons pour jouer et étudier.
- Le rôle d'une fille est de rester à la maison.
- Les filles et les garçons méritent l'égalité des chances.
- Les garçons sont plus naturellement confiants et dominants que les filles.
- Les garçons peuvent sortir et avoir des petites amies, mais les filles doivent protéger leur honneur.



Demander :

- Quelle différence avez-vous remarquée dans notre façon de percevoir ou de traiter les filles et les garçons ?
- Comment pensez-vous que cela affecte et influence les filles et les garçons ?



Expliquer :

- Les filles ont généralement moins d'opportunités et sont censées assumer davantage de responsabilités à la maison (ce qui leur laisse moins de temps pour étudier, par exemple).
- Parce que les filles sont censées être nourricières et non exigeantes, elles ne sont parfois pas autorisées à exprimer ce qui est important pour elles.
- Parfois, les tuteurs/tutrices expriment davantage leur frustration à l'égard des filles que des garçons, parce que les filles sont supposées pardonner et accepter.
- Elles/ils peuvent également s'attendre à ce que les filles assument davantage de responsabilités et aident davantage à la maison, convaincus qu'il s'agit du rôle d'une fille.

Activité 2 : Les rôles de genre dans mon foyer¹⁹ (35 minutes)



Faire : Divisez le groupe en deux et donnez à chaque groupe une Horloge d'activité (fournie à l'Annexe 5). Attribuez-leur la tâche suivante :

Groupe 1 : Que font les filles aux différentes heures de la journée indiquées sur l'horloge ?

Groupe 2 : Que font les garçons aux différentes heures de la journée indiquées sur l'horloge ?



Remarque : Les participantes pourraient ne pas être d'accord sur tous les points, mais demandez-leur de décider des points les plus communs.



Faire : 10 minutes plus tard, rassemblez les groupes et demandez-leur de partager leur échelle chronologique.



Demander :

- Que remarquez-vous à propos de ces chronologies ?
- Qui a la plus longue liste de tâches à accomplir chaque jour ? Pourquoi ?

Comment les tâches sont-elles assignées aux filles et aux garçons ? Sont-elles/ils consulté(e)s ? Ont-elles/ils le choix d'accepter ou de refuser ces tâches ? Les filles devraient-elles être consultées sur les tâches qui leur sont assignées ?



Remarque : Clarifiez les différences entre les filles et les garçons.



Expliquer :

- Souvent, les filles n'ont pas le choix quant aux activités et tâches qu'elles sont censées effectuer chaque jour et elles ont tendance à assumer plus de tâches que les garçons. Cela signifie que les filles ont moins de temps que les garçons pour se concentrer sur leurs devoirs, développer leurs compétences de vie et simplement avoir le temps d'être des enfants.
- Il est essentiel que les filles aient la possibilité de développer des compétences de vie. Comme les filles n'ont peut-être pas autant de temps libre que leurs frères, elles n'ont peut-être pas la possibilité d'acquérir des compétences importantes pour leur développement. Ces compétences incluent la capacité de prendre des décisions saines, de résoudre des problèmes, de prendre soin d'elles-mêmes et de se protéger du mal. Sans ces compétences de vie, les filles auront plus de difficultés à faire face à la pression liée à l'âge adulte et n'auront peut-être pas les capacités nécessaires pour prendre soin d'elles-mêmes ou de ceux qui les entourent.
- S'il est nécessaire que les enfants aident à la maison, en particulier dans les contextes difficiles, les tâches ménagères peuvent être réparties plus équitablement entre filles et garçons. De cette façon, les filles ont la possibilité de profiter du temps libre de la même manière que les garçons qui sont plus susceptibles d'en profiter.



Demander :

- Comment les garçons peuvent-ils tirer parti d'une prise de responsabilité accrue à la maison ? (Les

¹⁹ Adapté de l'RC, Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables (EMAP) - <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

garçons acquerront des compétences essentielles pour prendre soin d'eux-mêmes et de leur famille. Ils apprendront également à soutenir leurs sœurs et à ce qu'ils soient traités sur un pied d'égalité. Ils apprendront à penser au bien-être des autres, ce qui les aidera à établir des relations saines et heureuses à l'âge adulte.)

- Comment pouvons-nous nous assurer que les responsabilités domestiques sont réparties plus équitablement ?
- Quels sont les défis auxquels nous pensons être confrontées ?

 **Remarque :** Les tutrices pourraient dire que les hommes et les garçons seraient résistants à cette idée. Demandez-leur de réfléchir aux moyens de remédier à ce problème dans leur famille.

 **Faire :** Demandez aux tutrices, en binômes, de discuter de la manière dont elles peuvent introduire l'idée de prise de décision partagée dans la famille.

 **Expliquer :** Voici quelques conseils sur la manière d'introduire la prise de décision partagée dans la famille en ce qui concerne les responsabilités du ménage :

- **Étape 1 :** Discutez de vos suggestions avec les décideurs masculins à la maison.

 **Remarque :** Demandez aux tutrices de se rappeler des techniques de communication abordées au cours de la session sur l'environnement familial sain.

- **Étape 2 :** Demandez aux filles pour quelles tâches elles aimeraient avoir plus de soutien. Assurez-vous d'écouter leurs opinions et leurs idées et abordez celles qui sont réalistes.
 - » Écoutez avec toute votre attention (contact visuel, langage corporel ouvert, pas de distraction).
 - » Expliquez pourquoi vous voulez avoir cette discussion. (Par exemple, « Je pense qu'il serait bon de discuter de la manière dont nous pouvons te donner plus de temps pour faire d'autres activités/ consacrer du temps à tes devoirs. »)
 - » Réfléchissez à ce que vous pensez que votre fille est en train de dire. (Par exemple, « Tu dis que tu voudrais avoir plus de temps, surtout le soir, pour te concentrer sur tes travaux scolaires. »)
 - » Demandez-leur comment elles aimeraient résoudre ce problème. (Par exemple, « Alors, que suggères-tu que nous fassions pour te donner plus de temps ? »)
- **Étape 3 :** Demandez aux garçons de réfléchir à l'avenir qu'ils souhaitent pour leurs sœurs. Veulent-ils qu'elles réussissent à l'école et réussissent dans leur vie ? Expliquez ensuite aux garçons que cela signifie qu'elles ont besoin de consacrer le même temps pour l'école, les devoirs et les activités.

 **Remarque :** Rappelez aux tutrices les « déclarations du 'je' » et d'autres techniques de communication qui peuvent les aider dans ce processus.

- **Étape 4 :** Encouragez les filles et félicitez-les lorsqu'elles se soutiennent mutuellement et encouragez-les à se sentir valorisées.
 - » Je suis tellement fière de la façon dont tu fais tes devoirs avec autant de soin.
 - » Merci de m'avoir aidé au marché aujourd'hui.
 - » Tu as fait un bon travail en aidant ta sœur/ton frère aujourd'hui.
 - » Tu as fait un bon travail en m'aidant à préparer le dîner aujourd'hui.
- **Étape 5 :** Renseignez-vous régulièrement auprès des filles et des garçons pour voir comment fonctionne la nouvelle répartition des tâches.

 **Faire :** Divisez les femmes en trois groupes. Chaque groupe pratiquera un jeu de rôle basé sur les scénarios ci-dessous.

 **Remarque :** Encouragez-les à incorporer les suggestions et les conseils discutés.

Scénario 1 : Vous dites à votre mari que vous souhaitez que vos fils assument davantage de responsabilités à la maison.

Scénario 2 : Vous demandez à votre fille de quel type de soutien elle a besoin pour avoir plus de temps pour faire les choses qui sont importantes pour elle.

Scénario 3 : Vous parlez à votre fils (ou à un membre de votre famille) de l'idée de prendre davantage de responsabilités à la maison et de soutenir votre fille.

 **Demander :** Comment avez-vous trouvé cette activité ? Pensez-vous pouvoir pratiquer certaines de ces choses à la maison avec votre famille ?

Activité 3 : L'égalité des chances pour les filles et les garçons (20 minutes)

 **Demander :** Que veut-on dire quand on parle de « nos droits » ?

 **Expliquer :** Nos droits sont ce que chaque fille, chaque garçon, chaque femme et chaque homme mérite, peu importe qui elles/ils sont ou où elles/ils vivent, afin que toutes/tous puissent vivre dans un monde juste et équitable. Nous sommes protégé(e)s par nombre de ces droits à travers les lois ou accords que nos propres pays ou les pays hôtes ont signés.

 **Demander :** Quelqu'un peut-il penser aux droits que nous avons en tant que femmes ?

Contextualisation

- Droit d'être traitées de la même façon que les hommes, sans discrimination et sans violence
- Droit de travailler
- Droit à une éducation gratuite
- Droit de vivre en liberté et en sécurité
- Droit de dire et de penser librement

 **Demander :** Quelqu'un sait-il quels sont les droits des filles et des garçons ? (Notez leurs réponses sur un papier pour tableau de conférence.)

Contextualisation

 **Expliquer :** Les filles et les garçons, comme nous, sont protégé(e)s par un certain nombre de droits, et en tant que tutrices/tuteurs, il est de notre responsabilité de nous assurer que leurs droits sont protégés.

Certains des droits qui protègent les filles et les garçons et qu'il est de notre devoir de défendre dans ce pays sont les suivants :

- Les tutrices et les tuteurs sont responsables de l'éducation et du développement de leurs enfants et doivent faire ce qu'il y a de mieux pour eux en tout temps (autant pour les filles que pour les garçons). Par exemple, elles/ils ne doivent pas nuire à un enfant.
- Les filles et les garçons ont droit à une éducation de qualité. Les tutrices/tuteurs devraient les encourager à aller à l'école et atteindre les plus hauts niveaux d'éducation possible.
- Les deux tuteurs sont responsables de l'éducation et du développement de l'enfant.
- Les filles et les garçons ont le droit de donner leur avis et les tutrices/tuteurs doivent les écouter et les prendre au sérieux.
- Les filles et les garçons ont droit à la vie privée.

Les filles et les garçons ont le droit à la santé, à l'éducation, à l'égalité, à la non-discrimination et de vivre sans violence et exploitation (y compris le mariage d'enfants).

Les filles et les garçons ont le droit d'être protégé(e)s contre la souffrance et la maltraitance physique et mentale.

- Les filles et les garçons ont le droit de jouer et de se reposer.
- Les filles et les garçons ont le droit d'être protégé(e)s contre un travail qui leur cause du tort, notamment qui est mauvais pour leur santé et leur éducation. Si elles/ils travaillent, elles/ils ont le droit d'être en sécurité et d'être payé(e)s équitablement.
- Les filles et les garçons ne doivent pas être punis de manière cruelle ou nuisible.
- Les filles et les garçons ont le droit de connaître leurs droits et les tutrices/tuteurs devraient discuter de ces droits avec elles/eux.



Demander :

- Que pensons-nous des droits mentionnés ?
- Pensons-nous que nous accordons ces droits également aux filles et aux garçons ?
- Pensons-nous que ces droits s'appliquent également aux garçons et aux filles ? (Explorez : Qu'en est-il de l'éducation ?)
- Que pouvons-nous faire pour que les filles aient également accès à ces droits ?



Dire : Il est important de rappeler que ces droits s'appliquent autant aux adolescentes qu'aux adolescents. Lorsqu'il s'agit de décider du rôle d'une fille dans la famille ou de son avenir, il est important que nous prenions en compte ces droits. Il incombe à la personne qui s'occupe de l'enfant de veiller à ce que les filles exercent leurs droits.



Remarque : Les femmes pourraient dire qu'elles n'ont aucun contrôle sur les droits de leurs enfants, car leurs propres droits sont bafoués. Il est important de faire en sorte que les tutrices parcourent la liste et identifient les domaines dans lesquels elles peuvent travailler pour renforcer l'accès des filles à certains de ces droits. Insistez sur le fait que même si elles ne peuvent pas s'occuper de tous les droits, elles ont le pouvoir de régler certaines questions pour leurs filles.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Parlez à votre famille du partage des responsabilités domestiques et des avantages qui en résultent pour les filles et les garçons et pour la famille dans son ensemble. Vous n'avez pas besoin de passer par toutes les étapes. Comme point de départ, faites celles avec lesquelles vous vous sentez le plus à l'aise et partagez vos réactions lors de la prochaine session.

SESSION 10

La sécurité

► Objectifs :

1. Les tutrices discuteront des problèmes de sécurité auxquels les femmes et les filles sont confrontées à l'intérieur et à l'extérieur de la maison.
2. Les tutrices exploreront des moyens pratiques d'assurer la sécurité des adolescentes, ainsi que de leur famille.

► Calendrier : Avant la session sécurité avec les tuteurs.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs (au moins quatre couleurs différentes), notes post-it, stylos

► Durée : 2 heures

* Remarque :

La violence basée sur le genre est souvent considérée comme un sujet tabou et n'est pas discutée ouvertement, alors même que de nombreuses adolescentes et femmes en sont victimes. Ce sujet peut mettre certaines participantes mal à l'aise et peut aussi leur rappeler leurs expériences personnelles.

Préparez des informations sur les services de gestion de cas disponibles pour les femmes et les filles. Faites également attention à toute violence divulguée, en particulier envers les adolescentes. Vous devrez peut-être faire un suivi auprès de votre superviseur, surtout si vous pensez qu'une fille est sur le point de subir un préjudice immédiat.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

-  **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?
-  **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler des risques encourus par les femmes et les adolescentes en général, ainsi que de certains risques potentiels spécifiques à notre communauté. S'agissant d'un sujet sensible, devons-nous nous rappeler les accords de groupe ?
-  **Demander :** Y a-t-il d'autres accords relatifs à la sécurité que nous souhaitons mettre en place pour cette session ? (Par exemple, n'identifiez pas des personnes spécifiques que vous pourriez connaître et qui pourraient avoir été victimes de VBG – parlez-en en termes plus généraux. Si une personne divulgue un cas personnel de VBG, rappelez-vous qu'il s'agit d'un espace confidentiel et que le cas ne devrait pas être discuté en dehors du groupe..., etc.)

2. Explorons (15 minutes)

-  **Demander :** À quoi pensez-vous lorsque je dis le mot « sécurité » ?
-  **Dire :** Lorsque nous parlons de sécurité, nous entendons être à l'abri de tous préjudices, dangers, menaces ou risques, à la fois à l'intérieur et à l'extérieur de la maison. Les préjudices, les dangers, les menaces et les risques peuvent être causés par plusieurs facteurs. Par exemple, l'environnement peut mettre les gens en danger en cas de séisme ou de tempête.
-  **Demander :** Quelqu'un peut-il penser à d'autres types de préjudices, de dangers, de menaces ou de risques qui mettent les personnes en danger ? (Par exemple, la guerre, les conflits, manquer d'argent, être sans abri, la violence, etc.)

-  **Dire :** Aux fins de cette session, nous allons nous concentrer sur le problème de la violence et des types de violence qui mettent les femmes et les filles, en particulier, en danger.
 -  **Demander :** Quels sont, selon vous, les risques et les menaces spécifiques à la sécurité auxquels les femmes et les filles sont confrontées dans la communauté et à la maison ?
 -  **Faire :** Écrivez leurs réponses sur un papier pour tableau de conférence.
 -  **Expliquer :** Les femmes, les filles, les garçons et les hommes peuvent tous subir des préjudices, un danger, des menaces ou des risques, mais certains problèmes de sécurité n'affectent vraiment que les femmes et les filles. Ces problèmes de sécurité sont des types de violence auxquels les femmes et les filles sont confrontées en raison de leur genre. (Rappelez-leur de la catégorie de genre.) Ce type de violence affecte les femmes et les filles en raison de la discrimination à laquelle elles sont confrontées et du fait que les hommes exercent leur pouvoir sur elles.
- Parfois, les femmes et les filles acceptent cette violence car elles peuvent ne pas se rendre compte qu'il s'agit en réalité d'un type de violence. Cela peut être très courant dans la communauté et, par conséquent, il est perçu comme normal et acceptable que cela se produise. Parfois, les femmes peuvent être violentes envers les filles ou avoir certaines attentes à l'égard des filles parce qu'elles se basent elles-mêmes sur leurs propres expériences. (Par exemple, marier les filles tôt parce que cela se fait couramment dans la communauté, ou que les filles doivent quitter l'école plus tôt que les garçons.)
-  **Demander :** Seriez-vous d'accord pour dire que les femmes et les filles méritent moins de pouvoir et de sécurité que les hommes et les garçons ? *(Les femmes et les filles méritent d'avoir le même pouvoir et la même sécurité que les hommes et les garçons. Elles sont aussi capables, intelligentes et importantes que les hommes et les garçons et méritent d'être traitées de façon égale).*
 -  **Dire :** Ceci est un espace sûr, et si quelqu'un se sent mal à l'aise à n'importe quel moment de la session, il ne faut hésiter à l'exprimer. Il y a aussi une travailleuse sociale à qui parler, et je peux vous donner plus d'informations à ce sujet à la fin de la session. Vous pouvez aussi venir me voir plus tard.

3. Activités

Activité 1 : Les types de violence (25 minutes)

-  **Dire :** Nous avons parlé de sécurité et du fait que les filles et les femmes sont confrontées à différentes formes de violence du simple fait qu'elles sont des femmes et des filles. Nous appelons cela la violence basée sur le genre – ou VBG. Toute forme de violence est néfaste et inacceptable et cela inclut toutes les formes de violence basée sur le genre.
-  **Faire :** Tracez le contour d'une femme sur une grande partie du papier pour tableau de conférence. Donnez des notes post-it aux tutrices.
-  **Dire :** Je veux que vous preniez quelques instants pour penser à la violence, aux risques, aux préjudices ou aux dangers que vivent les femmes et les filles. Écrivez votre réponse et venez la placer sur le papier pour tableau de conférence. Si vous ne pouvez pas écrire, vous pouvez dessiner ou obtenir le soutien d'une autre tutrice ou d'une animatrice. Venez placer le post-it près de l'endroit où cette femme/fille pourrait subir cette violence.
-  **Remarque :** Vous devrez peut-être donner des exemples pour aider les participantes à faire la distinction entre la violence basée sur le genre et les autres formes de violence. Vous pouvez dire aux participantes « Avant de rédiger vos réponses, réfléchissez entre vous et vous-mêmes : les hommes ou les garçons font-ils l'expérience de cette violence aussi souvent que les femmes et les filles ? » Si elles ont besoin de conseils, vous pouvez leur donner des exemples tels que : le mariage précoce, le viol, les commentaires sexuels, etc.
-  **Faire :** Quand elles auront fini, rassemblez tout le monde autour du tableau et résumez ce que les participantes ont écrit. Demandez aux participantes d'expliquer quel « type » de violence elles ont décrit. (Par exemple, si elles disent frapper, pincer, etc., demandez-leur comment elles catégoriseraient cela – par exemple, « violence physique ».)

Ensuite, expliquez ce qui suit en comblant les lacunes des informations manquantes :



Expliquer :

Physique (blesse le corps)

- la frapper
- lui asséner un coup de poing
- la gifler
- lui jeter des objets
- lui tirer les cheveux
- la jeter au sol
- la blesser avec des bâtons, des chaînes, des barres
- l'enfermer à la maison
- la négliger
- lui refuser des soins médicaux
- lui prodiguer des interventions médicales sans son consentement ou sans qu'elle n'en comprenne la raison
- faire supporter aux femmes et aux filles un fardeau injuste de travail domestique
- la punir pour avoir « fait honte » à la famille (crimes d'honneur)
- ne pas lui permettre de se laver ou de laver ses vêtements

Émotionnelle (blesse les sentiments et à l'estime de soi)

- lui dire qu'elle est stupide, laide et inutile
- la menacer d'abandon
- la menacer de prendre une autre femme
- la faire mendier pour les ressources essentielles
- la faire mendier de l'argent
- la faire manger avec les animaux ou à même le sol
- lui dire que personne ne se soucie d'elle
- lui dire que personne ne la croira
- lui faire garder des secrets nuisibles
- l'humilier
- l'humilier devant les autres
- lui dire qu'elle est une mauvaise mère
- menacer de la tuer
- menacer de tuer ou de blesser d'autres personnes (enfants, membres de la famille, toute personne qui l'aide)
- l'empêcher de voir ses amies et sa famille
- lui faire peur tout le temps
- la menacer de la priver de nourriture
- négliger sa vie privée et sa dignité
- utiliser un langage abusif
- parler de ses affaires personnelles sans son consentement
- la persuader de rester avec un mari violent
- lui dire que la violence est de sa faute

Économique (contrôle de l'accès à l'argent, à la propriété ou aux ressources)

- prendre le contrôle de son argent
- ne soutenir ni elle ni ses enfants
- lui refuser les opportunités pour l'éducation ou pour les activités génératrices de revenus
- ne pas lui dire combien d'argent il y a dans le foyer
- l'exclure des décisions relatives à l'utilisation des ressources
- lui refuser des droits de succession
- lui refuser des droits de propriété
- la responsabiliser vis-à-vis des enfants sans moyens pour le faire (par exemple, en lui disant qu'elle doit payer leurs frais de scolarité alors qu'elle n'a que peu ou pas de possibilité de générer des revenus)
- la rendre responsable des dettes d'autrui
- la payer moins pour un travail similaire
- refuser d'employer des femmes
- donner aux femmes des emplois inférieurs à leur potentiel et à leurs capacités et leur refuser toute promotion
- abuser de ses ressources
- tirer profit de son travail sans sa permission
- retenir l'argent et d'autres ressources
- donner la préférence à d'autres épouses et enfants
- nier les enfants nés hors mariage

Sexuelle (contrôle de la sexualité)

La violence sexuelle peut inclure le viol, mais également toute forme de contact sexuel non désiré. Le viol c'est quand une fille ou une femme est contrainte d'avoir des relations sexuelles contre son gré. Cela inclut la pénétration de toute partie de son corps (bouche, vagin, anus) avec une partie d'un autre corps ou un objet.

Les autres types de violence sexuelle incluent :

- la tentative de viol
- le harcèlement sexuel
- la traque
- faire des commentaires sur son corps et sa sexualité
- l'humiliation sexuelle en racontant des choses qui pourraient créer une « mauvaise » réputation
- les injures sexualisées
- faire regarder de la pornographie à quelqu'un
- inciter quelqu'un à jouer un rôle pornographique
- abuser des femmes par le travail sexuel
- la nudité forcée

- la grossesse forcée
- le sexe forcé devant les autres
- permettre aux autres de l'abuser sexuellement
- vendre ou acheter des femmes et des filles à d'autres personnes à des fins d'exploitation sexuelle
- le mariage précoce
- le mariage forcé
- toute activité sexuelle avec des enfants
- refuser aux femmes leur droit de choisir leurs propres partenaires
- l'exploitation et l'abus sexuels
- le toilettage
- l'inceste
- forcer une veuve à épouser son beau-frère
- transmettre sciemment une IST
- ne pas lui permettre d'utiliser la contraception

 **Demander :** Comment savons-nous si le contact sexuel est désiré ou non ?

 **Dire :** Si quelqu'un dit « oui » à quelque chose sous la pression ou les menaces, il s'agit d'un contact sexuel non désiré.

 **Demander :** Est-ce que l'un de ces types de violence vous a surpris ?

 **Demander :** Pensez-vous que la violence est toujours considérée comme telle si son auteur est le mari ou un partenaire intime ?

 **Expliquer :** Si la personne qui choisit d'être violente est un mari/partenaire intime, il s'agit quand même de violence, avec une personne essayant d'utiliser son pouvoir et son contrôle sur sa/son partenaire. La violence peut être un incident ponctuel ou régulier. Elle peut être grande ou petite. Elle peut être planifiée ou inattendue. La violence peut se manifester de différentes manières. Toutes les formes de violence sont nuisibles et non acceptables. Parfois, les gens pensent qu'ils « méritent » la violence qu'ils subissent, peut-être parce qu'ils pensent avoir commis quelque chose de mal. La violence n'est jamais une solution à aucun problème, et il n'y a pas de situation où la violence est une réponse justifiée. La violence est utilisée par les hommes pour garder leur contrôle sur les femmes et non parce qu'ils perdent le contrôle de leurs émotions.

 **Demander :** Si une personne subit des violences sexuelles, que doit-elle faire ?

 **Expliquer :** Si une femme/fille subit des violences physiques ou sexuelles, elle devrait en informer une personne de confiance afin qu'elle l'aide à obtenir des soins médicaux, si nécessaire. Cela devrait se produire au plus tard dans les trois jours/72 heures afin de prévenir les conséquences sur la santé.

Donnez aux participantes les coordonnées de l'espace sûr et expliquez les services de gestion de cas disponibles sur place ou dans la communauté.

Activité 2 : Cartographie de la sécurité (20 minutes)



Dire : Maintenant, nous allons réfléchir un peu plus en détail aux risques auxquels les femmes et les filles peuvent être exposées à la maison et dans la communauté.



Faire : Répartissez les tutrices en groupes en fonction d'où elles habitent (proches les unes des autres). Demandez-leur de dessiner une carte d'où elles habitent (les lieux qu'elles visitent souvent dans leurs activités quotidiennes). Ayez un maximum de cinq à six femmes par groupe afin qu'elles puissent toutes accéder facilement à la carte.



Dire : Imaginez que vous êtes au sommet d'une grande colline et que vous voyez votre communauté d'en haut. Où sont les endroits que vous visitez, les routes que vous empruntez, etc. ? Suivez les étapes suivantes avec les participantes :

1. Demandez à toutes de placer leur maison sur la carte.
2. Ensuite, demandez-leur de réfléchir aux endroits qu'elles rencontrent quand elles quittent leur domicile et de les ajouter un par un sur la carte.
3. Où se situent les zones de la communauté où les femmes peuvent ne pas se sentir en sécurité ? (Cela peut inclure leur maison.) Demandez-leur de mettre un X sur ces lieux.
4. Où se situent les zones de la communauté où les filles peuvent ne pas se sentir en sécurité ? (Cela peut inclure leur maison.) Demandez-leur de mettre un X sur ces endroits (dans une couleur différente).
5. Enfin, demandez-leur de marquer les endroits sûrs (de couleur différente) en les encerclant ou en les cochant.



Faire : Ramenez les participantes en groupe élargi quand elles ont fini et demandez-leur de présenter leurs cartes.



Demander :

- Qu'avez-vous appris sur les différents problèmes de sécurité qui sont rencontrés autour de chez vous ?
- Y a-t-il des différences entre les femmes et les filles en ce qui concerne les risques qu'elles courent ?



Expliquer : Si une personne a des problèmes de sécurité individuels, elle peut être connectée à une travailleuse sociale qui peut l'aider à élaborer une carte et un plan de sécurité plus détaillés. Si quelqu'un souhaite plus d'informations sur les services de gestion de cas, veuillez me contacter à la fin de la session.

Activité 3 : Plan de sécurité (25 minutes)



Faire : Demandez aux participantes de faire l'activité suivante de façon individuelle. Cela leur permettra de réfléchir à la sécurité à la maison, quelque chose qu'elles peuvent ne pas se sentir à l'aise de divulguer devant un groupe.



Dire : Essayons d'élaborer un plan de sécurité pour nous et nos filles en fonction des risques que nous avons identifiés.



Remarque : Si les participantes identifient des risques liés à d'autres enfants (les fils, par exemple) ou à des membres féminins de la famille (sœur, tante, etc.), elles peuvent également inclure des stratégies à leur égard dans le plan de sécurité.



Remarque : L'animatrice est invitée à rechercher des solutions réalistes. Par exemple, si les femmes n'ont pas de téléphone portable, l'animatrice doit être consciente du fait qu'il ne leur est peut-être pas possible d'appeler la police.



Faire : Expliquez une par une les étapes suivantes aux participantes, en leur laissant du temps entre les étapes pour qu'elles puissent travailler sur cette partie de leur plan. Si elles le peuvent, demandez aux participantes d'écrire leurs réponses sur un morceau de papier. Si elles ne le peuvent pas, voyez si elles peuvent s'exprimer à travers un dessin ou simplement demandez-leur de se concentrer mentalement sur le risque.

Écrivez les mots en gras sur le papier pour tableau de conférence.

1. Pour le premier risque identifié, demandez-leur de réfléchir à **quand** il y a un risque (c'est-à-dire à

quelle heure).

2. Puis demandez-leur de réfléchir à **où** se trouve le risque.
3. Puis demandez-leur de réfléchir à **qui sont les gens** ou les **endroits** où elles peuvent obtenir de l'aide.
4. Puis demandez-leur de réfléchir à **la manière** dont ces personnes peuvent leur apporter un soutien.
5. Puis, demandez-leur s'il vous est possible de les aider en tant qu'animatrice.

✓ **Faire :** Une fois que vous avez traversé le premier risque avec elles, laissez-leur le temps de compléter les autres risques identifiés. S'il n'y a pas assez de temps, vous pouvez leur dire qu'elles peuvent le compléter lors de la prochaine session ou à la maison (si cela ne présente pas de danger).

* **Remarque :** Les participantes ont ainsi la possibilité d'identifier des moyens de gérer des risques spécifiques, en particulier pour celles qui estiment ne pas avoir le pouvoir de décision pour gérer les risques dans leur foyer. Elles devraient être encouragées à penser aux stratégies qu'elles peuvent utiliser pour les aider si elles-mêmes ou leurs enfants font face à la violence.

... **Expliquer :** Ce plan de sécurité n'est qu'un des moyens qui pourraient être utiles. Chaque personne a sa propre manière d'essayer d'assurer sa propre sécurité et ce plan est là pour soutenir ou s'ajouter aux stratégies de sécurité existantes de chaque personne.

? **Demander :** Est-ce jamais la faute de la femme ou de la fille si elle subit de la violence ?

= **Dire :** Il est important de savoir que même si une femme ou une fille est exposée à un danger, cela ne veut pas dire que c'est de sa faute. La personne qui cause du tort à autrui a le choix de le faire ou non. Il existe des moyens de résoudre les problèmes, les désaccords et les défis qui n'impliquent pas le recours à la violence. Les femmes et les filles ont le droit de vivre une vie à l'abri de la violence.

* **Remarque :** Si les tutrices ont identifié des problèmes de sécurité généraux, demandez-leur si ça les gêne que cela soit partagé avec la direction ou les comités du camp afin que des mesures puissent être prises. Si des problèmes sensibles concernant des personnes spécifiques ont été identifiés, adressez-les à votre superviseur (avec le consentement de la tutrice).

✓ **Faire :** Rappelez aux participantes les services disponibles, en particulier la gestion de cas, et fournissez-leur les coordonnées pertinentes. Expliquez que vous serez disponible à la fin de la session pour répondre à plus de questions et faire des référencement si nécessaires.

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Demandez aux tutrices de compléter leurs plans de sécurité avant la prochaine session. Si cela ne présente aucun danger, elles peuvent l'écrire. Sinon, elles peuvent simplement y penser. Elles doivent mettre en évidence les risques dont elles sont conscientes et auxquels les filles, en particulier, font face. Demandez-leur de parler de sécurité à leurs filles et de leur demander quels sont les risques auxquels elles sont exposées à la maison ou dans la communauté et dont les tutrices peuvent ne pas être au courant.

SESSION II

La violence visant les adolescentes

► Objectifs :

1. Les tutrices comprennent mieux les types de violence auxquels les filles sont confrontées.
2. Les tutrices sont conscientes des effets de ces types de violence sur les filles.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► Durée : 2 heures (Ajoutez du temps supplémentaire si vous effectuez l'activité de MGF.)

* Remarque :

Cette session peut être assez sensible, il est donc important de vérifier avec les tutrices comment elles se sentent à mesure que vous avancez dans chaque activité.

I. Bienvenue et révision (5 minutes)

? **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

= **Dire :** Lors de sessions précédentes, nous avons discuté de la violence à l'égard des femmes et des filles. Aujourd'hui, nous allons parler spécifiquement des types de violence que subissent les adolescentes, de l'impact que cela peut avoir sur elles, et explorer des moyens permettant de créer un environnement plus sûr pour les filles.

2. Explorons (15 minutes)

? **Demander :** Pouvez-vous penser à d'autres formes de violence auxquelles les filles sont plus exposées que les femmes ? (Exemples : mariage précoce, MGF, déni d'éducation, etc.)

= **Dire :** Les adolescentes sont plus à risque de violence que les autres groupes, à cause de leur âge et aussi parce qu'elles sont des filles. Les filles peuvent être exposées à la violence à la fois à l'intérieur et à l'extérieur de la maison. Parfois, la réaction des tutrices/tuteurs face à ce risque de violence peut les amener à limiter les mouvements des filles, à limiter leur accès à l'éducation ou à d'autres activités, et à blâmer les filles pour la violence qu'elles risquent de subir.

? **Demander :** Pensez-vous que les filles sont à blâmer pour la violence qu'elles subissent ? (La violence est un choix fait par celles/ceux qui la commettent, les filles ne sont jamais responsables de la violence qu'elles subissent.)

3. Activités

Activité 1 : Mythes et faits sur la violence basée sur le genre (15 minutes)

= **Dire :** Parfois, les gens disent des choses fausses sur la violence basée sur le genre. Cela s'appelle des mythes. Nous allons jouer à un jeu pour découvrir la vérité !

✓ **Faire :** Lisez les déclarations ci-dessous. Si les tutrices pensent que la déclaration est vraie, elles devraient se lever. Si elles pensent que la déclaration est un mythe, elles devraient rester assises. Clarifiez la réponse après chaque affirmation. Autorisez la discussion après chaque déclaration, au besoin.

- Quand quelqu'un s'excuse d'être violent, cela signifie qu'il va changer et ne plus être violent. (*Mythe*)
- Parfois, le seul moyen de faire face à une situation est de recourir à la violence physique, parce qu'il faut

enseigner une leçon à la fille ou la femme. (Mythe)

- Le mariage précoce d'une fille signifie qu'elle ne subira pas de violence sexuelle (ou autres types de violence). (Mythe)
- Seules les filles pauvres et sans éducation subissent des violences sexuelles. (Mythe)
- Parfois, il est nécessaire de recourir à la violence physique pour faire comprendre à quelqu'un qu'il a mal agi. (Mythe)
- Il n'y a rien de mal à la punition physique ; c'est quelque chose de normal et qui est pratiqué depuis de nombreuses années. (Mythe)
- Les filles très jeunes ne sont pas victimes de violence sexuelle - cela ne concerne que les filles et les femmes plus âgées. (Mythe)
- Les auteurs de violences sexuelles sont généralement étrangers aux filles et aux femmes. (Mythe)
- Seules les filles et les femmes jeunes et attirantes sont violées. (Mythe)
- Si une fille est violée, ce doit être de sa faute. Elle a dû faire quelque chose, dire quelque chose ou s'habiller de manière à inviter l'acte. (Mythe)



Demander : Est-ce que l'une des réponses vous a surprise ? Laquelle et pourquoi ?



Remarque : Si certaines tutrices sont d'accord avec les déclarations lues, demandez aux tutrices qui ne sont pas d'accord de partager leur raisonnement avec le groupe, pour fournir une perspective opposée.



Dire : Les auteurs d'actes de violence choisissent d'être violents. Peu importe si quelqu'un est pauvre, jeune, vieux, etc. Parfois, la société nous dit que c'est la fille qui est à blâmer pour les actes de violence qu'elle a subis, et nous réagissons ensuite en restreignant les filles comme moyen de contrôler cette violence. En faisant cela, nous ignorons la cause de la violence (la cause fondamentale).

Activité 2 : Les effets de la violence sur les filles (30 minutes)



Faire : Rappelez aux femmes les différents types de violence discutés lors de la session précédente.



Faire : Divisez les femmes en quatre groupes et fournissez à chaque groupe une étude de cas. Lisez l'étude de cas au groupe et demandez à chaque groupe de réfléchir aux questions de chaque étude de cas. Elles présenteront un résumé à l'ensemble du groupe.

Contextualisation

Étude de cas 1 : Tania a 11 ans et elle aime l'école. Mais récemment, c'est devenu très difficile pour elle. Elle a une nouvelle enseignante qui traite les filles et les garçons différemment. Pendant la pause, les garçons jouent à l'extérieur et les filles restent à l'intérieur pour aider à nettoyer. Pendant le cours, l'enseignante demande seulement aux garçons de répondre aux questions, même si Tania connaît toujours la réponse. Un jour, Tania refuse de faire le ménage et dit à son enseignante qu'elle veut aller jouer dehors. L'enseignant la frappe et lui dit qu'il n'est pas approprié que les filles jouent dehors et elle ne devrait pas rétorquer !



Demander :

- Est-ce un type de violence ? (Oui)
- Quels sont les effets physiques et émotionnels potentiels de l'expérience de Tania ?
- Est-ce que ce qui est arrivé à Tania est de sa faute ? (Non, Tania n'est pas à blâmer. Il existe d'autres moyens de résoudre des problèmes qui ne nécessitent pas de violence.)

Étude de cas 2 : Zara a 12 ans et aide sa mère à accomplir les tâches ménagères. Un jour, sa mère est malade et lui demande d'emprunter des légumes à leur voisine. La voisine n'est pas à la maison, mais son mari, Bilal, est là. Zara ne veut pas aller à l'intérieur, mais Bilal insiste et assure à Zara qu'il lui fournira les ingrédients nécessaires. Une fois à l'intérieur, l'homme tente de coincer Zara contre le mur. Elle parvient à s'échapper. Alors qu'elle quitte la maison, il la menace et lui dit de ne rien dire à personne.



Demander :

- Est-ce un type de violence ? (*Oui*)
- Quels sont les effets physiques, émotionnels et sociaux potentiels de l'expérience de Zara ?
- Quelle est la probabilité que Zara partage son expérience avec les autres ? Qu'est-ce qui l'empêcherait de partager ? (*Peur d'être blâmée, ne pas être crue*)

Étude de cas 3 : Rebecca s'est mariée à l'âge de 14 ans. Quelques jours après son mariage, son mari a commencé à se disputer avec elle. Les bagarres arrivaient sans raison apparente et incluaient des cris, des coups et une ridiculisation de son apparence, de son comportement, etc. Parfois, il se disputait aussi avec elle si elle refusait de cuisiner, de nettoyer ou pour lui avoir répondu. Parfois, le mari de Rebecca s'excusait et était gentil avec elle pendant quelques jours, puis devenait de nouveau en colère et recommençait à utiliser la violence physique et à dire des choses horribles à Rebecca.

 Demander :

- Est-ce un type de violence ? (*Oui, le mariage précoce est une forme de violence et les filles qui se marient à un jeune âge courent un risque accru de subir d'autres formes de VBG.*)
- Quels sont les effets physiques, émotionnels et sociaux potentiels de l'expérience de Rebecca ?
- Le comportement du mari de Rebecca est-il normal ? (*La société peut penser que cela est normal et acceptable, mais Rebecca a le droit de vivre une vie à l'abri de la violence.*)
- Est-il acceptable que le mari de Rebecca la batte parce qu'elle refuse de cuisiner, de nettoyer ou parce qu'elle lui répond ? (*Non, il existe d'autres moyens de résoudre des problèmes qui n'impliquent pas de violence.*)

Étude de cas 4 : Mariam a 16 ans et elle a un petit ami. Parfois, quand Mariam rentre de chez son petit ami, elle a des bleus sur le corps. Elle est triste et parfois contrariée après l'avoir vu. La mère de Mariam essaie de lui parler et de lui dire qu'elle devrait quitter son petit ami parce qu'il est mauvais pour elle. Mariam se dispute avec sa mère et refuse de lui parler de ce qui se passe dans sa relation.

 **Remarque :** Les tutrices peuvent dire que les filles ne devraient pas avoir de petit ami et que c'est la solution. Il est important pour elles de réfléchir aux moyens de soutenir les filles qui subissent de la violence sans interrompre la conversation et les forcer à rester secrètes.

 Demander :

- Mariam est-elle victime d'un type de violence ? (*Oui*)
- Quels sont les effets physiques, émotionnels et sociaux potentiels de l'expérience de Mariam ?
- Que peut faire la tutrice de Mariam pour la soutenir dans cette situation ? (*La tutrice de Mariam devrait faire clairement savoir à Mariam qu'elle est là pour la soutenir et l'écouter si elle a besoin d'aide ou de parler. Elle devrait vérifier régulièrement auprès de Mariam pour voir si elle va bien et veut partager quelque chose.*)

 Expliquer : Dans chaque situation, les filles ont subi la de violence.

- Toutes les filles peuvent être stressées, blessées, désespérées, isolées ou traumatisées.
- Les filles peuvent être blâmées ou rejetées par leur famille ou leur communauté.
- Elles peuvent souffrir de dépression, de mauvais résultats scolaires, de crainte ou de méfiance envers les adultes, d'intimidation, etc. Cela peut avoir de graves conséquences sur leur vie d'adulte.
- Comme nous en avons discuté lors de la session sur le développement des adolescentes, les recherches nous indiquent que les enfants qui subissent la violence peuvent subir de terribles conséquences sur leur développement. Les enfants témoins de violence peuvent également subir les mêmes conséquences négatives.

 Demander : Que pouvons-nous faire pour créer un environnement plus sûr pour les filles qui peuvent être confrontées aux différents types de violence dont nous avons discutés ? (*Ajoutez les points qui suivent si les participantes ne les mentionnent pas.*)

- Ne blâmez pas les filles de la violence qu'elles subissent.
- Créez un espace ouvert et sans jugement pour que les filles se sentent à l'aise pour discuter de la violence à laquelle elles peuvent être confrontées. Cela est particulièrement important pour les filles qui peuvent subir la violence de la part de leur petit ami et partenaire.
- Respecter le droit des filles à une vie sans violence, le droit d'être des enfants, de recevoir une

éducation, de ne pas être forcées à se marier, etc.

- Félicitez les filles pour leur audace et leur confiance en elles-mêmes et pour avoir pris la défense de leurs intérêts et avoir dit « non » aux personnes qui pourraient vouloir leur nuire.
- Encouragez les filles à exercer leur droit de dire « non » fermement.
- Encouragez-les à communiquer avec assurance, même au risque d'« offenser » quelqu'un qui pourrait être perçu comme détenant plus de pouvoir.
- Utilisez une communication ouverte et faites preuve d'empathie afin d'aider les filles à développer des relations positives et saines.
- Utilisez des stratégies non violentes pour régler les conflits et les désaccords au sein de la famille.
- Utilisez des méthodes de discipline non violentes.

Activité 3 : Mariage précoce (25 minutes)

 **Dire :** Nous allons maintenant parler plus en détail du mariage précoce. C'est quelque chose qui peut être très courant dans notre communauté, mais il est important pour nous de réfléchir aux conséquences physiques, émotionnelles et sociales qu'il peut avoir sur les adolescentes et de connaître votre opinion et vos idées sur ce sujet.

 **Demander :**

- Selon vous, quel est le bon âge pour marier une fille ?
- Qui prend normalement la décision en matière de mariage ? Est-ce quelqu'un d'autre que la personne qui, selon vous, devrait prendre ces décisions ?
- Quelles sont certaines des raisons pour lesquelles une fille se marie avant d'avoir 18 ans ?
- Si une fille se marie avant l'âge de 18 ans, quel peut en être l'impact physique ou émotionnel sur elle (surtout si elle tombe enceinte avant 18 ans) ?

 **Expliquer :**

- Selon la Convention relative aux droits de l'enfant, le « mariage d'enfants ou mariage précoce » est défini comme un mariage contracté avant l'âge de 18 ans et est préjudiciable aux filles.
- Les filles qui se marient jeunes sont souvent retirées de l'école et manquent des années importantes de leur éducation. Pour cette raison, elles auront des connaissances, des compétences et une expérience limitées pour négocier les rôles conjugaux d'adultes.
- Les filles mariées à un jeune âge ont tendance à avoir des différences d'âge plus grandes avec leur mari que celles qui se marient plus tard. Cela peut être traumatisant pour les jeunes filles. Souvent, elles ont très peu d'informations sur les « relations entre adultes ».
- On s'attend souvent à une grossesse après le mariage, les premières naissances étant les plus risquées pour les mères adolescentes. La grossesse en cette période est très dangereuse et les médecins recommandent aux filles de finir la puberté et l'adolescence avant de tenter d'avoir des enfants.

 **Faire :** Lisez l'histoire suivante et demandez aux tutrices comment cette situation pourrait être gérée.

Contextualisation

Yusra vit dans votre communauté. Elle a trois enfants et les élève seule. Elle gagne de l'argent en faisant de la couture, mais cela ne suffit pas pour subvenir aux besoins de ses enfants. Elle fait de son mieux et est déterminée à garder ses enfants à l'école, mais elle a des difficultés depuis quelque temps et a dû retirer sa fille aînée de l'école. Yusra pense qu'il est peut-être préférable que sa fille se marie. Cela réduira son fardeau financier. Yusra pense également que ce serait mieux pour sa fille, car quelqu'un d'autre en sera responsable. Elle aime beaucoup sa fille et veut le meilleur pour elle. La fille de Yusra a 14 ans. Yusra veut votre avis.

 **Faire :** Divisez les tutrices en petits groupes et demandez-leur de réfléchir à la façon dont elles pourraient conseiller Yusra. Amenez-les à considérer la situation de Yusra en tenant compte de l'impact que retarder le mariage pourrait avoir sur la famille et des mesures que Yusra pourrait prendre pour y faire face. (Par exemple, elle peut dire qu'elle n'a pas d'autre choix en raison de contraintes financières ou pour protéger sa fille.)

 **Remarque :** Elles devraient demander à Yusra de réfléchir aux avantages et aux inconvénients de la décision

de marier sa fille. Elles devraient encourager Yusra à réfléchir à des stratégies alternatives avant de marier sa fille et lui demander de réfléchir à la manière dont elle pourrait chercher de l'aide.



Expliquer :

- Les adolescentes enceintes courent un risque beaucoup plus élevé de mourir pendant ou après l'accouchement.
- Les mères adolescentes sont moins susceptibles de recevoir des services de santé en raison des retards dans la recherche des soins, des obstacles à l'accès à un établissement et des difficultés à obtenir des soins spécialisés.
- Les filles physiquement plus jeunes (moins de 18 ans) ne sont pas aussi développées que les adultes. Certaines parties de leur corps grandissent encore et elles doivent être pleinement développées pour pouvoir accoucher d'un bébé en bonne santé.
- Par exemple, les filles qui tombent enceintes très tôt ont souvent des accouchements difficiles parce que leur bassin est trop étroit. Accoucher peut parfois nécessiter une opération.
- Les jeunes filles courent un plus grand risque d'avoir des crises dangereuses pendant la grossesse, l'épuisement, les infections, les blessures et la mort.
- Les jeunes filles courent également un risque élevé d'accoucher prématurément, avant que le bébé ne soit prêt à sortir.



Demander :

- Que pensez-vous des informations présentées ? Est-ce que certaines informations sont nouvelles pour vous, ou aviez-vous déjà ces informations ?
- Pensez-vous que cette information pourrait aider une personne à prendre une décision éclairée concernant le mariage précoce ? Pourquoi/pourquoi pas ?
- S'agit-il d'un sujet que les tutrices peuvent facilement aborder entre elles ? Pourquoi/pourquoi pas ?
- Que peuvent faire les tutrices si ce sont les filles elles-mêmes qui demandent à se marier ?
- Si vous avez des filles déjà mariées, quelles sont, selon vous, les choses dans lesquelles elles ont besoin de soutien pour leur assurer une vie de couple saine et sans risque ?

Activité facultative 4 : Mutilation génitale féminine/excision (25 minutes)

Contextualisation



Remarque : Cette activité ou ce sujet peuvent ne pas être pertinents dans tous les pays. Ne la mettez en œuvre que là où il est connu que la MGF est pratiquée.



Demander : Qu'entendons-nous par « tradition » ?



Expliquer : La tradition est une croyance ou un comportement transmis au sein d'un groupe ou d'une société avec une certaine signification, et est basée dans le passé.



Demander :

- Quelles sont les traditions que nous avons dans nos familles ou dans notre communauté ?
- Les traditions sont-elles faciles à changer ?
- Pouvez-vous penser à des exemples de traditions que vous avez vus changer au fil du temps ? (*Par exemple, qu'est-ce qui est différent pour vous par rapport à vos parents ou grands-parents ?*)
- Y'a-t-il des traditions néfastes ? Quelles sont les traditions néfastes ? (*Par exemple, préférence pour le fils, système de dot, MGF, etc.*)



Dire : De nombreuses cultures à travers le monde pratiquent des traditions différentes pour célébrer la période de transition entre l'enfance et l'âge adulte. Cette célébration est très importante dans de nombreuses communautés, mais certaines traditions peuvent avoir des effets physiques et émotionnels sur la personne en transition.



Demander : Quelqu'un a-t-il entendu parler de mutilation génitale féminine/excision ?



Remarque : Utilisez le terme local approprié (par exemple, école de brousse).

... **Expliquer :** La mutilation génitale féminine/excision est la coupure des organes génitaux externes de la femme ou de la fille.

= **Dire :** Je vais vous lire une histoire.

Contextualisation

Amina et Christine ont toutes les deux 11 ans et sont dans la même classe à l'école. Elles passent beaucoup de temps ensemble, mais pendant les vacances scolaires, elles ne se voient pas. Leurs vies prennent deux directions différentes. Christine va à l'école de brousse (passe par la MGF) pendant l'été, mais pas Amina.

✓ **Faire :** Divisez les tutrices en petits groupes et demandez-leur de dessiner deux images, l'une représentant Amina et l'autre représentant Christine.

= **Dire :** Dessinons où elles seront dans la vie dans 10 ans. À quoi ressemblera leur vie ? Que seront-elles en train de faire ? Comment leurs vies seront-elles semblables ou différentes ?

✓ **Faire :** Une fois qu'elles ont terminé, demandez-leur de partager certaines de leurs idées avec le groupe. Ensuite, expliquez comment l'histoire s'est terminée.

= **Dire :** Les vies d'Amina et de Christine se sont révélées être très différentes en raison de leur expérience à 11 ans. L'expérience de l'école de brousse signifiait que Christine manquait beaucoup l'école, alors qu'Amina devait continuer ses études. Christine, à cause de son expérience à l'école de brousse, était maintenant considérée comme prête à se marier, alors elle s'est mariée jeune. Amina ne s'est pas mariée très tôt. Christine a eu des enfants assez rapidement après son mariage. Amina a attendu d'être plus âgée pour avoir des enfants. Christine et Amina ont une chose en commun : aucune d'elles ne laissera leur fille aller à l'école de brousse. Christine parle maintenant de son expérience à d'autres personnes, pour les encourager à penser à d'autres moyens de célébrer la croissance de leurs filles.

? **Demander :** Qui décide si une fille doit être excisée ?

? **Demander :** Avez-vous entendu parler d'histoires dans lesquelles des filles ou leurs tutrices ont refusé de se faire exciser ou ont refusé de laisser leurs filles se faire exciser ? Qu'advient-il de ces personnes dans la communauté ?

? **Demander :** Connaissez-vous certains des risques liés à la MGF ?

... **Expliquer :** Les MGF consistent à enlever et à endommager les tissus sains et normaux, interférant ainsi avec les fonctions naturelles du corps des filles et des femmes.

Les MGF peuvent avoir des conséquences graves sur la santé tout au long de la vie, notamment des infections ; hémorragie ; douleur intense pendant la miction, la menstruation, les rapports sexuels et l'accouchement ; Traumatisme psychologique ; infertilité ; et dans certains cas, la mort.

? **Demander :** Avez-vous entendu parler de rituels alternatifs utilisés au lieu de l'excision ? Y en a-t-il qui existent dans cette communauté ?

... **Expliquer :** Il est très important de célébrer les valeurs culturelles. Les filles devraient pouvoir célébrer la transition vers la vie de femme et connaître leurs valeurs culturelles et communautaires sans les effets néfastes des MGF.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser la même activité ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez de ce que vous avez appris aujourd'hui avec vos filles et demandez-leur comment vous pouvez créer un environnement plus sûr pour elles pendant cette période de transition. Expliquez et clarifiez tous les mythes qu'elles pourraient avoir sur l'expérience de la violence pour les adolescentes. Vous pouvez partager vos idées lors de la prochaine session.

SESSION 12

Répondre à la violence à l'égard des adolescentes

► Objectifs :

1. Les tutrices explorent le concept de blâme en relation avec la violence subie par les adolescentes.
2. Les tutrices explorent les moyens de protéger les filles de la violence sans leur causer plus de mal.

► **Matériel :** Tableau à feuilles mobile, marqueurs, session sur le toucher confortable et inconfortable du module de sécurité prise des modules Filles Soleil de compétences de vie.

► **Durée :** 2 heures

* Remarques :

Cette session pourrait être très sensible et l'animatrice pourrait être confrontée à une certaine résistance de la part des tutrices. Il est important de rappeler aux tutrices les accords de groupe et les services de VBG disponibles pour les femmes et les filles.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

- ? **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?
- = **Dire :** Lors de la dernière session, nous avons discuté en plus de détail de certaines des formes de violence auxquelles les filles en particulier peuvent être confrontées. Aujourd'hui, nous allons discuter de la manière dont nous pouvons aider à protéger les filles de ces formes de violence.
- ? **Demander :** Quelles sont les choses que nous pouvons faire pour assurer la sécurité des filles ? (Pas de mariage précoce, pas de MGF, pas de blâme, une communication ouverte, etc.)

2. Explorons (20 minutes)

- * **Remarque :** Cette histoire pourrait être difficile. Les femmes peuvent ne pas être disposées à accepter de soutenir une fille qui est en relation avec une autre personne si cela est rare ou caché dans leur culture. Il est important de faire en sorte que les participantes se concentrent sur le danger potentiel que la fille pourrait subir et sur la nécessité de garantir sa sécurité.
- ? **Demander :** Qui se souvient de l'histoire de Mariam de la dernière session ?
- ✓ **Faire :** Rappelez aux participantes l'histoire de Mariam : Mariam a 16 ans et a un petit ami. Parfois, Mariam a des bleus sur le corps quand elle rentre à la maison après avoir vu son petit ami. Elle est triste et parfois contrariée après l'avoir vu. La tutrice de Mariam essaie de lui parler et de lui dire qu'elle devrait quitter son petit ami parce qu'il n'est pas bien pour elle. Mariam se dispute avec sa tutrice et refuse de lui parler de ce qui se passe dans sa relation.
- ? **Demander :** Imaginez que Mariam rentre à la maison un jour couverte de bleus et que sa tutrice la voit. Que doit-elle dire à Mariam ?
- ? **Demander :** Quelqu'un se souvient-il de la session que nous avons eue sur nos relations avec les adolescentes ? Nous avons discuté de l'empathie. Quelqu'un se rappelle-t-il ce que signifie l'empathie ?
- ... **Expliquer :** L'empathie, en termes simples, est la capacité de comprendre et d'agir avec soins envers nos filles.

 **Demander :** Et pourquoi l'empathie est-elle importante, spécialement quand nous parlons de violence avec nos filles ?

 **Expliquer :**

- Être empathique aide les filles à se sentir en sécurité.
- Être empathique permet aux filles (ou à toute personne qui a subi de la violence) de partager ouvertement et de discuter des problèmes et des risques auxquels elles sont confrontées sans craindre d'être blâmées.

 **Demander :** Quelqu'un peut-il rappeler la technique dont nous avons discuté pour renforcer l'empathie ?

 **Faire :** Rappelez aux tutrices :

Étape 1 - Identifier le sentiment.

Étape 2 - Déterminer la raison.

Étape 3 - Honorer le sentiment.

Étape 4 - Gérer les sentiments avec l'enfant et agir.

 **Expliquer :** La tutrice de Mariam ne devrait pas blâmer Mariam pour ce qui s'est passé. Elle devrait faire en sorte que Mariam se sente à l'aise et en sécurité pour exprimer ce qui lui est arrivé. La tutrice de Mariam devrait essayer de parler à Mariam et lui expliquer que ce qu'elle subit est un certain type de violence. Elle peut aussi dire à Mariam quelles pourraient être les conséquences de la violence. Si Mariam n'est pas prête à demander de l'aide, sa tutrice doit lui faire comprendre qu'elle est là pour la soutenir et l'écouter si elle a besoin d'aide ou si elle veut parler. Elle devrait vérifier régulièrement auprès de Mariam si elle va bien et si elle veut parler de quelque chose.

 **Demander :** Pourquoi est-il important que la tutrice de Mariam réagisse de cette façon ?

 **Expliquer :** Il est important qu'elle réagisse ainsi afin de bien comprendre les risques et d'aider Mariam à se protéger de ces risques ou menaces. En réagissant de manière ouverte et positive, la tutrice de Mariam peut essayer de comprendre pourquoi Mariam est toujours en relation avec son petit ami, car il peut y avoir des raisons pour lesquelles elle veut rester avec lui. Par exemple, elle peut se sentir piégée - si elle lui doit de l'argent, s'il menace de nuire à sa réputation, etc. La mère de Mariam peut également essayer d'aider Mariam à élaborer un plan de sécurité ou à avoir accès à des services d'assistance - par exemple, la gestion de cas.

3. Activités

Activité 1 : Blâme - Levez-vous, asseyez-vous (30 minutes)

 **Expliquer :** Comme nous en avons déjà discuté, certaines personnes blâment parfois entièrement ou partiellement les filles pour la violence qu'elles subissent. Elles peuvent dire aux filles que c'est de leur faute si la violence leur est arrivée, qu'elles auraient pu faire quelque chose pour l'arrêter ou sinon pour l'éviter.

 **Dire :** Je vais lire quelques scénarios et nous allons décider qui est à blâmer. Je vais vous demander qui est à blâmer, alors suivez les instructions.

Scénario 1 :

 **Dire :** Un homme oublie son téléphone sur une table dans un restaurant. Quelqu'un vole le téléphone.

Levez-vous si vous pensez que l'homme est à blâmer. (C'est la responsabilité de la personne qui a pris le téléphone, car c'est la décision que cette personne a prise.)

Scénario 2 :

 **Dire :** Une jeune fille rentre à la maison tard dans la nuit après avoir passé du temps chez son amie. Elle porte un pantalon moult. Un homme s'approche et tente de l'attraper, elle réussit à s'enfuir.

Levez-vous si vous pensez que la fille est à blâmer. (Les tutrices pourraient dire que la fille ne doit pas marcher la nuit ni porter ce genre de vêtements. Il est important de souligner que nous pouvons parfois essayer de prévenir les situations en marchant en groupe ou pendant la journée (pour notre sécurité), mais une fille n'est jamais à blâmer dans cette situation. L'auteur de violence a pris la décision de s'approcher d'elle, il est donc responsable ! Les vêtements de la jeune fille ou d'autres facteurs n'empêcheront pas une personne de commettre des actes de violence si elle a pris la décision de le faire.)

Scénario 3 :

 **Dites :** Un mari et sa femme se disputent parce que sa femme a refusé de faire ce qu'il lui avait demandé. Le mari pousse la femme et la blesse au bras. Levez-vous si vous pensez que le mari est à blâmer.

(Elles peuvent dire que la femme est en train de désobéir et devrait faire ce que l'homme lui dit de faire. Il est important de leur dire qu'elle ne doit en aucun cas être tenue pour responsable de l'agression physique de son mari. Il existe différentes façons de résoudre les problèmes. Les femmes doivent être traitées d'une manière égale avec les hommes – la femme n'a pas besoin de faire tout ce que le mari dit, il devrait y avoir un pouvoir de décision égal.)

Scénario 4 :

 **Dire :** Un garçon rentre de l'école à la maison. Il s'arrête à l'épicerie pour acheter un soda. Quand il sort de l'épicerie, un groupe de garçons lui demande de leur donner son soda. Le garçon dit « non », alors le groupe le bat.

Levez-vous si vous pensez que le garçon est à blâmer. (Elles pourraient dire que le garçon aurait dû leur remettre son soda. Il est important de dire que même si le garçon aurait pu le faire, il n'est pas à blâmer. Le groupe a décidé de se comporter de cette manière.)

 **Demander :** La personne qui subit de la violence est-elle jamais à blâmer pour ce qui lui arrive ? (Précisez que ce n'est jamais la faute de la personne qui a subi la violence (la survivante). La violence est un choix. Dans de nombreux cas, nous blâmons la survivante, en nous attendant de la survivante qu'elle soit responsable de sa propre sécurité ou en pensant qu'elle aurait pu faire quelque chose pour l'empêcher. Cela signifie que nous ignorons la responsabilité de la personne qui a décidé d'exercer la violence en premier lieu.)

 **Demander :** Parfois, lorsqu'une personne subit de la violence, elle pourrait ne pas vouloir en parler à qui que ce soit. Pourquoi à votre avis ? (Par exemple, elles ne savent pas à qui faire confiance, elles ont peur que l'histoire circule ou du jugement des gens, elles pensent qu'elles sont à blâmer, elles ont peur que d'autres les blâment.)

 **Demander :** Que pouvons-nous faire pour soutenir davantage les filles (et les femmes) qui pourraient vouloir divulguer la violence.

 **Expliquer :** La survivante n'est jamais à blâmer pour la violence qu'elle subit. Même si certaines personnes peuvent penser que la survivante peut faire quelque chose pour empêcher la violence de se produire, il est important de comprendre que l'auteur a le choix de ne pas abuser et que la responsabilité incombe toujours à l'auteur.

Activité 2 : Protéger les filles de la violence (30 minutes)

 **Demander :**

- Traitons-nous les filles et les garçons différemment en ce qui concerne leur sécurité ? (Par exemple, y-a-t-il des choses que nous permettons aux garçons de faire mais pas aux filles parce que nous voulons les garder en sécurité ?)
- Quelles sont les choses que nous permettons aux garçons de faire mais non pas aux filles ?
- À votre avis, quels seraient les risques que les filles rencontreraient si elles faisaient les mêmes choses que les garçons ?



Expliquer : Il est important de protéger nos enfants de la violence. Parfois, les gens peuvent penser que protéger une fille implique de la garder à la maison et ne pas lui permettre de s'impliquer dans la communauté, d'aller à l'école, de se faire des amies, etc. Mais les gens pourraient ne pas se rendre compte des préjudices que ce genre de comportement pourrait entraîner. Cela pourrait rendre la fille plus isolée, ce qui pourrait l'affecter plus tard, limiter ses compétences et ses informations sur comment gérer sa vie. Mais comme nous sommes conscientes que certains problèmes affectent peut-être davantage les filles que les garçons, réfléchissons à des moyens de réduire les risques sans empêcher les filles de devenir des membres actifs de la communauté.



Faire : Diviser les tutrices en deux groupes. Les groupes répondront aux questions suivantes :

Groupe 1 : Comment pouvons-nous protéger les filles de la violence au sein de la maison ?

Groupe 2 : Comment pouvons-nous protéger les filles de la violence en dehors de la maison ?



Remarque : Si les femmes expriment le fait que la violence à l'intérieur de la maison est perpétrée par les hommes et qu'elles subissent elles-mêmes de la violence, demandez-leur de penser aux stratégies qu'elles pourraient utiliser pour se protéger et protéger leurs enfants. Par exemple, enlever ou cacher des outils nocifs qui pourraient être utilisés pour blesser quelqu'un, ou se déplacer vers une pièce de laquelle elles pourraient s'échapper ou où d'autres personnes pourraient les entendre. Rappelez-leur également la disponibilité des services de gestion de cas.



Dire :

- Dans vos groupes, je veux que vous réfléchissiez à ce que vous pouvez faire pour aider les filles à rester en sécurité, à l'intérieur ou à l'extérieur de la maison (en fonction du groupe auquel vous avez été affectées).
- Pensez aux sessions précédentes où nous avons discuté de la sécurité et de la protection. Pour les membres du groupe « à l'intérieur de la maison », réfléchissez à l'impact que les châtimements corporels peuvent avoir sur les enfants et à certaines des stratégies alternatives que vous pouvez utiliser.
- Pour le groupe « hors de la maison », rappelons-nous que nous ne voulons pas que les filles se sentent isolées ni leur imposer des limites. Nous voulons qu'elles soient des membres actifs de la communauté vivant sans aucun préjudice



Faire : Une fois que les tutrices ont terminé, demandez-leur de partager leurs idées avec le groupe.

Ajoutez les points suivants :

- Écoutez les filles et croyez ce qu'elles vous disent.
- Prenez le temps de leur parler quotidiennement.
- Soyez conscientes de ce qui les rend mal à l'aise.
- Faites attention aux indices que les filles pourraient montrer indiquant qu'elles font face à un problème.
- Ne tolérez pas la violence parmi les membres de la famille, y compris entre frères et sœurs.
- Gardez les disputes et les problèmes des adultes loin des enfants et trouvez des moyens non violents de les gérer.
- Parlez ouvertement des problèmes de sécurité. Les filles seront moins susceptibles de venir vous parler si le problème est considéré comme secret ou honteux. Si elles estiment que leurs tutrices sont à l'aise pour discuter du sujet, elles seront probablement plus susceptibles d'en parler.
- Pratiquez les choses dont vous parlez. Vous pensez peut-être que les filles comprennent votre message, mais avant qu'elles ne l'intègrent à leur vie quotidienne, il y a des chances qu'elles ne l'aient pas bien compris. Trouvez des occasions de mettre en pratique des scénarios hypothétiques « Et si ». Par exemple, « Et si quelqu'un vous dit quelque chose qui vous met mal à l'aise ? », « Et si vous avez besoin de voir un médecin et avez besoin d'aide pour y aller ? », etc.
- Elles doivent également savoir qu'il est acceptable de dire à une personne en qui elles ont confiance si elles subissent de la violence.



Remarque : Assurez-vous de contester les stratégies préjudiciables suggérées, telles qu'enfermer les filles, ne pas leur permettre de sortir du tout, etc.



Demander : Nous avons discuté de la manière dont vous pouvez protéger les filles pour les garder en sécurité, mais que pouvons-nous faire pour que les filles puissent également s'aider à rester à l'abri de la violence ?



Faire : Notez leurs commentaires et discutez de ce qui pourrait être enseigné/est enseigné aux filles dans les modules Filles Soleil de compétences de vie.

Par exemple :

- Sensibilisez les filles aux différents types de violence. Expliquez le bon et le mauvais toucher.
- Encouragez les filles à exercer leur droit de dire « non » fermement.
- Encouragez les filles à communiquer fermement, même si elles risquent d'« offenser » quelqu'un qui pourrait être perçu comme ayant plus de pouvoir.
- Expliquez aux filles qu'elles peuvent venir vous dire si elles se sentent menacées, sans crainte ni jugement. Dites-leur qu'elles ne seront pas blâmées.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser la même activité ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Parlez à vos filles de la façon dont elles peuvent se protéger. Expliquez comment vous envisagez de les protéger en utilisant les idées que vous avez suggérées dans l'Activité 2 et obtenez leurs opinions/commentaires à ce sujet.

SESSION 13

Notre vision pour la communauté

► Objectifs :

1. Les tutrices réfléchiront à leur rôle pour protéger les filles de la violence dans la communauté.
2. Les tutrices élaboreront un plan décrivant comment elles peuvent aider les filles à rester en sécurité dans leur communauté.

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► **Durée :** 2 heures

1. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demandez :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (15 minutes)

 **Dire :** Nous avons discuté de la façon dont nous pouvons aider à protéger nos filles et comment nous pouvons leur donner les moyens de gérer leur propre sécurité (par exemple, dire « non » et être conscientes des différents types de violence). Nous allons maintenant discuter de notre rôle pour assurer la sécurité de toutes les filles de la communauté.

 **Demander :** Pourquoi est-il important de penser à notre rôle d'assurer la sécurité de toutes les filles de la communauté au sens large ? *(Il y a des types de violence qui affectent les filles hors du foyer et nous devons impliquer la communauté dans son ensemble pour veiller à ce que les filles soient en sécurité. Nous devons également réfléchir à notre propre rôle dans la communauté pour protéger les autres filles.)*

 **Demander :** Que pensez-vous de votre rôle dans la communauté pour assurer la sécurité de toutes les filles ? Pensez-vous que vous avez un rôle à jouer ?

 **Demander :** Quels sont les défis auxquels vous pourriez faire face en impliquant d'autres membres de la communauté dans la protection des filles ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons discuter de nos idées et suggestions sur la manière de protéger les filles et d'engager les autres membres de la communauté.

3. Activités

Activité 1 : Violence à l'égard des filles dans la communauté (30 minutes)

 **Dire :** Je vais lire plusieurs déclarations. Après chaque phrase, vous devriez vous demander si la déclaration est utile ou nocive pour la prévention de la violence à l'égard des filles. Si vous pensez que la déclaration est utile, levez-vous. Si vous pensez que la déclaration est nocive, restez assises.

 **Remarque :** Aidez le groupe à exprimer ses idées et à arriver à une décision. Reconnaissez également que les tutrices peuvent ne pas être en position de pouvoir pour aborder certaines de ces affirmations. Si ce problème se pose, demandez aux femmes ce qu'il est en leur pouvoir de faire réellement dans cette situation.

**Dire :**

- Un passant ignore la bagarre entre un homme et sa femme adolescente qui se déroule dans la rue devant leur maison. *(Nocif)*
- Les femmes de la communauté se rassemblent pour sensibiliser aux problèmes de sécurité dans leur communauté. *(Utile)*
- Un médecin de la communauté évite de demander à une fille qui vient chaque semaine avec des marques noires et bleues si elle a besoin d'aide, car il veut respecter la vie privée de la famille. *(Nocif)*
- Quelqu'un parle à ses voisins pour les convaincre de ne pas marier leur fille trop tôt. *(Utile)*
- Un chef de communauté découvre des actes de violence à l'égard des filles dans la communauté et n'en parle pas. *(Nocif)*
- Une tutrice parle à la directrice de l'école de ses préoccupations concernant le traitement des filles à l'école. *(Utile)*

**Faire :** Quand le groupe a fini :**Demander :**

- Pensez-vous qu'il est facile pour les femmes de mener de telles actions dans la communauté ?
- Qu'est-ce qui pourrait aider les femmes à agir plus facilement ?
- Que pensons-nous qu'il soit réaliste de faire dans notre communauté ?

**Faire :** Écrivez leurs réponses sur un papier pour tableau de conférence.

Activité 2 : Que pouvons-nous faire pour prévenir la violence à l'égard des filles dans la communauté ? (40 minutes)



Dire : Nous avons discuté de la violence à l'égard des filles dans la communauté et nous avons vu les choses nocives et utiles que nous pouvons faire pour essayer de créer un environnement plus sûr pour les filles. Réfléchissons plus précisément aux problèmes que les filles de notre communauté rencontrent et ce que nous pouvons ou ne pouvons pas faire pour les soutenir. (Rappelez aux participantes les différents points discutés lors de la session sur la sécurité et de la session sur la violence visant les adolescentes.)



Demander : Qui aimerait partager les différents types de violence que subissent les filles dans notre communauté (des points que nous avons déjà discutés lors de précédentes sessions ou de nouvelles suggestions que vous pourriez avoir) ?

**Faire :** Écrivez leurs réponses sur le papier pour tableau de conférence.

Faire : Répartissez les participantes en groupes. Dans leurs groupes, dites-leur que nous allons élaborer un plan sur la façon d'assurer la sécurité des filles dans la communauté.



Expliquer : Je sais que cela pourrait être difficile pour certains d'entre nous. Mais rappelez-vous que même si nous ne sommes peut-être pas en mesure de résoudre ce problème seules, ou si nous avons le sentiment que nous n'avons pas le pouvoir de gérer cette situation, nous avons toutes un certain pouvoir, et nous pouvons toutes faire quelque chose pour que les filles soient plus en sécurité dans notre communauté.



Dire : Par exemple, commençons à petite échelle. Commençons par ce que nous pouvons faire au niveau individuel. Dans vos groupes, réfléchissez à ce que vous pouvez faire en tant qu'individu pour aider les filles à se protéger de la violence.



Faire : Donnez aux participantes quelques minutes pour discuter en groupe, puis demandez-leur de faire part de leurs suggestions au groupe.



Remarque : Assurez-vous qu'elles mentionnent les points suivants :

- Adopter une approche sans blâme.
- Être encourageantes.
- Donner aux filles des informations sur les services.

- Fournir aux filles un espace sûr et de confiance pour parler de leurs préoccupations en matière de sécurité.
- Aider les filles à accéder aux services.
- Si possible, parler aux membres masculins de la famille (immédiate et élargie) de la violence à l'égard des filles et de ce qu'ils peuvent faire pour aider.



Dire : Maintenant, réfléchissons à la prochaine étape. Nous avons discuté de ce que nous pouvons faire en tant qu'individus. Prenons quelques minutes pour réfléchir à la manière dont nous pouvons travailler en groupe pour protéger les filles de la violence.



Faire : Donnez aux participantes quelques minutes pour discuter en groupe, puis demandez-leur de faire part de leurs suggestions au groupe.



Remarque : Explorez pour voir si elles se sentent à l'aise de sensibiliser des personnes extérieures à leur famille sur des questions liées à la violence - par exemple, avec des chefs de communauté, des enseignants ou d'autres membres de la communauté. Sont-elles en mesure de se réunir régulièrement en tant que groupe de femmes pour discuter de questions liées à la violence à l'égard des filles et des femmes, et d'être disponibles pour les filles qui ont besoin d'être soutenues ou qui veulent être des membres actifs de leur communauté ?



Expliquer : Même si nous ne sommes pas les seules à pouvoir résoudre le problème de la violence à l'égard des filles (et des femmes), nous avons proposé de très bonnes idées sur ce que nous pouvons réellement faire.



Demander : Comment pouvons-nous nous assurer de faire ce que nous nous sommes engagées à faire ? (Demandez aux participantes de désigner des personnes au sein du groupe capables de faire le suivi sur des points spécifiques afin que les rôles et les responsabilités soient clairs.)



Demander : Comment pouvons-nous nous assurer que les filles sont impliquées dans la prise de décision et participent activement à la communauté ?



Dire : Quelques exemples incluent :

- Permettez-leur de sortir, mais accompagnées d'une personne de confiance si la sécurité est une préoccupation.
- Laissez-les participer à des activités dans les espaces pour les femmes/filles si vous préférez qu'elles n'y participent pas dans les espaces pour les jeunes et les enfants.
- Laissez-les aller en groupe participer aux activités.
- Gardez-les à l'école. S'il y a des problèmes de sécurité, discutez avec quelqu'un de l'espace sûr de la manière dont ils peuvent être traités.
- Permettez-leur de passer du temps avec leurs amies dans un endroit de confiance. (C'est bien pour elles de construire des réseaux sociaux.)
- Donnez-leur un peu de temps à la maison pour faire leurs devoirs ou avoir du temps libre sans avoir à accomplir de tâches ménagères.
- Communiquez avec les filles afin qu'elles se sentent à l'aise de parler à leurs tuteurs/tutrices de leurs problèmes et préoccupations.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tutrices lors de la session précédente. Vérifiez si elles souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Les tutrices devraient rentrer chez elles et discuter de leurs idées avec leurs filles pour obtenir leurs commentaires et leurs suggestions. Si cela ne présente aucun danger, elles peuvent également discuter et obtenir les commentaires des membres masculins de leur famille.

SESSION 14

Aller de l'avant (Opportunité pour des mixtes)

► Objectifs :

1. Les tutrices et tuteurs élaboreront conjointement un plan d'action pour assurer la sécurité des adolescentes dans la communauté.
2. Les tutrices et tuteurs réfléchiront aux leçons tirées des séances et feront des promesses individuelles à leurs filles/aux filles dont elles/ils s'occupent.

► **Matériel :** Certificats, stylos, papier, papier pour tableau de conférence, marqueurs, stylos de couleur, matériel d'art.

► **Durée :** Session Prolongée - 2.5 heures

* Remarque :

Cette session a été conçue pour être menée conjointement avec les tutrices et tuteurs. Si cette session se déroule dans des groupes unisexes, suivez les instructions fournies dans la rubrique **ADAPTATION**.

I. Bienvenue et révision (15 minutes)

- ✓ **Faire :** S'il s'agit d'une séance mixte, faites un brise-glace pour que les tutrices/tuteurs se sentent à l'aise et faites un cercle de présentations. Vous pouvez demander aux tutrices de présenter les tuteurs et aux tuteurs de présenter les tutrices, par exemple.
- ✓ **Faire :** Assurez-vous que les participant(e)s suggèrent des accords de groupe simples pour cette session. Assurez-vous que des accords mis en place soulignent l'importance de l'écoute mutuelle, et assurez-vous qu'il existe un équilibre entre la prise de parole des femmes et des hommes.

ADAPTATION : S'il s'agit d'une session unisexe, demandez aux participant(e)s de partager un élément d'information qui les a marqué lors de la dernière session ? Demandez-leur si elles ont exécuté la tâche de la dernière session À emporter ? Quel en a été le résultat ? Les filles, les femmes, les hommes et les garçons de leur famille ont-ils formulé des commentaires sur leurs suggestions et leurs idées ?

2. Explorons (20 minutes)

- ☞ **Dire :** Aujourd'hui est notre dernière session et nous voulons donc réfléchir ensemble à nos engagements envers les adolescentes dont nous prenons soin et aussi plus généralement les filles de notre communauté. Nous voulons également discuter de la manière dont nous pouvons continuer à nous soutenir mutuellement à mesure que nous avançons dans nos plans visant à assurer la sécurité des filles dans notre communauté.
- ❓ **Demander :** Y-a-t-il des volontaires du groupe des tutrices qui peuvent fournir un résumé aux tuteurs de notre plan visant à assurer la sécurité des filles dans la communauté ?
- ❓ **Demander :** Y-a-t-il des volontaires du groupe des tuteurs qui peuvent fournir un résumé aux tutrices de notre plan visant à assurer la sécurité des filles et des femmes dans la communauté ?

ADAPTATION : S'il s'agit d'une session unisexe, demandez aux participant(e)s de rappeler au groupe les points principaux de leur plan.

3. Activités

Activité 1 : Travailler ensemble pour assurer la sécurité des filles (35 minutes)

-  **Dire :** Maintenant que nous avons eu l'occasion d'entendre parler brièvement des projets que les tutrices et tuteurs ont développés, nous allons nous séparer en groupes mixtes pour partager plus en détail nos idées et nos points d'action.
-  **Faire :** Divisez les participant(e)s en trois groupes. Les hommes et les femmes peuvent rester dans les groupes dans lesquels elles/ils ont été divisé(e)s lors de la session précédente. Par exemple, le groupe 1 de la session pour tuteurs de la semaine précédente peut se joindre au groupe 1 de la session pour tutrices de la semaine précédente.
- ADAPTATION :** S'il s'agit de groupe unisexe, restez dans le groupe et assurez-vous que toutes/tous les participant(e)s sont d'accord avec le plan discuté lors de la session précédente. Passez ensuite à la prochaine **ADAPTATION**.
-  **Dire :** Nous allons voir comment nous pouvons joindre nos plans afin d'avoir un plan commun sur lequel nous travaillerons toutes et tous.
-  **Demander :** En nous basant sur les plans partagés par les tutrices et tuteurs, quels sont les points que nous avons en commun ?
-  **Faire :** Demandez aux participant(e)s de discuter en groupe et, une fois qu'elles/ils ont terminé, demandez-leur de partager leurs idées avec le groupe entier. Les animatrices/animateurs doivent écrire les thèmes communs sur un papier pour tableau de conférence.
-  **Remarque :** Les animateurs doivent savoir si les hommes dominent la discussion de groupe et s'assurer que les femmes disposent d'un espace égal pour partager leurs idées et leurs suggestions.
-  **Demander :** En nous basant sur des plans partagés par les tutrices et les tuteurs, quels sont les points que nous n'avons pas en commun, mais que nous pensons qu'il est important d'inclure ?
-  **Faire :** Demandez aux participant(e)s de discuter en groupe et, une fois qu'elles/ils ont terminé, demandez-leur de partager leurs idées avec le groupe entier. Les animatrices/animateurs doivent écrire les thèmes communs sur un papier pour tableau de conférence.
-  **Remarque :** Les animatrices/animateurs doivent savoir si les hommes dominent la discussion de groupe et s'assurer que les femmes disposent d'un espace égal pour partager leurs idées et leurs suggestions.
-  **Demander :** Les hommes ou les femmes de votre groupe ont-elles/ils réussi à vous convaincre de leurs idées ? Si oui, lesquels ?
- ADAPTATION :** Vérifiez avec le groupe que le plan représente toutes leurs idées et passez au point suivant ci-dessous.
-  **Dire :** En tant que groupe, discutons maintenant de la manière dont nous pouvons faire avancer ces plans. Que doit-il se passer, quand et par qui ? Pouvons-nous continuer à nous rencontrer, où, etc. ? Réfléchissons aussi à comment nous impliquons les filles dans la planification.
- ADAPTATION :** Assurez-vous que le groupe unisexe identifie la manière dont il impliquera les hommes ou les femmes.
-  **Remarque :** Vous pouvez utiliser le modèle ci-dessous à titre indicatif.

Activité (Que doit-il se passer ?)	Qui est impliqué ?	Quand cela doit-il se produire ?	De quoi avons-nous besoin pour que cela se produise ?



Demander :

- Avons-nous inclus les filles dans notre plan ? Sinon, comment pouvons-nous nous assurer qu'elles sont incluses et au centre de notre plan ?



Faire : Parlez aux participant(e)s de l'événement communautaire Filles Soleil que les filles planifient. Demandez-leur comment elles/ils peuvent soutenir les filles dans cet événement et comment les idées et suggestions que les filles développent pour leur événement peuvent alimenter leurs propres plans d'action.

Activité 2 : Le changement que je vois (30 minutes)



Expliquer : Comme nous en sommes à la dernière session, nous voulons réfléchir aux changements que nous avons vécus depuis que nous avons commencé à participer à ces sessions.



Dire : Faisons quelque chose d'amusant et de créatif pour nous aider à résumer les expériences que nous avons tirées des sessions !



Faire : Répartissez les participant(e)s en quatre groupes, en séparant les tuteurs des tutrices.

ADAPTATION : Pour les groupes unisexes, les participant(e)s peuvent être assigné(e)s de manière aléatoire à des groupes (trois groupes maximum).



Dire : Vous pouvez résumer vos expériences comme bon vous semble. Cela peut être à travers une chanson, un acte, dessiner une belle œuvre d'art, un poème, etc. - tout ce sur quoi vous vous êtes mis(es) d'accord avec le groupe. Les choses qui nous intéressent vraiment sont :

- Vos relations dans la famille ont-elles changé ?
- La façon dont vous répartissez les tâches ménagères a-t-elle changé ?
- Le temps que vous passez à faire des choses en famille ou à vous parler les uns aux autres a-t-il changé ?
- Votre relation avec votre fille a-t-elle changé ?
- La façon dont vous voyez les différents rôles des membres de votre famille a-t-elle changé ?
- Que pensez-vous de votre environnement familial en général ?



Dire : Demandez-vous si vous avez expérimenté des changements liés aux choses que j'ai énumérées et, si oui, comment pouvez-vous résumer cela de manière créative.



Faire : Donnez aux participant(e)s un peu de temps pour réfléchir et se préparer. Une fois qu'elles/ils ont terminé, demandez-leur de présenter au groupe.



Faire : Après avoir terminé, approfondissez les questions énumérées ci-dessus pour recueillir davantage d'informations des participant(e)s sur leurs expériences et sur tout ce qu'elles/ils aimeraient partager.



Expliquer : Lorsque vous partagez les avantages positifs que vous avez gagnés avec vos ami(e)s, les membres de la communauté ou même les chefs de communauté, ces exemples positifs peuvent encourager le changement et sont susceptibles d'inciter les autres à soutenir également les adolescentes.

Activité 3 : Notre engagement envers nos filles (20 Minutes)



Remarque : Faites en sorte que les tutrices/tuteurs travaillent avec leurs partenaires.

ADAPTATION : S'il s'agit d'un groupe unisexe, les participant(e)s peuvent travailler individuellement, partager leurs engagements avec leur partenaire à la maison et leur demander si elles/ils sont d'accord avec leurs engagements.



Dire : Maintenant, nous allons prendre un peu de temps pour écrire, dessiner ou préparer verbalement un engagement fait à nos filles. Un engagement est une promesse que nous voulons faire à nos filles. Cela peut être une ou plusieurs choses.



Remarque : Vous pouvez rappeler aux tutrices/tuteurs les principes Filles Soleil pour leur fournir quelques

idées.

Elles/ils peuvent penser à :

- Comment elles/ils vont aider les filles à réaliser leurs rêves et leurs objectifs.
- Comment elles/ils vont changer leurs attitudes envers les filles pour les rendre plus équitables.
- Comment elles/ils essaieront de garantir que les filles aient les mêmes chances que les garçons, etc.

✱ **Remarque :** Faites un tour de la salle et aidez les tutrices/tuteurs à élaborer leurs engagements.

✓ **Faire :** Demandez à chacun(e) de partager avec le groupe un point de son engagement envers ses filles.

✓ **Faire :** Demandez-leur de partager leurs engagements avec leurs filles une fois rentré(e)s chez elles/eux.

Activité de clôture (15 minutes)

Remerciez-les pour leur participation, demandez-leur de choisir la date de leur prochaine rencontre et distribuez-leur des certificats.

Les modules des tuteurs



Crédit photo : E. Holland

SESSION I

Introduction au programme Filles Soleil

► Objectifs :

1. Construire un environnement de confiance avec les tuteurs.
2. Présenter les modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs aux tuteurs.
3. Engager une réflexion sur les espoirs et les rêves qu'ont les tuteurs pour leurs filles.

► Calendrier : Après que les sessions pour les femmes aient eu lieu.

► Matériel : Balle, liste des ressources, autocollants, notes post-it, stylos, ruban adhésif, tableau à feuilles mobiles, marqueurs

► Durée : 2 heures

I. Bienvenue et révision (15 minutes)

✓ **Faire :** Souhaitez la bienvenue aux tuteurs à la première session des modules Filles Soleil pour les tutrices et tuteurs.

✓ **Faire :** Présentez-vous et votre organisation et remerciez le groupe d'être venu et pour sa volonté de participer.



Expliquer : La raison pour laquelle nous vous avons réunis est la suivante :

- S'appuyer sur notre expérience et nos connaissances collectives pour comprendre comment aider les adolescentes à mieux réaliser leurs espoirs et leurs rêves et comment les garder en sécurité, heureuses et saines.
- Acquérir des informations et des compétences qui nous aideront à renforcer les relations avec nos filles et la famille en général.

✓ **Faire :** Demandez aux tuteurs de parler à leur voisin, de se présenter et de partager une chose à propos de leur fille dont ils sont fiers. Puis demandez aux tuteurs de présenter leur voisin au groupe entier. Ce n'est pas grave s'ils oublient des choses, leur voisin peut les aider.

Accords de groupe

✓ **Faire :** Demandez au groupe de suggérer des points d'accords et d'ajouter ce qui suit s'ils ne le mentionnent pas :

1. Nous convenons que l'objectif principal de ces sessions est d'apprendre comment nous pouvons soutenir les adolescentes. Bien que certaines des informations que nous entendons et des discussions que nous avons pourraient concerner tous nos enfants, notre priorité ici est de parler de nos adolescentes.
2. Les histoires personnelles partagées dans le groupe ne doivent pas être partagées en dehors du groupe.
3. Nous respectons et écoutons tout le monde.
4. Nous nous soutenons et nous encourageons les uns les autres.

2. Explorons (20 minutes)



Dire : Pour nous aider à atteindre l'objectif consistant à aider les filles à mener une vie saine et heureuse et à réaliser leurs rêves, nous estimons qu'il est crucial de vous impliquer, en tant que décideurs majeurs de la vie des filles et qui les aident à façonner leur vie.

- Expliquez aux tuteurs le nombre de séances auxquelles vous aimeriez qu'ils participent. Expliquez qu'il est nécessaire qu'ils s'engagent à participer à autant de sessions que possible. En effet, chaque session abordera un sujet différent et chaque sujet contient des informations importantes dont les tuteurs peuvent tirer profit.
- Si nous voulons aider les filles à mener une vie saine et heureuse et à réaliser leurs rêves, il est important de participer à un maximum de sessions du programme.
- Comprenez leur disponibilité - hebdomadaire, mensuelle, etc. Demandez-leur combien d'heures ils aimeraient se rencontrer pour chaque session.



Remarque : Si vous envisagez d'utiliser un protocole d'entente (PE) avec les tuteurs, expliquez-en le but et les éléments qu'il contient. Voyez s'il y a quelque chose qu'ils aimeraient ajouter. Si vous n'avez pas de PE, demandez aux tuteurs de faire un engagement verbal, et incluez-le dans les accords de groupe.

- Expliquez que la raison pour laquelle les sessions sont séparées est que nos expériences en tant qu'homme et femmes sont différentes en termes de tutorat. Nous voulons nous assurer que les sessions sont pertinentes pour votre expérience en tant qu'hommes. Nous aurons peut-être l'occasion de former un groupe mixte pour la dernière session, mais cela sera décidé ultérieurement.



Faire : Donnez aux tuteurs un bref aperçu des sessions que vous comptez couvrir (il n'est pas nécessaire d'expliquer les sessions qui seront couvertes avec les femmes, mais discutez uniquement des sessions que vous comptez effectuer avec les hommes). Écrivez les titres des sessions sur un papier pour tableau de conférence et affichez-les sur le mur.



Faire : Donnez cinq autocollants à chaque tuteur et demandez-leur d'en placer un à côté des sujets qui, selon eux, seront les plus intéressants. Quand ils ont fini, vous pouvez demander pourquoi ils ont choisi ou non des sujets particuliers.



Demander : Souhaitez-vous poser des questions, avez-vous des commentaires ou des suggestions ? Êtes-vous à l'aise avec ce qui est proposé ?



Faire : Amener les tuteurs à partager ce qu'ils veulent gagner du programme.



Session 1 – Introduction au programme Filles Soleil

Session 2 – La gestion du stress

Session 3 – Mon expérience en tant que tuteur

Session 4 – Le développement des adolescentes

Session 5 – La discipline positive

Session 6 – Le pouvoir à la maison

Session 7 – L'environnement familial

Session 8 – Explorer notre relation avec les adolescentes dont nous nous occupons

Session 9 – L'éducation parentale pour l'égalité

Session 10 – La sécurité

Session 11 – La violence visant les adolescentes

Session 12 – Répondre à la violence à l'encontre des adolescentes

Session 13 – Notre vision pour la communauté

Session 14 – Aller de l'avant (opportunité pour des groupes mixtes)

3. Activités

Activité 1 : Mes espoirs et mes rêves pour ma fille (25 minutes)

- ✓ **Faire :** Imprimez la liste des ressources dans **l'Annexe A18** de la Partie 1 de Filles Soleil – en utilisant celles qui correspondent à votre contexte (sélectionnez environ 10 fiches-ressources, axées sur les informations relatives à la sécurité, la santé et l'hygiène et les compétences.)
- ✓ **Faire :** Sur un papier pour tableau de conférence, indiquez les catégories d'âge (par exemple, 8, 10, 14, 16, 18) ou dessinez des filles, de la plus jeune à la plus âgée. Une par une, lisez les fiches-ressources au groupe et demandez-leur de décider à quel âge une fille devrait avoir reçu les informations ou les compétences répertoriées sur la liste. Ils devraient prendre une décision de groupe (ou à la majorité).
- * **Remarque :** Dans certains contextes, il peut être délicat de discuter avec les hommes des informations relatives à la SSRA. Assurez-vous de jauger l'acceptabilité avant d'inclure ces cartes d'information. Si la sécurité le permet, ces cartes devraient être incluses.
- ✓ **Faire :** Une fois terminé, demandez aux tuteurs de regarder où sont placés les cartes. Si vous remarquez que les cartes sont répertoriées principalement vers la fin de l'adolescence :
- ? **Demander :** Pourquoi ne pensez-vous pas que les filles devraient recevoir cette information plus tôt ?
- ✓ **Faire :** Si vous remarquez que les cartes sont répertoriées au début de l'adolescence, insistez sur le fait qu'il est important que les filles reçoivent ces informations le plus tôt possible pour assurer leur sécurité et leur bien-être.
- ... **Expliquer :** Si les filles ont accès à ce type d'informations, cela peut les protéger si elles sont confrontées au mal. Elles peuvent apprendre des choses très importantes qui les aideront à prendre des décisions éclairées et à gérer leur sécurité. Le plus tôt elles reçoivent ces informations, le plus elles leur seront utiles. À travers Filles Soleil, les filles vont apprendre (ou sont en train d'apprendre) beaucoup de choses qui leur sont utiles dans leur vie quotidienne. Cela inclut des informations sur la santé, sur la manière de bien communiquer avec leurs tuteurs, sur la sécurité et sur la manière de prendre les bonnes décisions concernant leur avenir.
- ? **Demander :** Quelqu'un a-t-il des questions ou avez-vous des inquiétudes concernant l'apprentissage des filles ?
- * **Remarque :** Assurez-vous de répondre aux préoccupations des tuteurs. Si leur préoccupation est particulièrement liée à l'information sur la santé sexuelle et reproductive des adolescentes, vous pouvez créer une session supplémentaire ou prolonger la session pour en expliquer le contenu plus en détail. Reportez-vous à **l'Annexe A14 : Présentation des sujets de SSRA** aux tuteurs dans la première partie de Filles Soleil, pour plus de directives. Cela peut être adapté aux tuteurs.

Activités 2 : Comprendre le sexe et le genre (20 minutes)

- ... **Expliquer :** Nous sommes ici pour apprendre les uns des autres et pour parler de problèmes liés à nos propres expériences et à celle des adolescentes. Bien que nous ayons peut-être déjà beaucoup d'informations et de connaissances sur ces sujets, nous pouvons également être initiés à de nouvelles informations. Une des choses que nous discuterons au cours de plusieurs sessions est la façon dont nos expériences sont différentes, selon que nous sommes des femmes, des hommes, des filles ou des garçons. Donc, pour que nous comprenions cela plus en détail, je veux vous raconter une histoire :

Contextualisation

- = **Dire :** Sara est mariée à Patrick et est enceinte. Patrick et Sara ont également un bébé d'un an. Sara allaite son fils certains jours.
- ? **Demander :** Patrick peut-il aussi être enceinte et allaiter ? Pourquoi pas ? (Parce qu'il n'a pas les organes pour porter un bébé dans son ventre.)
- = **Dire :** Patrick va au travail tous les jours et rentre à la maison à 19 heures.
- ? **Demander :** Sara peut-elle aussi aller au travail ? (Demandez pourquoi oui ou pourquoi non.)

- Dire :** Sara va au travail deux jours par semaine. Quand elle va au travail, un membre de la famille s'occupe du bébé.
- Demander :** Le membre de la famille est-il un homme ou une femme ? (Les deux peuvent aussi bien s'occuper d'un bébé.)
- Dire :** Sara prépare le dîner pour la famille. Le riz et les légumes sont leur plat préféré.
- Demander :** Patrick peut-il aussi cuisiner ? (Demandez pourquoi oui ou pourquoi non.)
- Dire :** Patrick fait la cuisine, surtout les jours où Sara se rend au travail. Patrick prépare le dîner, car Sara prépare le dîner les autres jours.
- Dire :** Avec un enfant en bas âge à la maison et deux tuteurs travaillant, les tâches ménagères sont parfois oubliées. Sara aime s'assurer que ces tâches sont achevées le week-end.
- Demander :** Qui peut s'occuper des tâches ménagères à la maison ?
- Dire :** Sara et Patrick se sont partagés les tâches ménagères. Ainsi, cela prend moins de temps à faire
- Demander :** Avez-vous remarqué qu'il y avait des choses que seule Sara pouvait faire et que Patrick ne pouvait pas faire, et il y avait d'autres choses qu'ils étaient tous les deux capables de faire ? Quelles étaient ces choses ?

Expliquer : Les choses que seuls les hommes et les femmes peuvent faire sont liées à leur sexe, mais les choses qu'ils peuvent faire tous les deux sont liées à leur genre.

- Le « sexe » fait référence au corps physique et aux différences biologiques entre les femmes et les hommes. Chacun de nous est une femme ou un homme parce que nous sommes nés avec des parties et des fonctions du corps féminines ou masculines. Les femmes — seins, vagin, utérus, règles etc. Les hommes — pénis, éjaculation, sperme etc.
- Le « genre » fait référence aux attentes familiales, sociales ou communautaires vis-à-vis des filles et des femmes, des garçons et des hommes. La plupart du temps, cela n'a rien à voir avec le corps féminin ou masculin. Cela fait référence au statut social, aux opportunités et aux restrictions auxquelles font face les filles/femmes et garçons/hommes, ainsi qu'à certaines activités que les filles/femmes et les garçons/hommes sont censés faire dans une communauté.

Demander : Est-ce quelque chose dont vous avez entendu parler auparavant ou s'agit-il de nouvelles idées ? Que pensez-vous de l'information présentée ?

Demander : Pouvez-vous penser à des exemples d'attentes fondées sur le genre d'une personne ?

Activité 3 : Le cercle de nos espoirs et nos rêves (10 minutes)

Faire : Demander aux tuteurs de former un cercle.

Dire : Nous sommes tous ici parce que nous nous soucions de la sécurité et du bonheur de nos filles. Je vais passer le ballon à tous les membres du cercle et chacun dira au groupe ce qu'il aimerait que sa fille apprenne ou réalise, ou ses espoirs et ses rêves pour elle.

Remarque : Certains tuteurs peuvent également poser des questions sur leurs fils ou leurs jeunes enfants. Expliquez que nous nous concentrons sur les filles qui participent aux modules Filles Soleil de compétences de vie, nous nous concentrons sur ce que nous voulons pour elles. Reconnaissez que les tuteurs ont évidemment de l'espoir et des rêves pour leurs autres enfants, mais pour les besoins de Filles Soleil, nous nous concentrons uniquement sur les adolescentes.

Demander : Qu'avez-vous ressenti en partageant les espoirs et les rêves que vous avez pour vos filles ?

Remarque : Si certains des espoirs et des rêves mentionnés par les tuteurs sont liés aux rôles traditionnels de genre, comme par exemple trouver un bon mari, devenir une bonne mère, etc., reconnaissez leur importance pour les tuteurs, mais demandez-leur également s'ils peuvent penser à des choses qu'ils veulent pour leurs filles et qui ne sont pas fondées sur le genre. (Rappelez-leur la première activité).



Expliquez : L'adolescence est une période où beaucoup de choses changent dans la vie d'une fille. C'est donc une période très importante. Comme il s'agit d'une période de changement, les filles peuvent avoir peur ou avoir honte de ce qu'elles vivent, mais ce changement est une étape saine et normale de leur développement. Ce qui se passe durant l'adolescence de nos filles va influencer leur vie en tant que femmes adultes et nous savons que nous voulons que nos filles mènent une vie heureuse et saine. Nous comprenons que le fait d'avoir des filles de cet âge peut également représenter un défi pour les tuteurs et tuteurs. Nous comprenons aussi que les tuteurs et tuteurs affrontent ces défis de manière différente. Nous voulons donc pouvoir nous soutenir mutuellement pour donner à nos filles l'occasion de passer à l'âge adulte de manière saine et sûre. Nous pouvons nous inquiéter davantage pour les filles que pour les garçons, ce qui peut parfois signifier que nous limitons leurs mouvements et leurs opportunités à mesure qu'elles mûrissent. Nous voulons explorer davantage cette question et voir comment nous pouvons créer un environnement favorable pour les filles et leur donner la possibilité d'être des membres valorisés de notre communauté.

4. Vérification (10 minutes)

Pour la première vérification de clôture, vous pouvez demander aux tuteurs comment ils souhaitent fermer la session de groupe. Peut-être qu'ils aimeraient raconter à tour de rôle une anecdote, une histoire, etc., ou faire des exercices de respiration ou de relaxation, chanter une chanson ou toute autre idée qu'ils ont suggérée. Ils peuvent garder le même format pour le reste des sessions ou proposer de nouvelles suggestions à la fin de chaque session. Ils peuvent nommer quelqu'un pour diriger à chaque fois la vérification de clôture, ou ils peuvent alterner les dirigeants.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez avec votre fille de ce qu'elle a hâte d'apprendre au cours des sessions de compétences de vie. Quand elle rentre de la session, demandez-lui ce qui l'a rendue heureuse cette semaine et quelle activité elle a appréciée.

SESSION 2

La gestion du stress²⁰

► Objectifs :

1. Les tuteurs comprennent les différents types de stress et leurs causes.
2. Les tuteurs acquièrent des techniques et des compétences pour les aider lorsqu'ils sont stressés.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► Durée : 2 heures

* Note à l'animateur :

Cette session peut déclencher des réactions ou des divulgations de la part des tuteurs. Assurez-vous que vous êtes prêts à faire face à ces divulgations d'utilisation de violence (reportez-vous aux consignes de la section Sécurité ci-dessus) et que vous êtes prêts à faire face aux réactions de résistance communes (reportez-vous à [Annexe 1](#)). Rappelez aux participants les accords de groupe au début de la session, vérifiez avec eux à la fin et informez-les sur les services disponibles dont ils pourraient bénéficier.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (15 minutes)

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler des stress auxquels nous sommes confrontés en tant que tuteurs. Même si notre priorité ici est de comprendre comment nous pouvons mieux assurer la sécurité et le bien-être des adolescentes, il est également important que nous prenions soin de nous-mêmes. Si nous sommes en bonne santé et forts, émotionnellement et physiquement, nous serons plus en mesure de soutenir notre famille. Être sains sur le plan émotionnel signifie trouver des moyens de régler nos problèmes sans causer de tort à nous-mêmes ni aux autres.

 **Demander :** Est-ce que quelqu'un a déjà entendu parler du mot « stress » ? Que pensez-vous qu'il arrive à quelqu'un quand il est stressé ?

 **Expliquer :** Lorsque nous sommes stressés, nous pouvons ressentir de la tension ou de la pression, généralement à cause des défis auxquels nous sommes confrontés. Lorsque nous sommes confrontés à des situations de pression, nos corps se comportent parfois de façon différente à la normale. Les gens peuvent ressentir, penser ou se comporter différemment qu'ils le font normalement. Le stress n'est pas toujours mauvais. Il existe trois types de stress : le stress positif, le stress tolérable et le stress toxique. Ces types de stress sont vécus aussi bien par les enfants que par les adultes.

- Le stress positif est une partie normale et importante de la bonne santé. Le stress positif c'est lorsqu'une situation stressante peut mener à un résultat positif ou est considérée comme une opportunité. Des exemples de stress positif peuvent être la planification d'un événement important ou la vaccination des enfants. Lorsque vous rencontrez un stress positif, vous pouvez constater une brève augmentation de votre fréquence cardiaque et une légère augmentation de votre taux d'hormones (brèves bouffées d'énergie).

20 Adapté de l'INEE (1969) *Espaces sûrs de guérison et d'apprentissage : Programme d'enseignement des compétences parentales pour la prise en charge des adolescents. Session 2 des compétences parentales*- <https://rescue.app.box.com/s/4ose3c80ne8g8xr12v9hdfswdb6v7lep>

- Le stress tolérable est causé par des difficultés plus graves et plus durables, telles que la perte d'un être cher, une catastrophe naturelle ou une blessure effrayante. Mais nous pouvons faire face au stress tolérable et nous en remettre, avec le soutien et les compétences appropriés.
- Un stress toxique peut survenir lorsqu'un individu rencontre des difficultés fortes, fréquentes et/ou persistantes – telles que la maltraitance physique ou émotionnelle, l'exposition à la violence et/ou l'accumulation de fardeaux liés à des difficultés économiques.²¹ Ceci peut conduire à des problèmes de santé ou de sentiment de tristesse, nervosité ou inquiétude constants.



Expliquer :

- Peu importe ce que nous ressentons ou le type de stress auquel nous sommes confrontés, il est important de réaliser que composer avec notre stress de manière violente ou agressive envers les autres n'est pas un moyen approprié de gérer nos sentiments.
- Parfois, nous pouvons penser qu'il est acceptable ou normal de se comporter de cette manière, en particulier envers notre famille, et plus précisément envers les femmes et les filles. Mais les femmes et les filles ont le droit de vivre dans un environnement sûr où elles ne subissent pas de violence.
- Répondre par la violence est un choix et une chose que nous pouvons contrôler. Il est important de penser que lorsque les garçons voient leurs tuteurs s'adonner à la violence, ils sont incités à répéter ce comportement.
- Les tuteurs devraient être des modèles pour les jeunes hommes et les garçons, leur montrant à quoi ressemble une communication positive, comment écouter les autres et comment gérer le stress. Cela aidera les jeunes hommes et les jeunes garçons à apprendre des moyens sains de s'exprimer, qu'ils choisiront peut-être plutôt que d'être dominants, en colère ou violents.

3. Activités

Activité 1 : Discussion sur la 'compréhension du stress' (30 minutes)



Demander : (Inscrivez les réponses sur un papier pour tableau de conférence.)

- Quelles sont les choses qui nous arrivent ou qui arrivent autour de nous qui nous causent du stress ?
- Que ressentons-nous lorsque nous sommes stressés ? (Par exemple, tristesse, maladie, agressivité, fatigue/épuisement, colère/haine, dépression, irritation de la peau, etc.).
- Quelqu'un voudrait-il partager certaines techniques qu'il utilise pour gérer le stress ? (Par exemple, ne pas dormir ou ne pas manger (ne pas trop dormir, ne pas trop manger), ne pas crier sur les enfants ou ne pas les battre, fixer un horaire clair, devenir obsédées par des choses comme nettoyer, parler à quelqu'un, faire de l'exercice, être impolis avec vos proches.)



Dire : Vous êtes si nombreux à avoir suggéré de bonnes techniques, mais comme nous le savons, il arrive parfois que des personnes utilisent des méthodes nuisibles pour faire face au stress. Par exemple, certaines personnes crient après les autres ou en blessent physiquement d'autres, d'autres modifient leurs habitudes alimentaires, d'autres ignorent les autres ou refusent de parler.



Demander : Pourquoi certaines de ces techniques pourraient-elles être nuisibles ? (*Elles peuvent blesser quelqu'un physiquement ou émotionnellement, elles peuvent vous blesser physiquement ou aggraver encore plus une situation déjà stressante.*)



Demander : Exprimons-nous nos frustrations envers des individus spécifiques au sein de la famille (par exemple, des membres féminins ou masculins de la famille) ?



Remarque : S'ils disent qu'ils expriment généralement leurs frustrations envers les membres féminins de la famille, demandez-leur quelles en sont les raisons.



Expliquer : Dans de nombreuses sociétés, les hommes et les garçons peuvent être encouragés à devenir agressifs et dominants, tandis que les filles sont encouragées à être passives et dociles. Cela peut entraîner plus de violence et d'agression envers les filles et les femmes, surtout si elles ne correspondent pas à ces attentes. Parfois, nous exprimons notre frustration envers les membres de la famille sur lesquels nous avons

21 L'Université de Harvard, Centre de développement de l'enfant, Stress toxique - <http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/toxique-stress>

le pouvoir. Si nous sommes dans une situation où nous sommes incapables de nous exprimer auprès des personnes qui ont le pouvoir sur nous et qui nous causent notre stress (par exemple les employeurs, les membres de la communauté, les autorités, etc.), nous pouvons exprimer notre stress et notre frustration envers les membres de notre famille.

 **Demander :** Est-ce que cela vous semble familier ?

 **Demander :** Comment pensez-vous que notre stress affecte les femmes et les enfants de nos familles ?

 **Expliquer :** Le stress d'un tuteur affecte toute la famille. Lorsque vous vous sentez calmes, il est plus probable que vos enfants, votre femme et les personnes avec lesquelles vous vivez se sentiront également calmes. Lorsque vous vous sentez stressés, il est plus probable que votre famille se sente tendue. Les enfants peuvent sentir quand leurs tuteurs sont stressés. Ils écoutent également ce que les tuteurs disent lorsqu'ils discutent des problèmes d'adultes, ce qui crée du stress et de l'insécurité pour les enfants. L'expression du stress, de la colère et de la frustration envers les enfants a un impact significatif sur eux.

Exprimer nos sentiments est sain, important et tout à fait normal. Cependant, nous devons réfléchir à la manière dont nous exprimons ces sentiments et aux cas où cette expression causerait un préjudice à notre famille. Parfois, nous pouvons utiliser des techniques pour gérer notre stress (comme crier et frapper) qui peuvent être nuisibles pour ceux qui nous entourent et pour nous-mêmes. Il est important de trouver des moyens sains d'exprimer et de gérer ces sentiments sans nuire à personne. Il est important de se rappeler que réagir de manière violente ou agressive est un choix que vous contrôlez. C'est pourquoi il est important de choisir différentes manières d'exprimer votre stress sans violence ni agression.

Activité 2 : Les stratégies de gestion de stress (35 minutes)

 **Dire :** Maintenant que nous avons compris ce qu'est le stress et en quoi cela peut nous affecter et toucher nos familles, en particulier celles/ceux vers lesquelles nous risquons de diriger nos frustrations, réfléchissons à ce que nous pouvons faire pour gérer cela. Vous avez déjà mentionné de nombreuses techniques et nous allons maintenant en examiner quelques-unes qui pourraient être nouvelles pour vous.

 **Dire :** Pratiquons quelques compétences !

Techniques de relaxation pour faire face au stress

 **Dire :** Les recherches montrent que détendre notre corps et notre esprit est un moyen efficace de réduire les sentiments négatifs, tels que la tristesse et la colère. C'est aussi un moyen de réduire les inquiétudes et le stress en général.

 **Dire :** Une façon de détendre notre corps est de respirer très profondément et lentement. Il nous faut inspirer par le nez, puis expirer par la bouche. Lorsque nous inspirons, nous voulons que notre estomac sorte. C'est un type de respiration différent, donc ça va sembler étrange au début. Essayons ensemble (si les tuteurs se sentent à l'aise).

- Fermez les yeux et posez votre main sur votre ventre.
- Respirez très lentement et essayez d'insuffler l'air jusqu'à votre estomac afin que votre ventre s'extirpe.
- Expirez maintenant TRÈS lentement par la bouche. Sentez votre estomac redescendre.
- Pendant que vous expirez, essayez également de détendre tous les muscles de votre corps.
- Il peut vous être utile de compter lentement jusqu'à trois pendant que vous inspirez, puis de nouveau pendant que vous expirez.
- Répétez cette opération cinq fois. (Donnez-leur le temps. Attendez que tout le monde ait fini.)
- Maintenant, ouvrez les yeux. Comment vous sentez-vous ? (Obtenez leurs commentaires.)
- Si vous ne pratiquez cette technique que quelques minutes par jour, vous devriez déjà vous sentir plus détendus. Vous pouvez vous arrêter et faire cet exercice pendant quelques minutes lorsque vous vous sentez stressés afin de calmer votre corps et votre esprit.
- Vous voudrez peut-être même pratiquer cela avec vos enfants !

Avoir des pensées positives : discours interne positif²²



Expliquer : Parfois, les gens nous disent des choses ou quelque chose se passe qui nous rend fâchés, tristes, nerveux ou inquiets. Nous pouvons nous sentir désespérés ou dépréciés et nous pouvons commencer à avoir des pensées négatives sur nous-mêmes, ce qui peut nous faire sentir encore plus mal. Ce type de pensées négatives peut vraiment avoir un impact sur nos sentiments et sur ceux des gens qui nous entourent. Parfois, les gens expriment cette pensée négative aux personnes qui les entourent de manière préjudiciable, par exemple, par la violence ou l'agression. Cela peut avoir des effets néfastes à long terme sur leur famille et sur eux-mêmes.



Demander :

- Quelqu'un a-t-il des exemples de schémas de pensées négatives qu'il ou d'autres personnes ont suivi et qu'il aimerait partager ?
- Comment avez-vous (ou ont-elles/ils) géré cela ?



Expliquer : Répondre à nos filles (ou nos fils et nos partenaires) par la violence et la colère parce que nous sommes stressés ou que nous avons des pensées négatives est un choix que nous faisons. Parfois, les personnes disent qu'elles ne peuvent pas se contrôler ou qu'elles ont agi parce qu'elles ne pensaient pas calmement, mais nous sommes en mesure de contrôler nos actions et nous pouvons choisir d'autres moyens d'exprimer nos sentiments sans nuire à autrui.



Faire : Partagez les étapes suivantes avec les tuteurs (utilisez des images si possible) :

Acceptez vos pensées.

- Pour éviter de céder passivement à la pensée négative, apprenez à identifier vos pensées à mesure qu'elles vous viennent à l'esprit. Dites-les à voix haute ou écrivez-les. Le but ici n'est pas d'essayer de les éliminer, mais simplement de les voir pour ce qu'elles sont : de simples pensées. Pour ce faire, imaginez vos pensées sous la forme de gros titres dans un journal ou imaginez que vous vous appelez par téléphone pour relayer chaque pensée, ou créez un autre dispositif mental pour faire ressortir vos pensées négatives.



Faire : Donnez aux participants quelques instants pour identifier certaines pensées négatives qu'ils peuvent avoir individuellement.

Défiez vos pensées.

- Lorsque vous identifiez une pensée négative qui vous vient souvent, contestez-la. Mettez au défi l'exactitude de vos pensées. Par exemple, lorsque des pensées telles que « Je suis inutile » vous viennent à l'esprit, opposez-les à des pensées plus réalistes telles que « Mes enfants ont besoin de moi » ou « Mes amis me valorisent ». Chaque fois que vous contestez une pensée négative (« Tout ce que je fais est faux ») avec des faits (« J'ai aidé ma fille aujourd'hui » ou « Mon voisin m'a remercié pour mes bons conseils »), vos pensées négatives perdent un peu plus de leur pouvoir.



Faire : Donnez aux participants quelques instants pour essayer ceci individuellement.

Interrompez vos pensées.

- Encore une fois, utilisez votre imagination pour créer un dispositif vous permettant de mettre fin à vos pensées négatives dès que vous les avez reconnues. Certaines personnes visualisent un feu ou un panneau d'arrêt, ou imaginent entendre une sonnerie ou une alarme.



Faire : Demandez aux participants de décider quel sera leur dispositif d'interruption.

Éloignez-vous de vos pensées.

- Parfois, la meilleure approche consiste à changer de sujet ou à créer une diversion ou une distraction. Promenez-vous, parlez à un ami ou attaquez-vous à une corvée. Tout ce qui vous procure un soulagement, même temporaire, permettra à votre cerveau de briser le cycle de la pensée négative.

22 Le Centre de dépression de l'Université de Michigan (2013) *Dialogue interne positif* http://www.depressiontoolkit.org/takecare/positive_self_talk.asp

 **Demander :** Pensez-vous que cette technique est réaliste ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

 **Faire :** Lisez le scénario suivant au groupe et demandez-leur de discuter en binômes de la manière dont Adam pourrait réagir de meilleure façon.

Adam a eu une journée stressante. Il n'est pas arrivé à gagner beaucoup d'argent aujourd'hui et s'est disputé avec quelqu'un au sujet d'une tâche. Il rentra chez lui se sentant très énervé et stressé. Les enfants jouent dans la maison et font beaucoup de bruit. Quand Maria, la femme d'Adam, arrive et lui demande comment il va, il lui crie dessus et lui dit de sortir de la pièce. Un de ses enfants arrive en courant dans la pièce et il lui crie aussi dessus et menace de le frapper !

 **Expliquer :** Avoir des pensées positives peut avoir un impact positif sur notre propre bien-être et notre état d'esprit. Cela peut aider à créer un environnement heureux et sain. Cela peut aussi vous aider à gérer votre propre stress. Mais parfois, nous vivons des situations très difficiles et une pensée positive peut être difficile à avoir. Bien que ce ne soit peut-être pas une période facile pour nous, nous devons nous assurer de ne pas réagir de manière préjudiciable envers notre famille. En tant qu'hommes, nous avons beaucoup d'influence sur nos partenaires et nos enfants ; nous devons être responsables de notre comportement et de la manière dont nous traitons notre famille et trouver des moyens alternatifs de gérer notre stress sans nuire à autrui. Toute personne a le droit de vivre dans un environnement sûr et exempt d'agression et de violence, et chaque enfant a le droit de grandir à l'abri du mal et devrait se sentir aimé et protégé.

 **Faire :**

- Amenez les tuteurs à prendre quelques minutes pour réfléchir à ce qu'ils font de bien en tant que tuteurs.
- Faites-leur parler de ce qu'ils aiment chez eux - par exemple, ils sont intelligents, attentionnés, travailleurs, etc.

Prenez le temps de vous arrêter et d'écouter

 **Dire :** Parfois, lorsque nous nous sentons stressés, nous pouvons choisir de réagir de façon nuisible aux autres. Une chose que nous pouvons faire est de nous engager à ne pas être violents avec les membres de la famille. Si nous sentons que nous sommes en colère ou frustrés par quelque chose, nous pouvons penser à d'autres moyens de gérer cette situation.

 **Demander :** Comment savez-vous quand vous commencez à être en colère ou frustrés ?

 **Dire :** Il y a des sensations internes et des pensées auxquelles nous pouvons apprendre à faire attention et qui nous aideront à reconnaître que nous sommes en colère, bouleversés, etc. Nous pouvons les résumer en trois catégories : pensées, sentiments et sensations corporelles.

 **Faire :** Faites un remue-méninges avec le groupe sur les pensées, les sentiments et les sensations susceptibles de les alerter sur le fait qu'ils s'énervent. Ajoutez les points suivants s'ils ne le mentionnent pas :

Pensées : Recherchez les pensées qui dégradent et objectivent et qui facilitent les abus envers quelqu'un d'autre. Recherchez également des pensées révélant des attitudes rigides sur les rôles de genre et des pensées encourageant le recours à la violence. (Par exemple : Elle essaie de m'embarrasser ; Je vais lui montrer qui est le chef ; elle me manque de respect/insulte mon honneur.)

Sentiments : Essayez d'identifier la ou les émotions qui exposent le plus les individus au risque d'être violents. Par exemple, la tristesse et la dépression sont des signes avant-coureurs pour certains, alors que la gêne et la honte peuvent être des signes plus précis pour d'autres.

Sensations corporelles : Identifiez les sensations corporelles et les comportements physiques qui servent de signes avant-coureurs. Par exemple : poings serrés, mâchoire serrée, etc.

 **Demander :** Si vous identifiez l'une de ces choses en vous, que pouvez-vous faire ? (Dressez la liste de tout ce que les hommes suggèrent.)

 **Expliquer :** Vous pouvez utiliser n'importe laquelle des techniques dont nous avons parlé - la respiration profonde peut vous aider, prendre une pause, sortir et prendre une profonde respiration, revenir quand vous

êtes prêts à gérer la situation calmement en sont quelques exemples. Assurez-vous également que vous essayez de vous mettre à la place de la personne contre laquelle vous êtes en colère. Au lieu de vous disputer, vous pouvez essayer de vous arrêter et d'écouter et de comprendre le point de vue de l'autre personne.

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Si quelqu'un a été nommé, voyez s'il aimerait choisir une autre personne pour diriger la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Pratiquez l'une des compétences acquises aujourd'hui (relaxation, discours interne positive ou soins personnels) et partagez avec le groupe, lors de la session suivante, les effets de cette technique sur votre niveau de stress ou le traitement réservé aux membres de votre famille (en particulier les adolescentes).

SESSION 3

Mon expérience en tant que tuteur

► Objectifs :

1. Les tuteurs réfléchissent à leur expérience de prestation de soins et à la manière dont celle-ci a été façonnée par des facteurs internes et externes.
2. Les tuteurs ont l'occasion d'explorer le concept de paternité et d'identifier les qualités positives qu'ils admirent chez les pères/tuteurs.

► Matériel : Notes post-it, stylos, balle, 1 grande boîte, cacahuètes

► Durée : 2 heures

* Note à l'animateur :

Cette session peut être sensible et évoquer certaines expériences passées des tuteurs. N'oubliez pas de rappeler aux tuteurs des accords de groupe et vérifiez s'ils souhaitent avoir des accords de groupe supplémentaires pour cette session.

Préparez des informations sur les services auxquels les hommes peuvent avoir accès s'ils ont besoin d'un soutien supplémentaire.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler davantage de nos propres expériences en tant que tuteurs.

2. Explorons (20 minutes)

 **Demander :** Quelqu'un peut-il penser à ce qui fait que notre expérience en tant qu'homme diffère de celle des femmes en ce qui concerne la prise de décision à la maison, d'élever et prendre soin des enfants, ou de gagner un revenu ? Par exemple, y a-t-il certaines tâches dont les hommes sont responsables et d'autres dont les femmes sont responsables ?

 **Expliquer :** Au sein de la famille, les femmes, les filles, les garçons et les hommes peuvent avoir des responsabilités différentes. Quelques exemples de situations sont énumérés ci-dessous :

Contextualisation (Ceci devrait être basé sur la structure familiale des tuteurs avec lesquels vous travaillez.)

- a. Un tuteur est le principal revenu de la famille pendant que l'autre est le principal fournisseur de soins ;
- b. Les deux tuteurs travaillent et partagent les responsabilités en matière de tutorat ;
- c. Le tuteur principal est aussi le principal revenu de la famille et le second tuteur est juste responsable de gagner un salaire sans responsabilités en matière de soins ;
- d. Un seul tuteur est présent et il est attendu des enfants (en particulier les adolescentes) qu'ils assument des responsabilités supplémentaires.

 **Demander :**

- Est-ce que l'une de ces situations vous semble familière ? Laquelle ?
- Si les deux tuteurs travaillent, qui est responsable de la prestation de soins ? Est-ce que cela se passe vraiment de cette façon dans des situations réelles ? Pourquoi ?

- Si un seul tuteur est présent et que les enfants doivent assumer des responsabilités supplémentaires, comment cela est-il décidé ? Les filles doivent-elles assumer plus de responsabilités que les garçons ?
- Avez-vous remarqué une différence dans ces rôles au fil du temps/en raison de la crise ou du conflit ?

 **Remarque :** Soulignez que les rôles de genre peuvent changer avec le temps, comme ils viennent de le noter, et qu'ils ne doivent pas nécessairement rester les mêmes.

 **Remarque :** Les hommes peuvent dire qu'il revient de la responsabilité des femmes et des filles de s'occuper de tout ce qui est relatif à la fourniture de soins, et qu'il ne serait ni approprié ni acceptable que les hommes le fassent. Ils pourraient également dire que les femmes ne veulent pas que les hommes les soutiennent dans ces activités, car elles pensent les hommes incapables d'accomplir ces tâches. Essayez d'identifier dans la pièce les hommes qui ne sont pas d'accord avec cette affirmation et assurez-vous qu'ils disposent d'un espace pour donner leur avis.

 **Expliquer :** La société place des attentes différentes sur la manière dont les hommes et les femmes sont censés se comporter et agir et sur les rôles qu'ils devraient jouer à l'intérieur et à l'extérieur de la maison. Celles-ci agissent comme un ensemble de règles :

- Ces règles fixent des limites à la manière dont une personne peut se comporter, agir ou ce qu'elle peut réaliser. Par exemple, il peut ne pas être considéré comme « normal » pour un homme d'exprimer ses émotions, ou pour une femme d'être la principale fournisseuse de sa famille. Nous pouvons nous référer aux limitations que ces règles imposent aux hommes et aux femmes comme des « boîtes » auxquelles elles nous confinent.
- Il arrive parfois, en particulier dans des situations difficiles, que nous ouvrons les boîtes de genre et que nous n'exercions aucune pression sur les hommes de s'en tenir à leur boîte et d'être les principaux fournisseurs de la famille. Dans certaines situations, les hommes peuvent avoir du mal à trouver du travail. Au lieu de cela, ils peuvent soutenir leurs familles de différentes manières, en prenant d'autres responsabilités telles que s'occuper des enfants, cuisiner ou aider les enfants dans leurs travaux scolaires. En même temps, les hommes et les femmes peuvent partager les décisions sur la manière de dépenser l'argent et sur la manière de répartir les dépenses et les tâches dans leur famille, de sorte que les deux fassent partie du processus de prise de décision de la famille.
- Il est important d'ouvrir les boîtes de genre et de prendre conscience de ces limitations, car elles freinent les hommes, les femmes et l'ensemble de la société.

 **Remarque :** Certains de ces concepts pouvant être nouveaux pour les hommes, il est important de mesurer leur ressenti sur les informations que vous avez présentées. Essayez d'obtenir les commentaires d'un éventail d'hommes qui peuvent avoir des points de vue différents et qui n'expriment pas de jugement. Les activités à venir vous donneront l'occasion de revenir sur certains concepts et propos et de les défier en douceur.

3. Activités

Activité 1 : Agir comme une femme, agir comme un homme²³ (30 minutes)

 **Dire :** Nous allons mener une activité qui nous aidera à comprendre plus en détail les attentes de la société vis-à-vis des femmes et des hommes et comment cela peut nous influencer en tant que tuteurs.

 **Demander :** Qui peut nous rappeler la différence entre le sexe et le genre (dont nous avons discuté lors de la première session) ?

 **Expliquer :** Le sexe se réfère au corps physique et aux différences biologiques entre les femmes et les hommes. Le genre fait référence au statut social, aux opportunités et aux restrictions auxquelles font face les filles, les femmes, les garçons et les hommes. Comme nous l'avons déjà mentionné, on peut considérer que les hommes sont responsables de la maison et de gagner un revenu, tandis que les femmes sont considérées comme les principales dispensatrices de soins. Les garçons peuvent être considérés comme plus actifs et vocaux, tandis que les filles peuvent être considérées comme calmes et obéissantes. Mais nous savons que certaines filles ne sont pas calmes alors que certains garçons le sont. Certaines femmes sont les cheffes de famille comme certains hommes peuvent aussi s'occuper des enfants. Mais ces attentes peuvent affecter la vie

23 L'IRC Lebanon (2016) *L'Ensemble des outils relatifs à l'engagement des hommes*

quotidienne des femmes, des filles, des garçons et des hommes, ainsi que les relations entre eux. Ils peuvent également affecter négativement et de façon nuisible l'environnement familial.

✓ **Faire :**

- Placez une grande boîte devant le groupe de façon visible pour tous. Demandez aux participants de s'asseoir autour de la boîte ; placez un tas de cacahuètes à côté de la boîte.
- Dites aux hommes que vous voulez savoir ce qu'ils ont appris dans leur communauté sur les rôles des hommes et des garçons. Chacune des cacahuètes du centre symbolise ces attentes. Ainsi, quand ils veulent partager leurs opinions, ils doivent prendre une cacahuète, expliquer ce qu'elle signifie et la placer dans la boîte.

* **Remarque :** En tant qu'animateur, vous devez également noter les attentes sur un post-it et les placer dans la boîte contenant les cacahuètes.

✓ **Faire :** Pour aider les participants à réfléchir plus concrètement à leurs idées, utilisez les questions suivantes :

- Avec quels jouets les petits garçons jouent-ils ?
- Que disent les gens à propos des garçons qui pleurent ou qui manifestent une émotion différente de la colère ?
- Comment les hommes sont-ils censés se comporter en compagnie des femmes ?
- Comment les hommes sont-ils censés se comporter en compagnie d'autres hommes ?
- A qui les hommes parlent-ils quand ils se sentent tristes ou préoccupés ?

✓ **Faire :** Une fois que tout le monde a eu l'occasion de placer une idée dans la boîte, passez certaines en revue.

? **Demander :** Comment avez-vous appris à faire ces choses ? Qui vous les a enseignées lorsque vous étiez plus jeune ?

✓ **Faire :** Animez une discussion autour des questions ci-dessous :

? **Demander :** Les idées sur ce que signifie d'être un homme et qui sont énumérées dans cette boîte sont-elles utiles ou nuisibles aux hommes et aux garçons ?

* **Remarque :** Soulignez le fait que les hommes et les garçons peuvent apprécier ou être fiers de certaines des caractéristiques présentes dans la boîte (être un pourvoyeur, avoir de grandes responsabilités, etc.) et être limités et lésés par d'autres (devoir être fort, ne pas exprimer d'émotions, etc.).

? **Demander :** Qu'advient-il des hommes et des garçons qui sortent de la boîte ? Que pourrait-il leur arriver (Par exemple, être taquinés, battus, intimidés) ? Que disent les gens à leur sujet ?

* **Remarque :** Utilisez les exemples générés par le groupe pour illustrer le sens de cela – ex. les hommes qui pleurent, les hommes qui restent à la maison pour s'occuper de leurs enfants, etc. Écrivez les réponses sur des post-it et collez-les en dehors de la boîte.

? **Demander :** Qu'est-ce que les idées à l'intérieur et à l'extérieur de la boîte enseignent-elles sur ce que signifie être un homme ?

* **Remarque :** La boîte nous enseigne qu'il existe une bonne et une mauvaise façon d'être un homme ou un garçon. Les surnoms et les comportements violents énumérés à l'extérieur de la boîte sont des punitions pour avoir enfreint ces règles. Ce sont des façons de contrôler le comportement et de faire en sorte que les hommes « se comportent comme de vrais hommes ». Ces façons de faire peuvent être directement nuisibles aux femmes et aux filles.

? **Demander :** Quels sont les avantages et les inconvénients de rester dans la boîte ?

* **Remarque :** Les conséquences pour les femmes de sortir de la boîte sont généralement beaucoup plus graves que pour les hommes, mais les hommes sont également affectés négativement par les rôles de genre.



Expliquer :

- Les déclarations que nous avons placées dans la boîte sont des exemples de règles qui imposent des limites aux garçons et aux hommes dans leur manière de se comporter et d'agir.
- Même si nous apprécions ces règles, nous devrions également réfléchir à celles qui, à notre avis, pourraient nous être nuisibles ou nous limiter ainsi que les membres de notre famille.
- Par exemple, il peut ne pas être considéré comme « normal » qu'un homme exprime ses émotions ou qu'une femme soit la principale pourvoyeuse de sa famille. Il y a des moments, en particulier dans des situations difficiles, où les hommes ne peuvent pas trouver de travail et ont besoin de soutien pour subvenir aux besoins de leur famille. Dans ces moments-là, il est important d'ouvrir les boîtes de genre et de ne pas faire pression sur les hommes pour qu'ils s'en tiennent à leur boîte, c'est-à-dire être le principal pourvoyeur de la famille. Au lieu de cela, ils peuvent subvenir aux besoins de leur famille autrement (en assumant des rôles autrefois réservés aux femmes, comme s'occuper des enfants, cuisiner ou aider les enfants dans leurs travaux scolaires, etc.). C'est également un avantage pour les hommes, car ils peuvent passer plus de temps avec leurs enfants.
- Parfois, parce que nous avons grandi avec ces règles, nous nous attendons à ce que nos fils et nos filles les appliquent aussi - règles qui stipulent que « c'est là la place d'une fille ou d'un garçon dans la société ». Nous pouvons également traiter les femmes dans nos vies d'une manière qui ne leur donne pas la possibilité de participer à la prise de décision.
- En tant qu'hommes, nous pouvons essayer de donner à tous les membres de notre famille les moyens de réaliser leur plein potentiel, en particulier les femmes de notre famille, qui traditionnellement n'ont peut-être pas eu la possibilité de penser à des opportunités en dehors de la catégorie de genre.

Activité 2 : Explorer la paternité²⁴ (30 minutes)



Dire : Un tuteur est l'une des personnes les plus importantes dans la vie d'une adolescente. Les tuteurs peuvent aimer, instruire et élever leurs enfants de manière très positive. Un tuteur offre un amour inestimable pour leur fille. La plupart des tuteurs le savent et veulent être responsables, engagés et aimants envers leurs filles, en particulier à mesure qu'elles grandissent et traversent la période difficile de l'adolescence.

Parfois, les tuteurs sont occupés par d'autres activités ou ne savent pas comment agir dans certaines situations. Nous n'avons peut-être pas eu de modèles de tuteurs responsables, engagés et affectueux. Pour cette raison, nous voulions prendre le temps de parler ensemble et d'apprendre les uns des autres comment soutenir nos filles afin qu'elles puissent être en bonne santé, en sécurité et réaliser leurs rêves.



Demander : Quelles sont les qualités que vous admirez chez un tuteur ?



Remarque : Si des idées très traditionnelles sont partagées comme le fait que la paternité consiste uniquement à subvenir économiquement à la famille, ou à les protéger et les discipliner, alors posez des questions de suivi :

- Y a-t-il d'autres façons de montrer que vous vous souciez de votre famille ?
- La paternité est-elle différente maintenant de ce qu'elle était dans le passé ?



Dire : On enseigne généralement aux hommes que les tuteurs devraient fournir des choses matérielles, tandis que les tutrices devraient s'occuper des enfants. Mais les tuteurs peuvent et doivent prendre soin de leurs enfants aussi, pour fonder une famille solide et aider les filles à réaliser leurs rêves. Il y a plusieurs façons de le faire.



Demander : Quelqu'un peut-il penser à des moyens de le faire, peut-être en partageant des exemples qui mettent en évidence ce que vous faites déjà ? (Par exemple, partager la prise de décision à la maison, passer plus de temps avec les filles et les écouter, les encourager à réfléchir à leurs rêves et à leurs aspirations.)



Faire : Demandez aux participants de former un cercle, en passant le ballon à chaque participant, et demandez aux hommes de partager un espoir ou un rêve qu'ils ont pour leurs filles.



Remarque : S'ils évoquent des espoirs et des rêves qui limitent les filles, demandez-leur s'ils souhaitent réfléchir à d'autres espoirs ou rêves en plus de ceux qu'ils ont déjà mentionnés.



Demander : Comment pouvons-nous aider nos filles à réaliser leurs rêves ?

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez avec vos filles de leurs espoirs, entraînez-vous à les écouter et expliquez-leur comment vous pouvez les soutenir.

SESSION 4

Le développement des adolescentes²⁵

► Objectifs :

1. Les tuteurs peuvent articuler les concepts clés du développement du cerveau.
2. Les tuteurs comprennent l'importance de s'intéresser à la vie de leurs filles.

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, marqueurs, papier A4, stylos, ruban adhésif, **Annexe 4 :** Document de développement du cerveau (imprimé en couleur)

► **Durée :** 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (10 minutes)

 **Expliquer :**

- Aujourd'hui, nous allons parler du développement des adolescentes et de la façon dont nous pouvons les soutenir à mesure qu'elles grandissent.
- Nous discuterons du développement du cerveau des adolescentes, mais aussi du soutien que nous pouvons leur apporter pendant cette période importante de changement.

 **Demander :** Selon vous, qu'est-ce qui aide à soutenir le développement sain des adolescentes ? (Sécurité, amour, soins et encouragement de la part des tuteurs et de la communauté.)

3. Activités

Activité 1 : Développement du cerveau (35 minutes)

 **Expliquer :**

- Les cerveaux des enfants se construisent avec le temps, et une grande partie de leur développement dépend des soins qu'ils reçoivent de leurs tuteurs.
- Lorsque nous parlons de développement de l'enfant, nous entendons les changements biologiques, sociaux et psychologiques qui se produisent chez les enfants depuis la conception jusqu'à l'âge adulte. Ces changements influent sur les capacités physiques, sociales, émotionnelles et intellectuelles des enfants.

 **Faire :** Divisez les participants en groupes de trois à quatre et distribuez à chaque groupe le document sur le développement du cerveau. Demandez-leur de regarder **l'Image 1** (le cerveau avec les neurones) et **l'Image 2** (le cerveau avec des « connexions électriques » via les synapses).

 **Expliquer :**

- La puberté est la période au cours de laquelle les adolescents subissent des changements corporels, en parallèle au développement continu du cerveau. Les changements cérébraux dépendent de l'âge, de

²⁵ Adapté de l'IRC - Programme d'enseignement des compétences parentales pour la prise en charge des adolescents SHLS - <http://shls.rescue.org/shls-toolkit/parenting-skills/>

l'expérience et des changements hormonaux de la puberté.

- Ainsi, même si tous les cerveaux d'adolescents se développent à peu près de la même façon au même moment, il existe des différences entre les adolescents. Par exemple, si votre enfant a commencé la puberté tôt, cela peut signifier que certains de ses changements cérébraux ont également commencé tôt. Dans l'ensemble, les filles ont tendance à ressentir ces changements plus tôt que les garçons.
- Les adolescentes, tout comme les garçons, ont la capacité cérébrale d'apprendre, d'être intelligentes et d'être gentilles. Leur capacité dépendra de la manière dont leurs tuteurs et leurs communautés encouragent leur développement.

✓ **Faire :** Demandez aux participants de regarder **l'Image 3** (le cerveau avec des « connexions électriques » renforcées par l'amour et les encouragements).



Expliquer :

- Être en sécurité et ne pas connaître la violence, être entouré d'amour, de soutien et d'encouragements, sont tous des éléments importants pour construire un cerveau fort et sain. Le développement sain du cerveau permet aux humains d'apprendre le langage, de penser, de marcher, d'accomplir des tâches, de faire confiance aux autres et de gérer leurs émotions.
- Un cerveau sain nous aide à prendre les bonnes décisions, à contrôler les impulsions et à faire preuve de jugement.
- Les tuteurs peuvent soutenir le développement du cerveau sain de leurs adolescentes en leur fournissant des soins, en leur offrant un foyer sûr et en étant un exemple de bonnes prises de décision.

✓ **Faire :** Demandez aux participants de regarder **l'Image 4** (les « connexions électriques » sont détruites à cause du stress toxique et de la violence).



Expliquer :

- Le stress répété, l'exposition à des événements traumatiques et la violence peuvent tous causer un « stress toxique ». Le stress toxique est un stress tellement grave qu'il peut limiter le développement sain du cerveau et nuire à la capacité des enfants à prendre des décisions sûres et saines.
- L'amour, les conseils, la résolution de problèmes, la sécurité et le soutien émotionnel renforcent le développement sain du cerveau et constituent le fondement dont les enfants ont besoin pour faire des choix sains et devenir des membres responsables de la famille et de la communauté.

✓ **Faire :** Demandez aux participants de regarder **l'Image 5** (les « connexions électriques » sont remplacées par des relations adultes affectueuses, nourricières et prévisibles).



Expliquer :

- Pensez à un chemin créé et utilisé pour aller chercher de l'eau ou aller au marché. Au début, le chemin peut être un peu cahoteux et difficile à suivre. En réalité, il ne devient un chemin que quand de nombreuses personnes l'ont parcouru encore et encore.
- Le chemin devient plus lisse et nous voyons plus facilement où nous allons. Nos cerveaux sont construits de la même manière. Plus vous passez de temps à enseigner et à montrer de la gentillesse et du respect aux enfants, plus les liens entre les cellules - ou les neurones - de leur cerveau se renforcent !
- Ce sont ces liens solides qui permettent à vos enfants d'être en bonne santé, heureux et responsables au sein de leur famille et de leur communauté.

✓ **Faire :** Demandez aux participants de regarder **l'Image 6** (en couleur). (L'image du cerveau de l'enfant maltraité est celle d'un enfant dont on a gravement abusé et négligé.)²⁶



Expliquer : Ces images de cerveaux sont réalisées par des médecins avec des machines spéciales capables de prendre une photo de notre cerveau alors qu'il est encore dans notre tête, tout comme les rayons X peuvent prendre des photos de nos os sous notre peau.



Demander : Que remarquez-vous à propos de ces images ? Quelles sont les différences ?

 **Dire :** Notez que le cerveau de l'enfant couvé a beaucoup plus d'activité, alors que celui de l'enfant qui a subi des abus et de la privation extrême montre moins d'activité dans les mêmes zones.

 **Expliquer :**

- Nos cerveaux ne sont pas complètement formés avant le début à la moitié de la vingtaine d'années. Les différentes parties de notre cerveau se développent et mûrissent à des rythmes différents.
- Les parties de notre cerveau qui nous aident à contrôler nos pulsions et à faire preuve de jugement sont les dernières à mûrir. Cette partie du cerveau nous aide à planifier, concentrer notre attention, mémoriser les instructions et mener à bien de multiples tâches.²⁷

 **Demander :** Pouvez-vous penser à un moment de votre adolescence où vous n'avez pas pris la meilleure décision ou avez agi bêtement ?

 **Faire :** Invitez les tuteurs à trouver un partenaire et discuter de la question pendant quelques minutes. Ensuite, demandez à quelques tuteurs de partager leurs réponses avec le reste du groupe.

 **Demander :** De quels types de compétences pensez-vous que vos adolescentes auront besoin pour être des adultes heureuses et saines ?

Exemple de réponses :

- La capacité à communiquer avec assurance
- Les compétences pour prendre soin d'elles-mêmes et de leur entourage
- La responsabilité d'être un membre actif de la communauté
- La capacité d'apprendre

 **Faire :** Dressez une liste de leurs réponses sur le papier pour tableau de conférence.

 **Demander :** Comment pouvons-nous aider nos filles à développer ces compétences ?

- S'intéresser à la vie des adolescentes
- Être honnêtes et directs sur des sujets sensibles
- Aider les adolescentes à faire des choix sains
- Respecter les pensées et les opinions des adolescentes
- S'assurer que les filles sont à l'abri de la violence
- S'assurer que tous les membres du foyer sont à l'abri de la violence

Activité 2 : Manifester un intérêt pour la vie de votre fille (20 minutes)

 **Demander :**

- Vous souvenez-vous d'une époque où vous étiez adolescents ? Quel genre de choses se passait dans vos vies ?
- Savez-vous ce qui se passe dans la vie de vos filles ? Qu'est-ce qu'elles pensent ou ressentent ?

 **Demander :** Comment exprimer votre intérêt pour la vie de vos filles ?

 **Faire :** Une fois que les tuteurs ont partagé leurs réponses, ajoutez les points suivants à la liste, si nécessaire :

- Écouter sans interrompre
- Affirmer et valider des sentiments. Par exemple, « Je vois pourquoi tu serais en colère contre cela. »
- Offrir un soutien, si nécessaire
- Louer les bonnes décisions, actions et traits de caractère

 **Faire :** Lisez le scénario suivant au groupe et demandez-leur, par binômes, de s'exercer sur comment ils

²⁷ L'Université de Harvard, Centre de développement de l'enfant, *Fonction exécutive et autorégulation*. <http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/executive-function>.

pourraient montrer un intérêt pour l'adolescente dans le cas mentionné.

Contextualisation

Un jour, une fille rentre de l'école et semble être bouleversée. Quand son tuteur lui demande ce qui ne va pas, la jeune fille dit que des garçons la taquinaient sur le chemin de retour vers la maison.

- ✓ **Faire :** Demandez à quelques participants de partager leur jeu de rôle avec le groupe. Assurez-vous que les jeux de rôle incluent les points principaux suivants. Si ce n'est pas le cas, l'animateur peut jouer le rôle du tuteur et demander à un volontaire de jouer le rôle de l'adolescente afin de montrer aux participants comment ils peuvent exprimer leur intérêt.

Points clés du jeu de rôle :

- Le tuteur s'engage en arrêtant ce qu'il fait pour écouter sa fille.
- Encourage sa fille à parler davantage de ce qui s'est passé. (Par exemple, « Oh, je suis désolé d'entendre ça ! Dis-m'en plus à ce sujet. »)
- Utilise des compétences empathiques, en se mettant à la place de sa fille. (Par exemple, « Tu as l'air d'être vraiment gênée par cette histoire. »)
- Soutient sa fille dans la prise de décision ou fournit un soutien si nécessaire. (Par exemple, « Que puis-je faire pour améliorer la situation ? » « Que voudrais-tu faire ? » « En quoi puis-je t'aider ? »)

- * **Remarque :** Certains tuteurs peuvent suggérer des solutions consistant à blâmer la fille dans le scénario ou à limiter ses mouvements. Il est important de souligner l'importance de soutenir leur fille et de trouver ensemble une solution qui n'impose aucune limite aux filles.

Activité 3 : Les autres changements que traversent les filles (10 minutes)

- ? **Demander :** Quels sont les changements que vous commencez à voir chez vos filles ?

Vous pouvez utiliser les questions suivantes pour démarrer une conversation si les tuteurs ne répondent pas :

- Avez-vous remarqué des changements dans leurs attitudes et leurs croyances ?
- Avez-vous remarqué des changements physiques ?
- Avez-vous remarqué des changements dans leurs relations avec leurs pairs et leurs tuteurs ?

- ... **Expliquer :**

- L'adolescence est une période incroyable et stimulante ! Les filles subissent tellement de changements cognitifs (dans leur façon de penser et d'apprendre) et physiques.
- Les filles, tout comme les garçons, commencent généralement à compter plus sur leurs pairs et s'identifier davantage à elles pendant cette période.
- Cela peut être une période difficile sur le plan émotionnel, et vous remarquerez peut-être qu'un moment elles souhaitent votre aide et le moment d'après elles préfèrent être indépendantes.
- Les adolescentes, tout comme les garçons, ont souvent le sentiment que leurs expériences sont uniques et que personne ne peut comprendre ce qu'elles ressentent.
- Elles changent physiquement. Les messagers chimiques dans leur corps, appelés hormones, fluctuent. Ces hormones affectent des choses comme notre humeur, nos goûts et nos aversions, notre croissance et notre développement. C'est le moment idéal pour parler à vos filles de ce qu'elles pensent et ressentent en traversant tous ces changements.

Activité 4 : Éducation et développement du cerveau (10 minutes)

- * **Remarque :**

- Il est important de disposer d'informations sur les services éducatifs existants disponibles avant d'animer cette activité.
- Il est essentiel de comprendre certains des obstacles qui échappent au contrôle des tuteurs (par exemple, les écoles qui exigent une pièce d'identité alors que les tuteurs l'ont peut-être laissée derrière

eux dans leur pays d'origine).

- Des efforts doivent être faits pour relier les tuteurs aux services et aux organisations susceptibles de les aider en cas de problèmes juridiques, de problèmes liés aux fournitures et au matériel, etc., en relation avec l'accès à l'éducation.
- Animer cette activité là où aucun service d'éducation n'est disponible pour les adolescentes va créer de la frustration pour les tuteurs.



Demander : Il y a des adolescentes qui vont à l'école et d'autres qui ne vont pas à l'école. Quelles sont les raisons pour lesquelles les filles ne sont pas scolarisées ? Exemple de réponses :

- Pas assez d'écoles
- Trop d'enfants dans une classe
- L'école n'est pas pertinente pour les filles
- Les filles ne se sentent et ne sont pas en sécurité pendant leurs déplacements pour aller à l'école
- La famille a besoin d'argent et les filles doivent travailler
- Les filles devraient simplement se marier pour que quelqu'un s'occupe d'elles au lieu d'aller à l'école
- Les filles ne sont pas intéressées à aller à l'école



Demander : Certains tuteurs insistent pour que leurs filles aillent à l'école. Pourquoi pensent-ils qu'il est important que les filles bénéficient d'une éducation ?



Expliquer :

- L'adolescence est la deuxième période la plus productive du développement du cerveau, après la petite enfance.
- Il est important que les filles continuent d'avoir la possibilité d'apprendre, d'aider leur cerveau à se développer sainement, de prendre les bonnes décisions, de prendre les risques appropriés et de planifier leur avenir.
- Les filles doivent avoir la possibilité de prendre leurs propres décisions et de réaliser leurs propres rêves et objectifs afin de pouvoir mener une vie saine et productive.
- Les filles ont le droit d'aller à l'école autant que les garçons et sont également capables de poursuivre des études supérieures et d'obtenir un emploi.
- Si les filles sont scolarisées, leur entourage en profite également, en particulier leur famille (en particulier leurs enfants - si elles choisissent d'en avoir).



Faire : Informez les tuteurs de la façon d'inscrire leurs filles aux possibilités d'éducation formelle ou informelle disponibles. Si les filles ne vont plus à l'école depuis longtemps et que cela ne semble pas être une option, il est important de connaître les possibilités de formation professionnelle ou de moyens de subsistance qui existent pour les filles.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez pour voir s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Pratiquez les compétences que nous avons acquises aujourd'hui pour montrer à vos filles que vous vous intéressez à elles et à leur vie. Donnez votre avis sur vos expériences lors de la prochaine session.

SESSION 5

Discipline positive²⁸

► Objectifs :

1. Les tuteurs comprennent l'importance de donner aux filles une voix égale (à celle des garçons) dans le foyer.
2. Les tuteurs apprennent de nouvelles stratégies et techniques pour soutenir les pratiques de discipline positives envers les adolescentes (et les garçons).

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, marqueurs, bâtons/cailloux, 2 seaux

► **Durée :** 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (10 minutes)

 **Demander :**

- À la maison, quelles sont les règles ou les attentes concernant la manière dont les enfants sont censés se comporter ? (Demandez aux volontaires de partager quelques exemples.)
- Existe-t-il des différences dans les règles et les attentes envers les filles et les garçons ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)

3. Activités

Activité 1 : Quand et comment disciplinons-nous les filles ? (20 minutes)

 **Dire :** L'adolescence peut être une période difficile et de nombreux tuteurs expriment leur difficulté à gérer les comportements des filles et des garçons adolescents. Les méthodes disciplinaires qui auraient pu être efficaces quand ils étaient plus jeunes peuvent ne pas être aussi efficaces au fur et à mesure de leur croissance et leur développement.

 **Faire :** Répartissez les participants en groupes et demandez-leur de discuter des points suivants :

- Comment le comportement des filles et des garçons a-t-il changé au fil du temps ?
- Qui est responsable de discipliner les filles et les garçons dans votre foyer ?
- Vos stratégies de discipline ont-elles changé avec l'âge ?

Après quelques minutes, demandez-leur de partager certaines de leurs idées avec le groupe.

 **Faire :** Mettez-vous debout dans un cercle avec deux seaux. Choisissez-en un pour les « garçons » et l'autre pour les « filles ». (Si vous n'avez pas de seau, vous pouvez attribuer deux places au sol). Distribuez des pierres/bâtons aux participants. Dites-leur que vous allez poser des questions et qu'ils doivent mettre un bâton dans le seau « fille » ou dans le seau « garçon », selon leur réponse.

28 Adapté de l'IRC, Programme d'enseignement des compétences parentales pour la prise en charge des adolescents SHLS - <http://shls.rescue.org/shls-toolkit/parenting-skills/>

**Demander :**

- Quelles sont les raisons qui nous pousseraient à discipliner les garçons ? (Par exemple, s'ils ne font pas ce qu'on leur dit, s'ils ont des problèmes à l'école, etc.)
- Quelles sont les raisons qui nous pousseraient à discipliner les filles ? (Si elles désobéissent à leurs tuteurs, si elles ne font pas leurs tâches ménagères, etc.)



Faire : Quand ils auront fini, voyez quel seau contient le plus de bâtons ou de cailloux.



Demander : Quelles sont les similitudes ou les différences que vous remarquez dans la façon dont nous disciplinons les filles et les garçons ?



Demander : Pensez-vous qu'on attend la même chose des filles et des garçons quant à la manière dont ils doivent se comporter et quand ils doivent être disciplinés ?



Expliquer : Parfois, les tuteurs ne reconnaissent pas que le comportement de leurs filles fait partie du développement normal de l'adolescent. Parfois, les tuteurs peuvent réagir avec frustration ou colère et frapper leur enfant. Parfois, nous pouvons tenir compte de certains types de comportement d'enfants de sexe masculin, car on s'attend à ce qu'ils soient agressifs, dominants ou difficiles. Cependant, nous pouvons être plus stricts avec les filles qui affichent ce type de comportement, car nous nous attendons à ce qu'elles rentrent dans leur catégorie de genre. Nous pouvons également devenir plus stricts avec les filles une fois qu'elles atteignent l'adolescence, car nous les percevons comme des femmes et avons certaines attentes quant à la manière dont elles devraient se comporter. Mais ce sont toujours des filles, en croissance et en développement, tout comme les garçons.



Demander : Quelles sont les méthodes que nous utilisons pour discipliner les garçons et les filles ?



Remarque : Soulignez les pratiques positives mentionnées par les tuteurs.



Faire : Si les tuteurs mentionnent « frapper » comme méthode de discipline :



Demander : Pensez-vous que les punitions physiques telles que frapper peuvent avoir un effet négatif ou néfaste sur les enfants, y compris les adolescents ? Comment ?

**Expliquer :**

- Comme nous en avons discuté lors de la dernière session, les punitions physiques peuvent avoir un effet sur le développement de leur cerveau et leur causer de la douleur et des blessures.
- Frapper/punir physiquement enseigne aux enfants qu'il est acceptable d'utiliser son pouvoir sur quelqu'un d'autre pour justifier la violence.
- Plutôt que d'enseigner aux enfants et aux adolescents comment changer leur comportement, les frapper les fait craindre leurs tuteurs et leur apprend simplement à éviter de se faire prendre.
- Pour les enfants qui veulent attirer l'attention par leurs actions, les frapper leur donne l'attention qu'ils recherchent et peut les encourager à agir encore plus.
- Frapper renforce la conviction que l'utilisation de la force physique est justifiée et qu'ils pourraient finir par être violents envers les autres (en particulier les plus jeunes frères et sœurs) ou accepter la violence comme faisant partie de leur vie (surtout à l'âge adulte).



Demander : Pensez-vous que vous pourriez répondre différemment si, avant de réagir vis-à-vis de vos enfants, vous deviez vous arrêter et réfléchir à la manière dont la violence peut avoir un impact négatif durable sur leur développement ?



Demander : Selon vous, quel est l'impact sur les enfants s'ils sont témoins de violence à la maison (par exemple, entre leurs tuteurs) ?



Dire : Être témoin de violence familiale peut également nuire au développement des enfants, notamment à leur capacité à développer des aptitudes sociales, et les laisser se sentir traumatisés, anxieux et tristes. Ils peuvent aussi avoir des problèmes à l'école et commencer à devenir agressifs.



Demander : À votre avis, quelles techniques seraient préférables pour discipliner de manière positive les adolescentes (et les garçons) ?

 **Remarque :** Tout au long de la session, rappelez aux tuteurs la discussion de la première session et leurs « espoirs et rêves pour leurs filles », en rappelant qu'il est important de modifier les pratiques qui ne permettent pas aux adolescentes de développer des compétences de pensée critique et des comportements responsables et respectueux.

Activité 2 : Techniques de discipline positive (50 minutes)

 **Dire :** Nous avons discuté de quelques idées sur la façon de discipliner les filles (et les garçons) en utilisant des méthodes non violentes. Donnons plus de détails et réfléchissons aux techniques qui peuvent être utiles, en particulier pour les adolescentes.

Encouragement et éloge

 **Demander :** Que comprenez-vous du mot « éloge » ?

 **Dire :** L'éloge c'est dire à votre enfant que vous aimez quelque chose qu'elle fait. L'éloge efficace est spécifique et rappelle à votre fille ce qu'elle a bien fait ou ce que vous appréciez chez elle, avec un ton de voix et des expressions positives.

 **Demander :** Quels sont les exemples auxquels vous pensez ?

 **Faire :** Une fois que les tuteurs ont répondu, partagez les réponses suivantes, si nécessaire :

- Bien joué !
- Tu es tellement intelligente !
- Tu es courageuse/créative !
- Tu es gentille et attentionnée !
- Merci pour ton aide !
- Je crois en toi !
- Tu peux le faire !
- Je serai toujours là pour toi, quoi qu'il arrive !
- Tu es spéciale !
- Je t'apprécie beaucoup !

 **Dire :** Je veux que vous réfléchissiez seuls pendant une minute et que vous pensiez à combien de fois vous encouragez ou louez vos filles.

 **Demander :** Pourquoi devrions-nous faire l'éloge des adolescentes ?

 **Expliquer :**

- L'éloge montre l'amour et l'affection.
- Cela aide vos filles à se sentir bien dans leur peau. Lorsque vous faites l'éloge de vos filles, elles apprennent que vous les valorisez en tant que personnes et que vous appréciez leurs actions responsables et respectueuses. Ceci est important pour les filles, qui dans leur ensemble peuvent être sous-estimées par la société. Les éloges peuvent avoir un impact important sur leur confiance en soi et les encourager à réussir à l'école et dans leur avenir.
- L'éloge aide les cerveaux d'adolescents à établir des relations sociales et émotionnelles saines ! Ils font souvent face à de nombreuses critiques tout au long de la journée pour tout ce qu'ils ont « mal » fait. Encourager et faire l'éloge des bonnes choses est très puissant !
- Comme nous en avons discuté lors de la dernière activité, nous nous attendons parfois à ce que les filles se comportent de manière à rester dans leur catégorie de genre. Nous devrions penser à encourager les filles tout le temps, mais surtout quand elles défient les attentes en matière de genre, avec leurs amies ou à l'école. Par exemple, si elles parlent en classe ou à la maison, ou si elles pratiquent un sport, nous devrions les encourager au lieu de les punir. Cet encouragement aidera les filles à accroître leur confiance en elles et leur permettra de croire en elles-mêmes et en l'avenir qu'elles souhaitent.

Établir des accords familiaux



Demander :

- Quelqu'un a-t-il des accords familiaux ou des règles à la maison ?
- Qui décide de ces règles ou accords ?
- Les filles ont-elles la possibilité de participer à la création de ces accords ou règles ? Qu'en est-il des garçons ? Qu'en est-il des femmes ?



Dire : Très souvent, nous supposons que les adolescents connaissent les règles de la maison et de la communauté. Les règles ou accords familiaux ont plus de chances d'être suivis s'ils sont co-crésés par les adolescentes et adolescents et leurs tuteurs et tuteurs. Les règles familiales doivent être adaptées à l'âge et respectées par tous les membres de la famille, filles et garçons, de manière égale. Les accords ne concernent pas uniquement les adolescents, mais également les tuteurs et tuteurs.



Faire : Divisez les participants en petits groupes et demandez-leur de discuter de la manière dont ils concluraient un accord au sein de la famille. Demandez-leur de partager quelques idées avec le groupe.



Faire : Expliquez les quatre étapes pour établir un accord :

Étape 1 : L'adolescente exprime son point de vue. Le tuteur écoute afin de comprendre la problème avant de parler.

Étape 2 : Les tuteurs partagent leurs points de vue.

Étape 3 : Si les points de vue et les attentes sont très différents, les tuteurs et les adolescentes peuvent discuter de solutions possibles acceptables pour tous. La négociation et le compromis sont essentiels pour cette étape.

Étape 4 : Les tuteurs et les filles choisissent une solution qu'ils peuvent essayer pendant une courte période. Cette option sera la base de leur accord. La solution doit être claire, bien comprise par l'adolescente et les tuteurs, et inclure un calendrier précis.



Demander :

- Est-ce que cela pourrait fonctionner chez vous ?
- Quels défis pensez-vous pouvoir rencontrer ?
- Quelqu'un a-t-il des suggestions pour surmonter ces difficultés ?



Expliquer : Tous les accords doivent prévoir un suivi efficace pour aider les adolescent(e)s à respecter leurs engagements.

Expliquez : Le suivi des accords est plus efficace lorsque :

- Les commentaires sont simples, courts et respectueux. Par exemple, « je remarque que tu n'as pas fait tes devoirs avant de sortir jouer. Peux-tu les faire maintenant, s'il te plaît ? »
- Si l'adolescent(e) s'oppose ou répond, demandez-lui : « Qu'est-ce qui a été décidé dans notre accord ? »
- Si l'adolescent(e) ne remplit toujours pas les conditions de l'accord, utilisez un langage non verbal, comme montrer votre montre, toucher l'épaule, etc. Plus vous restez calme, plus vous serez efficace. Crier et critiquer l'adolescent(e) ne résoudra pas le problème. Vous ne ferez que renforcer le conflit.
- Si vous constatez que votre adolescent(e) ne respecte pas les accords à plusieurs reprises, vous pouvez choisir d'émettre une conséquence logique, par exemple, limiter le temps passé avec leurs ami(e)s jusqu'à ce qu'elles/ils puissent remplir leurs obligations à la maison.
- Lorsque l'adolescent(e) respecte enfin son engagement, remerciez-la/le de sa coopération.

Quelques suggestions supplémentaires incluent :

- Rappelez-leur l'accord avant la date limite.
- Les priorités des adolescent(e)s ne sont pas les mêmes que celles des tuteurs. Elles/ils ne pensent pas comme les adultes.
- Restez fermes sur l'accord - n'abandonnez pas et ne changez pas l'accord à la moitié du chemin.

 **Demander :** Pensez-vous que cette technique pourrait être efficace dans votre maison ? Pourquoi ? Pourquoi pas ?

 **Dire :** Voici quelques exemples d'accords clairs :

- Tous les devoirs doivent être faits (ou vous ne pouvez pas sortir avec vos ami(e)s).
- Tout le monde sera traité de manière égale et avec respect dans notre maison. Nous utiliserons des mots gentils les uns avec les autres (si cela n'est pas respecté, vous vous excuserez et aiderez le membre de la famille dans ses tâches).
- Tout le monde est censé soutenir les tâches ménagères de manière égale (si vous choisissez de ne pas terminer vos tâches ménagères, vous devrez effectuer une tâche supplémentaire le lendemain.)

 **Faire :** Demandez aux participants de se tourner vers leur voisin et de s'exercer à créer des règles familiales. Ils peuvent se référer aux règles ci-dessus ou créer leurs propres règles. Assurez-vous que les tuteurs consultent d'abord les tutrices et les adolescentes (et les garçons) sur les accords familiaux qu'ils considèrent importants.

Soutenir la bonne prise de décision

 **Expliquer :**

- Lorsque les règles familiales sont définies et convenues, vous n'avez pas besoin de menacer, crier ou faire preuve d'une discipline physique sévère parce que votre adolescent(e) a enfreint les règles ou a fait une erreur. C'est une partie normale de l'adolescence. Cela fait partie du processus d'apprentissage.
- Les erreurs sont des occasions pour apprendre. Il est donc important de rester calme et d'aider votre adolescent(e) à tirer les leçons de ses erreurs.
- Rappelez-vous des compétences de communication empathiques que nous avons apprises précédemment.
- Il est important que vous donniez à vos enfants une chance d'apprendre de leurs erreurs. S'ils commettent à nouveau la même erreur, vous pouvez leur imposer une conséquence logique.

 **Dire :** Réfléchissons à quelques idées sur certaines conséquences logiques pour les violations de règles suivantes :

- Ne pas terminer ses devoirs
- Ne pas terminer les tâches ménagères
- Être méchant(e) ou violent(e) avec les autres membres de la famille

Une fois que les tuteurs ont répondu, partagez les exemples suivants, si nécessaire :

- Tous les devoirs doivent être faits avant d'aller vous coucher. Si vous ne terminez pas vos devoirs, vous ne serez pas autorisé(e) à passer du temps avec vos amis.
- Tout le monde sera traité avec respect dans notre maison. Nous allons utiliser des mots gentils les uns avec les autres. Si vous êtes méchant(e) ou violent(e) envers les membres de la famille, vous devez vous excuser auprès du membre concerné. Vous pouvez également effectuer les tâches ménagères pour le membre de la famille avec qui vous avez été méchant(e).
- Tout le monde est censé faire ses tâches ménagères. Si vous choisissez de ne pas terminer vos tâches, vous devrez effectuer une tâche supplémentaire le lendemain. S'il y a une raison pour laquelle vous ne pouvez pas faire vos tâches ménagères, vous pouvez discuter avec moi afin que nous puissions trouver une solution.

 **Dire :** Pratiquons ! Lisez le scénario suivant et demandez aux participants, par binômes, de faire un jeu de rôle. Demandez à quelques-uns de partager leurs jeux de rôle avec le groupe.

Contextualisation

Scénario : Un tuteur dit à sa fille qu'elle a rompu un accord. La fille explique pourquoi elle a rompu l'accord. Le tuteur rappelle à la fille pourquoi il est important de respecter son accord. La fille explique comment elle va remplir l'accord. Le tuteur félicite sa fille et dit qu'il verra comment la jeune fille remplira son accord la semaine suivante.

 **Remarque :** L'animateur peut utiliser la réponse suggérée pour guider les jeux de rôle.

Réponse suggérée :

Tuteur : Maya, j'ai remarqué que tu n'avais pas terminé tes tâches familiales.

Maya : Je sais, j'ai été très occupée hier avec mes devoirs et je les ai oubliées.

Tuteur : Je sais que tu travailles très dur à l'école, Maya, et je suis vraiment fier de toi pour cela. Mais il est aussi important pour notre foyer que chacun fasse sa part des choses. Comment peux-tu te rappeler de faire tes tâches ménagères ?

Maya : Eh bien, je suppose que je peux les faire dès que je rentre de l'école et ensuite faire mes devoirs.

Tuteur : OK, Maya, ça me convient. Voudrais-tu essayer cela pour le reste de la semaine et voir comment ça se passe ? Si tu ne peux toujours pas te débrouiller parce que tu as trop de devoirs, voyons comment nous pouvons changer le nombre de tâches que tu as.

Maya : Oui, ce serait bien.

 **Faire :** Discutez du jeu de rôle :

- Demandez à la personne qui a joué « l'enfant » ce qu'elle a pensé de la conversation.
- Demandez à la personne qui a joué le rôle du « tuteur » ce qu'elle a pensé de la conversation.

 **Dire :** Parfois, en particulier en ce qui concerne les tâches ménagères, nous pouvons surcharger les filles sans répartir les tâches de manière égale entre les membres de la famille. C'est parce que nous voyons parfois les tâches ménagères comme un travail de fille (pensez à la catégorie de genre). S'il est très important que les filles fassent des tâches ménagères, pour les aider à apprendre le sens des responsabilités et soutenir la famille, elles ont également besoin de temps libre. Le temps libre leur permet de se reposer, de faire preuve de créativité et de se concentrer sur d'autres choses, comme les devoirs. Ceci est essentiel à leur développement.

 **Demander :** Pensez-vous que cela est réaliste et que vous pouvez essayer de l'appliquer dans votre famille ?

Parler en famille

 **Demander :** Quand passez-vous du temps ensemble, en famille ? (Par exemple, l'heure du dîner, après les offices religieux, etc.)

 **Demander :** Est-ce que ce serait un bon moment pour parler en famille (ou avant/après) ?

Expliquer :

- Passer du temps en famille et discuter ensemble peuvent être utiles car cela peut renforcer le sentiment d'appartenance de chaque membre de la famille. Cela peut être particulièrement utile en temps de crise. Cela peut également donner aux filles, aux femmes, aux garçons et aux hommes la possibilité d'exprimer leurs points de vue, leurs frustrations et leurs préoccupations de manière positive.
- Cela peut aider à établir des relations positives et à promouvoir l'égalité entre les membres de la famille.
- Il est important que les adolescentes et les filles plus jeunes aient la même voix que leurs frères et puissent participer aux discussions de famille. Leurs idées et suggestions doivent être considérées comme tout aussi importantes que celles des garçons.
- Cela peut être une bonne occasion de commencer à faire en sorte que les filles et les garçons aient un pouvoir décisionnel égal dans les affaires qui les concernent et dans d'autres situations liées à la famille.

 **Demander :**

- Que pensez-vous de la suggestion de passer du temps ensemble et de parler en famille ?
- Est-ce que c'est quelque chose de réaliste pour votre famille ? Si non, quelles alternatives pouvez-vous suggérer ?

-  **Remarque :** Il est important de veiller à ce que les hommes comprennent l'importance d'impliquer les femmes dans les discussions sur la discipline positive, afin qu'ils ne dominent pas la conversation.
-  **Dire :** Il est important que vous partagiez les pratiques de discipline positive dont nous avons discuté ici avec vos partenaires, car dans de nombreuses situations, les femmes sont responsables de la discipline des enfants. Nous voulons nous assurer que les femmes sont impliquées dans les décisions concernant les adolescentes (et les autres enfants).
-  **Dire :** Je vais lire quelques scénarios sur des hommes qui rentrent chez eux pour discuter avec leurs partenaires des changements qu'ils souhaitent apporter à la maison. Ensuite, je vais vous poser quelques questions.
- Scénario 1 :** Michael a envisagé de passer des accords familiaux. Il a décidé que c'était une bonne idée et a dit à sa femme que ses méthodes de discipline ne fonctionnaient pas et qu'ils auront désormais des accords familiaux. Il lui dit qu'elle les préférera à ses techniques actuelles.
-  **Demander :** Qui a pris les décisions ici ? Comment cela pourrait-il être différent (comment Michael pourrait-il impliquer davantage sa femme dans le processus de prise de décision) ?
-  **Faire :** Demandez à quelques participants de donner une réponse différente de celle de Michael.
- Scénario 2 :** Majd a décidé de parler à sa famille car il est important de passer du temps ensemble. Donc, quand il rentre chez lui, il dit à tout le monde d'arrêter ce qu'ils font pour pouvoir leur parler à tous. Il explique à la famille que dorénavant, ils vont passer du bon temps ensemble. Après 30 minutes, il leur dit qu'ils peuvent reprendre leurs activités, le temps de qualité est terminé.
-  **Demander :** Qui a pris les décisions ici ? Comment cela pourrait-il être différent ? (Comment Majd pourrait-il impliquer davantage sa famille dans le choix du moment où ils passeront du temps de qualité ensemble ?)
-  **Faire :** Demandez à quelques participants de donner une réponse différente de celle de Majd.
- Scénario 3 :** Benson rentre à la maison un jour et demande à sa femme si elle serait d'accord pour parler de la discipline des enfants. Il lui demande le moment propice pour parler et lui demande ensuite quelles sont ses idées pour discipliner les enfants. Après avoir fait quelques suggestions, il mentionne des idées auxquelles elle n'a pas pensé et lui demande son avis. Ensemble, ils décident de techniques avec lesquelles ils se sentent à l'aise.
-  **Demander :** Qui a pris les décisions ici ? Que pensons-nous de cette approche ?

4. Vérification (10 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Convoquez une réunion de famille et convenez d'accords communs avec vos filles et vos fils. Si possible, saisissez cette occasion pour répartir équitablement certaines tâches ménagères entre les filles et les garçons (afin que les filles n'aient pas à supporter le fardeau des tâches ménagères). Si non, une première étape serait d'avoir une conversation ouverte avec votre partenaire sur la façon de mettre cela en place dans le futur. Par ailleurs, engagez-vous personnellement à utiliser des techniques de discipline non violentes.

SESSION 6

Le pouvoir à la maison

► Objectifs :

1. Les tuteurs exploreront l'idée du pouvoir à la maison.
2. Les hommes auront l'occasion d'analyser leur propre utilisation du pouvoir et la manière de partager le pouvoir avec les femmes et les filles.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs et quatre sacs contenant ce qui suit :

Sac 1 : Ciseaux, règle, trombones, crayons, 2 carrés de papier rouge de 10 cm, 2 carrés de papier blanc de 10 cm.

Sac 2 : Ciseaux, colle, 2 papiers blancs, 2 bleus et 2 roses.

Sac 3 : 2 marqueurs, 2 papiers verts, 2 blancs et 2 roses.

Sac 4 : 5 feuilles de papier : 1 rose, 1 vert, 1 bleu, 1 rouge et 1 violet

► Durée : 2 heures

* Note à l'animateur :

Cette session peut conduire à la divulgation de VBG commise. Les animateurs doivent être préparés à l'avance pour gérer cela. Renseignez-vous auprès de votre supérieur hiérarchique sur l'intérêt supérieur de l'enfant, au cas où il y aurait lieu de faire un suivi, et lisez attentivement les instructions fournies dans l'introduction des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs.

N'oubliez pas de rappeler les accords de groupe aux tuteurs et vérifiez s'ils souhaitent disposer d'accords de groupe supplémentaires pour cette session.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler de pouvoir. En particulier, nous parlerons du pouvoir à la maison et comment cela affecte nos relations avec les femmes et les enfants (en particulier les adolescentes).

2. Explorons (15 minutes)

 **Demander :** Qu'entendez-vous par pouvoir ?

 **Expliquer :** Le pouvoir est la capacité de contrôler et d'accéder aux ressources, opportunités, privilèges et processus de prise de décision. Cela ne signifie pas que le pouvoir est toujours négatif. Nous avons tous une sorte de pouvoir dans la communauté, mais nous choisissons tous de l'utiliser pour le meilleur ou pour le pire.

Les différentes formes de pouvoir sont :

- « Pouvoir avec » c'est quand nous rejoignons les autres sans préjugés ni discrimination pour améliorer positivement notre vie et celle des autres.
- « Pouvoir sur » c'est lorsque nos paroles ou nos actions rendent difficile, effrayant ou même dangereux pour les autres d'utiliser leur propre pouvoir.

 **Demander :**

- Selon vous, qui a le pouvoir dans notre communauté ?
- Pouvez-vous penser à des moments où vous vous êtes sentis puissants ou faibles ? (Le partage est volontaire.)
- Selon vous, qui a le pouvoir au sein de la maison ? Est-ce que ce sont les femmes, les filles, les garçons ou les hommes ? (Ou une combinaison ?)



Dire : En tant que communauté, nous avons généralement tendance à attribuer aux femmes et aux filles un statut inférieur à celui des hommes et des garçons – cela a pour conséquence que les femmes et les filles sont traitées différemment des hommes et des garçons et ont une vie quotidienne différente de celle des hommes et des garçons.



Demander :

- Comment le pouvoir influence-t-il les choix que nous avons en tant qu'hommes ou que les femmes, les filles ou les garçons ont ?
- Que se passe-t-il lorsqu'il y a abus de pouvoir ? Quelles sont les formes d'abus de pouvoir ou d'inégalité de pouvoir que vous voyez dans votre environnement ?



Dans le cas où l'exploitation ou les abus seraient divulgués comme étant perpétrés par une ONG, un organisme des Nations Unies ou une agence humanitaire, cela devrait être documenté séparément et signalé à votre supérieur hiérarchique. Vous pouvez contacter la ou les personnes après la session pour leur faire savoir que vous devez partager ces informations avec votre superviseur, mais que vous les consulterez avant de prendre toute mesure.

3. Activités

Activité 1 : Formes de pouvoir²⁹ (25 minutes)



Faire :

- Divisez les hommes en quatre groupes et distribuez un sac à chaque groupe (comme indiqué dans la section consacrée au matériel).
- Donnez à chaque groupe une enveloppe avec les tâches ci-dessous. Demandez-leur de ne pas ouvrir l'enveloppe avant que tout le monde ait commencé.

Tâches : Chaque groupe doit effectuer toutes les tâches suivantes :

- Créez un carré de papier blanc de 8 x 8 cm.
- Créez un rectangle de papier rouge de 10 x 5 cm.
- Fabriquez un drapeau 10x10 cm, de trois couleurs quelconques.
- Créez une chaîne de papier à 4 maillons, chaque maillon étant d'une couleur différente.



Dire : Chaque groupe a des matériaux différents, mais doit accomplir les mêmes tâches. Le premier groupe à accomplir toutes les tâches ci-dessus est le gagnant. Un seul groupe peut gagner. Les groupes peuvent « négocier » avec d'autres groupes pour l'utilisation de matériel et d'outils pour effectuer les tâches.



Remarque : Si après 10 minutes aucun groupe n'a terminé toutes les tâches, mettez fin à l'activité. Le groupe gagnant est celui qui a exécuté la majorité des tâches.

Questions de discussion :

- Qu'avez-vous ressenti pendant cet exercice ?
- Étiez-vous conscients que tout le monde n'avait pas les mêmes avantages en ce qui concerne l'exécution des tâches ? Comment vous êtes-vous sentis par rapport à cela ?

- Comment les gagnants se sont-ils sentis pendant qu'ils accomplissaient les tâches ? Étaient-ils au courant des avantages qu'ils avaient par rapport aux autres ? (Par exemple, ils étaient plus puissants, les tâches étaient plus faciles pour eux, etc.)
- Quel est le lien entre cette activité et les expériences de notre communauté ? De notre monde aujourd'hui ? Quels groupes ont le plus d'avantages et sont donc plus susceptibles de « gagner » ?



Expliquer : Comme vous l'avez vu dans l'activité, en disposant de plus de ressources certains groupes avaient un avantage sur d'autres. Dans notre monde, de nombreux groupes ont ce type d'avantage. C'est ce que nous appelons le privilège. Le privilège est un droit, avantage ou immunité spéciale accordé ou disponible uniquement à une personne ou à un groupe de personnes en particulier. Le privilège donne accès aux ressources et leur contrôle, ce qui donne du pouvoir. Lorsque le pouvoir est mal utilisé, il en résulte une inégalité. Il pourrait être basé sur l'âge, la race, le sexe, la classe sociale, l'appartenance ethnique, etc.



Demander : Pouvez-vous penser à quelques exemples montrant comment le privilège peut conduire à une inégalité de pouvoir et désavantager les autres ?



Faire : Notez les réponses des hommes sur un papier pour tableau de conférence et incluez les points suivants s'ils ne les mentionnent pas :

- Inégalité des genres
- Vulnérabilité de certains groupes
- Pauvreté
- Rupture des structures sociales (par exemple lors d'un déplacement)
- Manque de protection légale



Expliquer : Ceux qui ont plus de pouvoir sont capables de blesser et d'exploiter les autres s'ils abusent de leur pouvoir. Ceux qui ont le moins de pouvoir - très souvent des femmes et des filles - risquent davantage d'être exploités et maltraités. Traditionnellement, les hommes et les garçons ont plus de pouvoir que les femmes et les filles. Cependant, les hommes qui ont généralement plus de pouvoir peuvent choisir s'ils veulent utiliser leur pouvoir « sur » les femmes et les filles ou « avec » les femmes et les filles. En utilisant notre pouvoir avec les femmes et les filles, nous pouvons travailler à éliminer les déséquilibres de pouvoir et à minimiser les formes de « pouvoir sur », créant ainsi des familles et des communautés harmonieuses. Plus les gens ont de pouvoir dans la société, plus ils sont responsables de la réduction de l'exploitation du pouvoir.



Remarque : Si l'un des hommes du groupe mentionne qu'il ne se sent pas puissant parce qu'il se trouve dans une situation vulnérable (en tant que réfugié, chômeur, pauvre, déplacé, etc.), expliquez que, parfois, nous ne pouvons pas nous sentir puissants en tant qu'individus, mais les hommes appartiennent toujours à un groupe plus puissant de la société. Le pouvoir provient d'un certain nombre de sources. Par exemple, dans ce cas, les hommes pourraient se sentir moins puissants que d'autres groupes en raison de leur situation économique. Cependant, leur sexe leur donne le droit de faire partie d'un groupe plus puissant de la société, ce qui leur donne plus de privilèges et d'opportunités que ceux offerts aux femmes. Dans le même temps, certaines femmes peuvent se sentir puissantes dans leur propre vie, mais en tant que groupe, elles manquent encore de pouvoir politique, économique et social en raison de leur position dans la société.

Activity 2 : Analyser mon pouvoir à la maison³⁰ (15 minutes)



Faire :

- Informez le groupe que vous allez maintenant lire certaines déclarations à haute voix. Pour ces déclarations, les tuteurs doivent simplement reconnaître en silence si leur réponse est « Toujours », « Parfois » ou « Jamais »
- Dites aux hommes qu'il s'agit d'un exercice personnel d'autoréflexion et que les réponses ne seront pas enregistrées, rassemblées ou partagées avec d'autres, alors n'hésitez pas à répondre en silence et honnêtement.
- Assurez-vous de faire une pause après chaque déclaration pour donner au groupe le temps de réfléchir.
- Demandez au groupe de garder à l'esprit la conversation que vous venez d'avoir sur le pouvoir.

30 IRC, Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables (EMAP) <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

Contextualisation

 **Remarque :** Adaptez les instructions ci-dessous en fonction du contexte. Ensuite, choisissez certaines des phrases ci-dessous à lire à voix haute, en donnant un moment de réflexion aux hommes. Exemples de déclarations :

- Quand je parle à ma femme, je hausse la voix.
- Mon opinion est la plus importante au sein de ma famille.
- Je sens que je peux avoir plusieurs partenaires sexuelles sans le dire à ma partenaire.
- Je décide de ce qui convient le mieux à ma famille sans la participation des autres membres de la famille.
- Je bats mes enfants quand ils n'écoutent pas.
- Je contrôle toutes les décisions financières de la maison.
- Je bats ma femme quand je suis en colère.
- J'aime que me revienne la décision finale dans toutes les affaires à la maison.
- J'ai le sentiment que je n'ai pas besoin d'écouter l'opinion de ma femme ou de mes enfants car je sais ce qui est le mieux.

 **Demander :**

- Comment avez-vous vécu cette réflexion ?
- Qu'est-ce que vos réponses vous ont dit sur la façon dont vous utilisez votre pouvoir à la maison ?
- Utilisez-vous plus de « pouvoir avec » ou de « pouvoir sur » ? Dans quelles situations ?
- Comment votre utilisation du pouvoir affecte-t-elle les discussions et la prise de décision que vous avez avec votre femme et vos garçons et filles ?

 **Remarque :** Pensez à ces groupes séparément pour mettre en évidence les différences.

- Lorsque nous pensons au pouvoir avec, cela s'applique-t-il uniquement aux femmes ou s'applique-t-il également à nos filles ? Comment et où pouvons-nous également impliquer les filles dans la prise de décision ?

 **Remarque :** Il est généralement beaucoup plus facile de décrire les actes de violence commis à l'extérieur de chez nous que de commenter ou de parler de la violence à la maison. Parler de la violence que nous avons commise est encore plus difficile. Si les tuteurs partagent la violence qu'ils ont commise, ils chercheront souvent à justifier leurs actes ou à blâmer les autres. Il est important de porter une attention particulière aux réponses qui minimisent, justifient ou blâment la victime pour la violence qui peut survenir. Reportez-vous aux instructions relatives aux réponses de résistance communes en [Annexe 1](#).

Activité 3 : Comment faire un changement (30 minutes)

 **Demander :** Pouvez-vous penser à des exemples positifs d'hommes qui partagent le pouvoir avec leur famille ?

 **Expliquer :** Si nous voulons avoir des relations plus équitables et justes, nous devons écouter en quoi les filles et les femmes ont besoin de nous et apporter des changements. Nous devons également nous concentrer sur COMMENT nous apportons ces changements. Nous savons que la catégorie de genre (rappelez-leur l'activité : Agir comme un homme, agir comme une femme) enseigne aux hommes à être dominants et responsables ; nous devons donc savoir que nous pouvons agir de cette manière, même lorsque nous essayons de faire quelque chose de différent.

 **Faire :** Lisez les scénarios suivants sur la façon dont les hommes peuvent essayer d'apporter des changements chez eux. Après chaque scénario, posez les questions ci-dessous :

Scénario 1 : Vous avez pensé à tout le travail que votre femme est censée faire à la maison. Vous décidez qu'elle ne devrait plus faire la vaisselle et que ce sont vos filles qui la feront à sa place (et non vos fils). Votre femme pourra faire la lessive, ce qui devrait lui plaire davantage.

Scénario 2 : Vous décidez de parler à votre famille de ce que vous apprenez dans le groupe. Quand vous rentrez chez vous, vous dites à tout le monde d'arrêter ce qu'ils font pour pouvoir leur parler. Vous leur parlez de la boîte « hommes » et la boîte « femmes » et après avoir fini de parler, vous leur permettez de

reprendre leurs activités.

Scénario 3 : Vous demandez à votre femme si vous pouviez discuter ensemble des moyens par lesquels vous aimeriez soutenir votre fille afin que vous puissiez avoir une meilleure relation avec elle. Vous lui demandez si elle aimerait parler de cela et vérifiez quand il serait propice pour elle d'avoir cette discussion.



Demander :

- Le comportement de l'homme dans chaque scénario affichait-il un « pouvoir sur » ou un « pouvoir avec » les femmes et les filles ?
- Qui prenait les décisions dans chaque situation ?
- Comment cela aurait-il pu être différent ? Comment les hommes peuvent-ils travailler avec les femmes et les filles dans leur vie - ensemble - pour décider de ce qui serait le plus utile pour les femmes et les filles ?



Remarque : Assurez-vous d'expliquer aux hommes qu'il est attendu qu'ils rencontrent des difficultés au début pour apprendre à parler aux femmes de manière respectueuse et égale. C'est à cause de la façon dont on leur a appris à penser hommes contre femmes. Insistez sur le fait qu'il est très important que les hommes soient honnêtes à propos des défis auxquels ils sont confrontés pour pouvoir les surmonter.



Expliquer : Voici quelques mesures que nous pouvons prendre lorsque nous parlons aux femmes du pouvoir à la maison :

- **Première étape :** Expliquez que vous souhaitez discuter de la manière dont vous pouvez aider à rendre les choses plus justes et plus équitables chez vous. « J'ai réalisé que tu accomplissais beaucoup plus de tâches ménagères et j'aimerais t'aider. »
- **Deuxième étape :** Demandez si elle est disposée à en discuter avec vous. Si oui, quand serait le bon moment pour parler ?
- **Troisième étape :** À l'heure convenue, expliquez que vous voulez rendre les choses plus justes et plus égales chez vous. Demandez-lui et écoutez ce qu'elle en pense et ce qu'elle pense être utile. « Dans mon groupe, nous apprenons combien de tâches supplémentaires les femmes et les filles doivent accomplir au quotidien à la maison. Ce n'est pas juste. Je voudrais aider afin que les choses soient plus égales. Qu'en penses-tu ? Qu'est-ce qui pourrait t'être utile ? »
- **Quatrième étape :** Si elle est à l'aise avec certains changements, travaillez ensemble pour sélectionner deux ou trois comportements que vous pouvez faire différemment.
- **Cinquième étape :** Respectez ce que votre femme veut. Si elle ne veut pas que vous apportiez des changements, essayez de comprendre pourquoi et de respecter ses sentiments. Ne prenez pas de décisions pour elle et n'insistez pas pour que le changement se produise de manière particulière.



Faire : Après avoir passé en revue les étapes, demandez à un volontaire de jouer le rôle de la discussion. Dites aux tuteurs qu'ils doivent s'exercer à parler avec les femmes et les filles de manière à intégrer ces caractéristiques. Pratiquez la discussion avec de différents hommes volontaires, en utilisant les trois scénarios présentés au début de cette activité.



Remarque : Pour chaque situation, l'animateur doit montrer les différentes réactions que les femmes peuvent avoir à cette discussion, notamment la méfiance, la résistance au changement, la confusion, etc. Le jeu de rôle a pour objectif d'aider les hommes à réfléchir à COMMENT ils communiquent avec les femmes et les filles dans leur vie. Après chaque jeu de rôle, demandez aux hommes leur réponse et animez une brève discussion en vous aidant des questions suivantes :

- Comment l'homme a-t-il parlé à sa femme dans cette situation ?
- Comment la femme a-t-elle réagi ?
- Ont-ils pris des décisions ensemble sur ce qui allait se passer ou est-ce l'homme qui a décidé ?
- Comment devez-vous, en tant qu'homme, vous comporter de manière à pouvoir tenir une discussion respectueuse ? Comment pouvez-vous écouter ce que votre femme ou votre fille a à dire ?



Remarque : Explorez leurs réponses et associez toute possibilité de défense ou de résistance à la catégorie de genre. Faites attention à ce que les hommes décident ce qu'ils sont ou ne sont pas prêts à faire - et, par conséquent, à la mesure dans laquelle ils décident toujours des conditions de leur aide.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Incarnez un rôle que vous ne joueriez pas normalement (par exemple, préparer un dîner, mettre les enfants au lit, faire les courses à l'épicerie) et réfléchissez à ce que vous pensiez que c'était (plus difficile que vous ne le pensiez, plus facile, prenant plus de temps que prévu) et comment vous vous êtes sentis en le faisant (gênés, utiles, fiers, en colère, etc.).

SESSION 7

L'environnement familial

► Objectifs :

1. Les tuteurs reconnaissent l'importance d'un environnement familial sain.
2. Les tuteurs apprendront des astuces et des techniques pour les aider à contribuer à un environnement familial sain.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs, crayons de couleur, papier A4

► Durée : 2 heures

* Note à l'animateur :

- Cette session peut entraîner des divulgations de VBG commise. Les animateurs doivent être préparés à l'avance pour gérer cela. Renseignez-vous auprès de votre supérieur hiérarchique sur l'intérêt supérieur de l'enfant, au cas où il y aurait lieu de faire un suivi, et lisez attentivement les instructions fournies dans l'introduction des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs.
- N'oubliez pas de rappeler les accords de groupe aux tuteurs et vérifiez s'ils souhaitent utiliser des accords de groupe supplémentaires pour cette session.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

-  **Demander :** Quelle information vous a marqué lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (20 minutes)

-  **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler de l'environnement familial. Nous entendons par là les conditions et les expériences que nous avons au sein de notre structure familiale. Lors de la dernière session, nous avons déjà entamé la discussion sur le stress et son impact sur la famille. Aujourd'hui, nous verrons plus en détail à quel point un environnement familial sain et sûr est essentiel à notre bien-être et à celui de nos filles et de nos garçons.

-  **Demander :** Lorsque nous imaginons un environnement familial, à quoi pensons-nous ?

-  **Expliquer :** L'environnement familial peut inclure un certain nombre de choses :

- Environnement physique - par exemple, une maison ou un espace physique spécifique ;
- Environnement émotionnel - par exemple, espace stressant, tendu, heureux, relaxant, sûr, communication ouverte ;
- Environnement d'apprentissage - par exemple, stimulation/retard de croissance, modélisation du comportement bon/mauvais, encourager/décourager la communication et les idées.

-  **Demander :**

- Qu'est-ce qui rend un environnement familial dangereux, tendu ou stressant ? (Lorsque nous utilisons notre pouvoir sur les autres pour être physiquement ou verbalement violent envers les femmes, les filles et les autres enfants, se disputer, crier, argumenter, punir sévèrement et autres formes de violence utilisées pour contrôler le comportement de quelqu'un, etc.)
- Que peut-il se passer si l'environnement familial n'est pas sûr et constitue un lieu de tension et de stress ?

- Ayant discuté de l'impact du stress sur nous lors de la session précédente, quel est selon nous l'impact du stress à la maison sur les filles et les garçons ?
- Quel est selon nous son impact sur les femmes ?

 **Remarque :** Assurez-vous que les tuteurs identifient l'impact sur les filles et les garçons séparément.

 **Expliquer :** Les jeunes enfants exposés à un environnement familial stressant et à la violence à la maison subissent un stress émotionnel supplémentaire, ce qui entraîne un stress toxique, ce qui peut avoir une incidence sur le développement de leur cerveau. Cela peut également entraîner des problèmes de comportement, des problèmes de sommeil, une détresse émotionnelle, la peur d'être seul, un comportement immature et des problèmes d'apprentissage de la propreté et au développement du langage.

 **Demander :** Étiez-vous conscients des conséquences pour les jeunes enfants de la vie dans un foyer stressant ?

 **Expliquer :** En grandissant, les enfants exposés à un environnement familial stressant et à la violence peuvent continuer à montrer des signes de problèmes. Les enfants et les jeunes adolescents peuvent avoir plus de difficultés avec le travail scolaire et faire preuve d'une faible concentration. En grandissant, ils peuvent souffrir de dépression, de tendances suicidaires et d'énurésie nocturne. D'autres se sentent isolés socialement, incapables de se faire facilement des amis et peuvent également montrer des signes de comportement agressif.³¹

 **Demander :** Étiez-vous au courant des conséquences pour les adolescent(e)s ?

 **Dire :** Il y a peut-être des choses que nous ne pouvons pas contrôler, telles que le cadre ou la structure dans lesquels nous vivons, mais il y a des choses que nous pouvons faire pour rendre ces espaces nourrissants, sûrs et solidaires pour notre famille.

 **Expliquer :** Les femmes exposées à un environnement familial stressant, en particulier à la violence, peuvent souffrir de nombreuses maladies. Elles peuvent se sentir déprimées ou anxieuses et peuvent également développer des symptômes physiques, tels qu'une douleur intense et régulière dans leur corps, des problèmes d'alimentation, des problèmes liés à leur estomac ou une incapacité à dormir. Cela peut rendre leur bonheur, leur participation à des activités familiales ou communautaires ou le fait de faire leurs activités quotidiennes (par exemple, s'occuper des enfants, travailler, etc.) difficile.

 **Demander :** Étiez-vous conscients de ces conséquences sur les femmes ?

 **Demander :** Quelqu'un a-t-il des exemples de la façon dont il rend son environnement familial plus nourrissant, solidaire et sûr ?

 **Expliquer :** Il est important de réfléchir à l'impact sur les femmes et les enfants lorsque les hommes choisissent d'exercer leur pouvoir sur elles/eux et choisissent d'être violents. Cela a un impact significatif sur l'environnement familial, avec un effet néfaste sur tous les membres de la famille.

3. Activités

Activité 1 : Relations saines (25 minutes)

 **Dire :** Je veux que nous réfléchissions individuellement à quoi ressemble une « relation saine ».

 **Demander :** Qu'entendons-nous par « relations saines » ? (Ce sont des relations basées sur le respect, la confiance et l'honnêteté. Ce sont des relations qui nous font sentir bien et heureux et où nous avons un pouvoir partagé avec notre partenaire.)

 **Faire :** Distribuez des crayons et du papier et demandez aux participants de dessiner une illustration qui représente une relation saine. Il peut s'agir d'une relation entre tuteur/fille, mari/femme, petit ami/petite amie ou d'autres formes de partenariats intimes, et il n'est pas nécessaire que cela reflète l'homme lui-même ou sa situation actuelle. Quelques minutes plus tard :

 **Demander :** Regardez maintenant vos illustrations. Qu'est-ce qu'elles vous disent sur les choses qui rendent une relation saine et sûre entre deux personnes ?

 **Faire :** Notez les réponses des tuteurs sur un papier pour tableau de conférence et ajoutez les éléments suivants, s'ils n'ont pas été mentionnés :

- Se parler de manière aimable sans crier ni s'insulter.
- Les femmes partageant le pouvoir et la prise de décision avec les hommes en ce qui concerne l'éducation des enfants, la manière de dépenser l'argent familial, ainsi que toutes les autres questions qui affectent la famille.
- S'écouter les uns les autres et faire preuve d'empathie.
- Être capable d'exprimer des sentiments les uns envers les autres.
- Se respecter les uns les autres en tant que personnes et se soutenir mutuellement dans nos objectifs, nos espoirs et nos rêves.

 **Demander :**

- Les choses que nous avons mentionnées reflètent-elles notre expérience réelle au sein de notre famille ?
- Les femmes ont-elles un pouvoir de prise de décision égal au sein de la famille ? Pourquoi/pourquoi pas ?

 **Remarque :**

- Certains hommes peuvent dire que les femmes contrôlent tout dans le foyer et ne permettent pas aux hommes d'interférer. Cherchez à savoir s'ils font référence à la gestion des tâches ménagères, ou si les femmes ont plus de choix et plus de voix en matière financière et si elles sont libres de le faire savoir quand elles ont besoin de plus de soutien de la part des hommes, etc.
- Pour certaines questions, les hommes peuvent dire qu'il est préférable que les femmes prennent des décisions (par exemple, le mariage des filles). Cherchez à savoir si les hommes devraient également avoir davantage voix au chapitre sur ces questions-là, en particulier s'ils sont en désaccord avec la décision

 **Expliquer :** Pour avoir une relation saine, vous devez penser à votre partenaire comme étant précieuse et digne de respect. Cela signifie également que vous devez faire des choix, tout le temps, pour démontrer ces croyances. Cela signifie partager le pouvoir avec votre partenaire. Cela s'applique également à la façon dont vous interagissez avec le reste des membres de votre famille.

Activité 2 : Étapes vers un environnement familial sain (40 minutes)

 **Faire :** Lisez l'histoire suivante aux tuteurs, puis répartissez-les en groupes et posez une question à chaque groupe. Ils rapporteront leurs réflexions à l'ensemble du groupe.

Amira et Khalil ont trois enfants. Amira a eu du mal à gérer les responsabilités ménagères et à travailler en même temps. Khalil vit des moments très difficiles au travail. Un jour, Khalil rentre du travail et le dîner n'est pas prêt. Il commence à crier sur Amira et lui dit de se dépêcher ! Amira répond à Khalil et lui dit qu'elle fait de son mieux. Khalil se fâche et frappe Amira. Leur plus jeune fille est debout dans la cuisine et voit ce qui se passe. Elle commence à pleurer.

 **Dire :** Je veux que vous preniez quelques minutes pour penser à ce qui s'est passé. (Répétez l'histoire si nécessaire.) Et ensuite, au sein de vos groupes, répondez aux questions suivantes :

- **Groupe 1 :** Quelles émotions ont été ressenties par Amira ? Quelles émotions Khalil a-t-il ressenties ? Comment la fille d'Amira et Khalil s'est-elle sentie ?
- **Groupe 2 :** Comment Khalil se sent-il après avoir frappé Amira ? Qu'a-t-il ressenti en voyant sa fille pleurer ? Qu'a-t-il ressenti envers lui-même ?

 **Faire :** Rassemblez les groupes et demandez à chaque groupe de partager ce qu'il a discuté et ses réponses aux questions. Donnez aux participants l'occasion de réfléchir à la discussion et de partager leur avis. Il est important d'identifier les personnes qui ont une attitude positive à l'égard des femmes et des filles afin de contribuer à lutter contre les normes sociales et de genre préjudiciables.

 **Demander :** Comment Khalil peut-il exprimer ses sentiments à Amira d'une manière qui ne cause de tort ni à elle ni à leurs enfants ?

 **Remarque :** Les animateurs devraient amener les hommes à identifier que la violence était mal et à suggérer d'autres moyens d'exprimer leur frustration.

 **Expliquer :**³² La violence de Khalil envers sa femme ne consistait pas à perdre le contrôle ou à être en colère. Il a plutôt choisi d'exprimer ses émotions et de démontrer son pouvoir envers sa femme. Khalil sait également que ce choix n'aura probablement aucune conséquence. La colère et la violence sont SÉLECTIVES envers sa femme. La catégorie de genre enseigne aux hommes à ne pas être émotifs, car cela est réservé aux femmes. On enseigne aux hommes que la colère est l'une des rares émotions qu'ils peuvent exprimer tout en étant respectés. Par conséquent, les hommes ne savent souvent pas comment exprimer leurs émotions de manière saine et leur douleur est souvent ressentie par les femmes.

 **Faire :** Amenez les hommes à réfléchir à un conflit récent qu'ils ont eu avec leur femme/petite amie. Demandez-leur de discuter de l'argument en binômes et de répondre aux questions suivantes :

Questions :

- Qu'est-il arrivé ?
- A quoi pensaient-ils ?
- Qu'ont-ils ressenti pendant la discussion (changements physiques dans leur corps, certaines émotions) ?

 **Faire :** Quelques minutes plus tard, demandez aux volontaires de décrire la situation et d'identifier les pensées, les sentiments et les sensations corporelles qu'ils ont éprouvés.

 **Demander :** Quelles sont les façons de gérer des situations comme celles-ci lorsqu'elles se produisent ?

 **Faire :** Invitez les participants à réfléchir à quelques idées et à clarifier les points suivants s'ils ne sont pas mentionnés :

 **Expliquer :**³³ Lorsque nous traitons une situation similaire que celle vécue par Amira et Khalil, nous devrions envisager les choses suivantes :

- **Faire preuve d'empathie :** Mettez-vous à la place de l'autre personne et réfléchissez à ce qu'elle pourrait ressentir par rapport à ce que vous lui dites. Comment vous sentiriez-vous si les rôles étaient inversés ? Donnez aux autres le temps de poser des questions et de s'expliquer.
- **Penser à notre langage corporel :** Établissez un contact visuel et essayez de vous asseoir ou de vous tenir debout de manière détendue. Ne pas utiliser un langage de confrontation ou un langage corporel agressif.
- **Écouter :** Lorsque nous sommes stressés, nous avons tendance à moins écouter. Essayez de vous détendre et d'écouter attentivement les points de vue, les opinions et les sentiments de l'autre personne.
- **Rester calme et concentré :** La communication devient plus facile lorsque nous sommes calmes. Respirez profondément et essayez de garder un air calme. Les autres sont plus susceptibles de rester calmes si vous l'êtes. Si vous en avez besoin, faites une pause dans la conversation et revenez-y plus tard lorsque vous serez calmes.
- **Utiliser les « Déclarations du 'Je' » :** Les « déclarations du 'je' » peuvent permettre aux couples de résoudre leurs désaccords en exprimant leurs opinions et leurs sentiments sans désigner de coupable et sans alourdir davantage la relation. Voici quelques exemples de « déclarations du 'je' » :
 - » Je me sens agacé en ce moment.
 - » J'ai passé une mauvaise journée.
 - » Je ne me sens pas respecté lorsque quelqu'un élève la voix contre moi. Pouvons-nous discuter de ce qui s'est passé ?
 - » Je me sens très frustré quand je pense que quelqu'un ne m'écoute pas.

32 Adapté de l'IRC, *Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables (EMAP)* <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>

33 Adapté des *Compétences dont vous avez besoin* <https://www.skillsyouneed.com>



Demander : Et si votre femme ou votre petite amie disait : « Je ne veux pas en parler maintenant, je veux en parler quand tu auras eu le temps d’y réfléchir » ?



Faire : Demandez aux participants de retourner dans leurs groupes. Sur la base des astuces et techniques partagées avec eux, demandez-leur de s’exercer à être Amira et son mari. Demandez à des volontaires de partager leur pratique avec le groupe.



Expliquer : Dans le cas d’Amira et de Khalil, il exprimait sa frustration à son égard et utilisait son « pouvoir sur » par la violence. La solution ne consiste pas à cacher cette agression aux enfants afin de créer un environnement familial sain, mais de ne pas commettre des actes de violence à la base. Les hommes comme Khalil doivent trouver d’autres moyens de gérer les émotions exprimées sous forme de colère et dirigées à l’encontre des femmes et des filles. Cette agression crée un environnement dangereux dans le foyer en particulier pour les membres féminins de la famille, mais également pour les garçons. Pour créer un environnement familial sain, sûr et enrichissant, les hommes et les femmes doivent trouver des moyens de traiter leurs problèmes de manière qui ne nuise à personne. Se soutenir mutuellement et avoir des discussions ouvertes sur la façon de se soutenir est un bon moyen d’améliorer n’importe quel environnement familial.

4. Vérification (5 minutes)

Rappelez aux tuteurs les informations sur les services existants. Expliquez que vous serez disponible pour parler après la session s’ils souhaitent obtenir des informations supplémentaires.

Compte tenu de la nature du sujet, effectuez l’activité de clôture suivante avec les tuteurs. (Vous pouvez aussi faire le rituel de clôture que le groupe fait habituellement après les activités.)

Entraînement tonal : Activité de clôture permettant l’expression sans verbalisation. Elle rassemble le groupe et procure un sentiment de satisfaction et de libération et permet à chacun de s’exprimer en utilisant sa voix.

1. Le groupe forme un cercle.
2. La première personne émet un son qui exprime ses sentiments actuels.
3. Le groupe reprend ce son.
4. La personne suivante ajoute son son. Le groupe reprend ce son, puis revient au début et reprend tous les sons déjà émis.
5. Continuez jusqu’à ce que le groupe ait créé un train sonore avec un son de chaque personne.

5. À emporter (5 minutes)

Remarquez les différences dans la manière dont vous traitez les filles et les garçons à la maison. Observez comment vous êtes traités au sein de votre famille par rapport à votre femme ou observez les autres familles qui le font.

SESSION 8

Explorer nos relations avec les adolescentes

► Objectifs :

1. Les tuteurs apprendront à améliorer la qualité de leur communication avec les filles dont ils s'occupent et à explorer les idées autour de la prise de décision avec les adolescentes.
2. Les tuteurs exploreront le concept d'empathie et apprendront des techniques pour augmenter l'empathie envers leurs filles et envers eux-mêmes.

► **Matériel :** Papier pour tableau de conférence, stylos, papier A4, marqueurs

► **Durée :** 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

 **Dire :** Il y a quelques séances, nous avons discuté de ce que signifiait un environnement familial sain et l'une des choses dont nous avons discuté était l'environnement émotionnel. Un des facteurs clés dont nous avons discuté pour créer un environnement familial sain était la bonne communication. Aujourd'hui, nous allons parler plus en détail de la manière dont nous communiquons avec les adolescentes et de la manière dont nous pouvons renforcer nos relations avec elles pendant cette période difficile de transition.

 **Dire :** On enseigne généralement aux hommes que les tuteurs devraient fournir des objets matériels, tandis que les tutrices devraient s'occuper des enfants. Pour cette raison, les tuteurs se voient souvent refuser l'opportunité d'acquérir les compétences nécessaires pour s'occuper de leurs enfants d'une autre manière. Mais les tuteurs peuvent et doivent également s'occuper des enfants. Il y a plusieurs façons de le faire.

2. Explorons (15 minutes)

 **Demander :** Quels sont les défis auxquels font face les tuteurs avec les adolescentes dont ils s'occupent ?

Dire : Parfois, les problèmes que vous avez avec les filles peuvent être dus à des choses indépendantes de votre volonté, et peuvent aussi ne pas toujours être la faute des filles. Vivant dans des situations difficiles, les tuteurs sont soumis à de nombreuses pressions et stress qui peuvent affecter la manière dont ils traitent leurs enfants et leurs partenaires. Il est également important de se rappeler l'impact que cette situation difficile a également sur les filles. Il est important d'écouter et de communiquer avec les filles à mesure qu'elles grandissent. Cela aide à créer un environnement familial sain et enrichissant. L'établissement de relations prend du temps et il est normal de rencontrer des difficultés pour engager des conversations différentes de celles que l'on tient habituellement, mais nous pouvons le faire à travers des efforts continus et persistants.

 **Demander :** Qui est chargé de développer une relation saine avec les filles ? (Les tutrices et les tuteurs.)

 **Remarque :** Pour les tuteurs qui disent que c'est le rôle de la tutrice, demandez-leur pourquoi. Rappelez-leur les rôles de genre et la catégorie de genre discutés précédemment, et comment cela peut nous limiter. Si certains pensent que cela incombe aux tuteurs et tutrices, demandez-leur d'expliquer pourquoi - vous offrirez ainsi une perspective différente.

 **Demander :** Pourquoi est-il important de construire une relation entre vous et votre fille ?



Expliquer :

- Il est important d'essayer autant que possible de continuer à tisser des liens avec tous vos enfants ainsi qu'avec votre partenaire, en particulier en période d'incertitude ou de déplacement.
- Votre relation avec les adolescentes en particulier peut changer. Vous pouvez vous attendre à ce qu'elles assument davantage de responsabilités. En raison des changements qu'elles vivent pendant la puberté, d'autres personnes peuvent également les traiter différemment. De nouveaux environnements, comme lors d'un déplacement, peuvent également signifier qu'elles ont une liberté plus limitée qu'auparavant et moins d'opportunités que leurs frères.
- Et même s'il s'agit d'une période stressante pour toute la famille et que l'établissement de relations peut ne pas sembler une priorité, c'est essentiel si vous voulez vous assurer qu'elles sont en bonne santé, heureuses et en sécurité. Cela permettra à vos filles d'être plus ouvertes pour discuter de leurs préoccupations, de leurs besoins et de leurs inquiétudes avec vous.
- Essayer de se mettre à leur place ouvre un espace de dialogue et vous alertera des risques potentiels ou des problèmes auxquels elles pourraient être confrontées. Cela vous aidera à leur fournir un soutien si nécessaire.
- Nouer des relations avec votre partenaire leur ouvrira également la voie pour qu'elles abordent avec vous des problèmes pour lesquels elles ont besoin d'aide, y compris des problèmes que vos filles leur ont soulevés - car les adolescentes peuvent se sentir plus à l'aise de discuter avec leurs tuteurs. Ainsi, votre soutien aux filles peut également consister à soutenir les tuteurs de votre foyer.

3. Activités

Activité 1 : Communiquer avec ma famille (25 minutes)



Demander :

- Combien de temps passez-vous actuellement à parler à vos enfants de leur vie ou de ce qui est important pour eux ? Est-ce différent avec vos filles qu'avec vos garçons ? (Laissez les participants réfléchir à leur réponse ; ils peuvent partager s'ils le souhaitent.)
- Combien de temps passez-vous à discuter avec votre partenaire de choses relatives à sa vie et importantes pour elle ?
- Comment la façon dont vous communiquez avec vos enfants a-t-elle changé au fil du temps (c'est-à-dire par rapport à leur jeunesse, ou avant la situation actuelle de déplacement/conflit, etc.) ? Est-ce différent pour vos enfants de sexe féminin ou masculin ?
- Combien de temps passez-vous à parler à votre partenaire de choses qui la concernent ?



Faire : Lisez les scénarios suivants au groupe. Après chaque scénario, demandez aux volontaires de se présenter pour jouer le scénario et découvrir comment ils réagiraient dans chaque situation.



Remarque : Si les tuteurs suggèrent des moyens préjudiciables de gérer la situation, par exemple en punissant la fille en la frappant, en criant, etc., demandez-leur quels sont les risques ou les avantages de réagir de la sorte. Vous pouvez également demander à d'autres tuteurs s'ils ont d'autres suggestions sur la façon de gérer la situation. Ils peuvent intervenir pour montrer leur approche à travers le jeu de rôle.

Contextualisation

Scénario 1 : Betty a 13 ans et, en grandissant, elle commence à beaucoup se disputer avec ses frères et sœurs plus jeunes. Elle ne veut pas passer du temps avec eux comme elle le faisait quand elle était plus jeune. Ses tuteurs en ont assez de toujours essayer de garder les enfants calmes et de les faire jouer ensemble. Un jour, Betty est vraiment en colère ! Son frère lui avait pris quelque chose de très spécial et l'a endommagé. Betty frappe son frère. Comment géreriez-vous cette situation ?

Scénario 2 : Asha passe beaucoup de temps avec ses amies et sa tutrice, Dana, craint que ses amies aient une influence négative sur elle. Dana craint qu'Asha ne soit influencée par ses amies, car elle est maintenant très querelleuse. Lorsque Dana essaie d'aborder le sujet avec elle, Asha devient défensive et ne veut plus en parler. Dana s'adresse au tuteur d'Asha et lui demande son aide. Comment géreriez-vous cette situation ?

Scénario 3 : Ruth grandit et ses tuteurs ont remarqué que son comportement est en train de changer. Maintenant, elle refuse de faire ses tâches ménagères. Un jour, son tuteur lui demande de lui apporter du thé. Au lieu d'apporter le thé comme elle le fait normalement, elle demande à son tuteur pourquoi il ne demande jamais à ses frères de lui préparer du thé. Elle dit qu'elle a beaucoup de devoirs depuis qu'elle est passée en classe supérieure et elle souhaite que ses frères assument davantage de responsabilités à la maison. Comment géreriez-vous cette situation ?



Demander :

- Que pensez-vous de la manière dont les scénarios ont été gérés ?
- Rappelons-nous le pouvoir que nous avons sur les filles et les autres membres de la famille. Comment pensez-vous que cela influence la manière dont nous discutons avec elles/eux ?
- Comment pensez-vous que nous pouvons utiliser notre pouvoir avec nos filles et les autres membres de la famille plutôt que sur elles/eux, lorsque nous communiquons avec elles/eux ?



Faire : Écrivez ce que les hommes suggèrent et ajoutez ce qui suit :



Dire : Voici quelques conseils supplémentaires que vous pouvez utiliser pour améliorer la communication avec vos filles et votre partenaire (et les autres membres de votre famille) :



Expliquer : (écrivez ce qui suit sur le papier pour tableau de conférence)

Astuces de communication

- Rappelez-vous du pouvoir que vous avez sur les filles et les autres membres de votre famille. Lorsque vous réfléchissez à la communication, il est important de garder cela à l'esprit et de veiller à ce que votre communication tienne compte des différentes dynamiques de pouvoir au sein de la famille.
- Encouragez les adolescentes à exprimer leurs opinions. Même si vous n'êtes pas d'accord avec elles, faites-leur sentir que leur opinion est prise en compte.
- Imaginez ce qu'elles ressentent et ce qu'elles pensent.
- Manifestez un intérêt sincère pour leurs pensées et leurs préoccupations. Elles sont à un stade délicat et certaines ont du mal à s'exprimer.
- Donnez-leur votre temps et votre attention. Même si votre vie est chaotique, il est important d'essayer de consacrer du temps à votre fille, en particulier pendant cette phase sensible de sa vie.
- Ne les jugez pas sévèrement, cela risquerait de freiner la communication. Utilisez les « déclarations du 'je' », par exemple, « Je me sens triste parce que tu as brisé ma confiance », au lieu de dire « Tu es mauvaise pour m'avoir menti. »
- Permettez-leur d'être tristes. Ne vous attendez pas à ce qu'elles soient toujours fortes. Encouragez l'expression saine de leurs émotions.
- Encouragez-les et donnez-leur l'occasion d'être utiles. Si vous souhaitez qu'elles aient plus de responsabilités, assurez-vous qu'elles se rendent compte à quel point cela vous est utile et leur contribution à la famille, car elles seront plus enclines à vouloir apporter leur soutien de cette manière.
- N'imposez pas vos opinions. Demandez-leur plutôt ce qu'elles pensent devoir faire dans une situation donnée. Cela les aidera à développer leur confiance en elles et leur apprendra à développer leurs compétences en résolution de problèmes et en prise de décision.
- Encouragez-les à trouver des solutions par elles-mêmes. Guidez-les en posant des questions et en les encourageant à réfléchir aux conséquences positives et négatives possibles de toute situation.

Activité 2 : Une communication efficace prend du temps (40 minutes)



Dire : Nous allons parler de la manière de respecter et de comprendre les pensées, les sentiments et les points de vue des autres. Certains utilisent le mot « empathie » pour décrire ce respect et cette sollicitude.



Remarque : Il n'est pas nécessaire d'utiliser le mot empathie, tant que son concept principal et sa justification sont communiqués. Vous pouvez choisir, par exemple, d'utiliser l'expression « respecter et comprendre les pensées, les opinions et les sentiments des autres. »



Demander : Qu'entendons-nous par empathie ?



Expliquez : Quand je pense à « empathie », je pense à travailler pour comprendre la situation du point de vue d'un(e) autre, voir avec les yeux d'un(e) autre, entendre avec les oreilles d'un(e) autre et ressentir avec le cœur d'un(e) autre. L'empathie est la capacité d'une personne à se mettre à la place d'un(e) autre et à voir à quoi ça ressemble. Souvent, lorsque nous rencontrons nous-mêmes des difficultés, il est difficile de prendre en compte les sentiments de quelqu'un et de faire preuve de prudence, mais l'empathie est une compétence importante qui peut nous aider à améliorer nos relations avec notre famille.

Blâme contre empathie

Contextualisation



Dire : Prenons le scénario de Ruth. Quelqu'un peut-il nous rappeler en quoi il consistait ?

Ruth est en train de grandir et ses tuteurs ont remarqué que son comportement était en train de changer. Maintenant, elle refuse de faire ses tâches ménagères. Un jour, son tuteur lui demande de lui apporter du thé. Au lieu d'apporter le thé comme elle l'aurait fait normalement, elle demande à son tuteur pourquoi il ne demande jamais à ses frères de lui préparer du thé. Elle dit qu'elle a beaucoup de devoirs depuis qu'elle est passée en classe supérieure et elle souhaite que ses frères assument davantage de responsabilités à la maison.



Demander : Comment pensez-vous que Ruth se sent ?



Dire : Je vais maintenant lire certaines des réponses potentielles de son tuteur, Patrick. Après chaque réponse, j'aimerais que vous alliez au début de la salle si vous pensez que Patrick blâme Ruth, et au fond de la salle si vous pensez que Patrick comprend/a de l'empathie pour la situation de Ruth et ses sentiments.

1. Patrick s'exclame : « Ne sois pas si bête ! C'est une tâche qui revient à une fille, pas à un garçon et tu devrais écouter ton tuteur et faire ce qu'il te demande ! » (Faites une pause pour permettre aux tuteurs de se déplacer à l'avant ou à l'arrière de la salle.)
2. Patrick dit d'une voix sévère : « Tu es en train de me manquer de respect et cela est mauvais. Je n'aime pas ton attitude ; tu es toujours très insolente. » (Pause de cinq secondes.)
3. Patrick dit d'une voix inquiète : « Je suis désolée que tu sentes que tu as trop de tâches à accomplir. L'école est très importante ainsi que le sont tes tâches, alors que pouvons-nous faire pour essayer de résoudre ce problème ? » (Une pause de cinq secondes.)



Demander : Quelles réponses de Patrick avez-vous préférées ? Pourquoi ? Quelles réponses auriez-vous aimé entendre si vous étiez Ruth ?



Demander : Pourquoi faut-il de l'empathie pour construire des relations au sein de votre famille, mais en particulier avec les adolescentes ?



Faire : Demandez aux tuteurs de discuter ; ajoutez les éléments suivants à leur liste s'ils manquent :

- Faire preuve d'empathie aide à assurer à vos filles que leurs besoins sont satisfaits et qu'elles se sentent en sécurité. Comme il s'agit d'une période difficile pour les filles en particulier, il est important de veiller à entretenir cette relation.
- Les tuteurs peuvent avoir de l'empathie envers d'autres tuteurs et envers eux-mêmes ce qui enseigne aux enfants à prendre soin d'eux-mêmes et des autres. Les enfants sont de grands imitateurs de notre comportement. Ainsi, lorsque nous leur répondons avec respect et empathie, ils apprennent à traiter les autres avec respect et empathie.
- Lorsque nous réagissons avec empathie envers nos filles, nous leur communiquons qu'elles sont importantes et qu'elles comptent. Nous soutenons leur développement social et émotionnel sain.
- Être empathique permet à nos filles de partager ouvertement et de discuter de leurs problèmes et des risques auxquels elles sont confrontées, sans craindre d'être blâmées.



Dire : Je vais partager avec vous une technique simple pour vous aider à améliorer votre empathie, à mieux comprendre les sentiments de vos filles et à pouvoir y répondre. Vous pouvez aussi utiliser cette technique avec les autres membres de votre famille.

Cette technique comporte quatre étapes :

- **Étape 1 - Identifiez le sentiment :** Essayez d'identifier ou d'étiqueter ce que quelqu'un ressent. Lorsque les tuteurs honorent un sentiment, ils l'identifient ou l'étiquettent d'abord. Par exemple, « Mariam, tu sembles avoir peur maintenant, n'est-ce pas ? »
- **Étape 2 - Déterminez la raison :** Comprenez pourquoi elles ressentent cela. « Voudrais-tu me dire pourquoi tu as peur ? » Mariam peut vous le dire, ou elle peut choisir de ne pas le faire tout de suite. Vous pouvez dire à Mariam : « N'hésite pas à venir me parler quand tu seras prête. »
- **Étape 3 - Respectez les sentiments :** Respectez les sentiments de l'enfant. Mariam aurait pu être en désaccord avec une amie ou avoir été rejetée par ses pairs à l'école. Ne rejetez pas cette raison. Reconnaissez et respectez le « pourquoi » des situations. Si vous faites croire à votre fille que ses sentiments ne sont pas importants, elle risque de ne plus vous parler des problèmes qui la préoccupent.
- **Étape 4 - Passez à l'action :** Faites face à ces sentiments avec votre fille. Vous pouvez réfléchir avec elle à ce qui doit être fait, le cas échéant. Parfois, la situation peut nécessiter que le tuteur et la fille proposent des actions pouvant aider à remédier à la situation. Parfois, la situation n'a pas besoin d'une action précise autre que simplement réconforter votre fille ou partager sa joie.



Dire : Nous allons maintenant pratiquer les quatre étapes de la communication empathique.



Faire : Demandez aux tuteurs, en binômes, de pratiquer les étapes de la communication empathique, en prenant l'exemple de Ruth et Patrick.



Remarque : Ils peuvent changer l'histoire et la remplacer par d'autres problèmes qu'ils peuvent rencontrer. Ils peuvent également changer de rôle pour que chaque tuteur ait l'opportunité d'être Ruth et Patrick.



Demander : Ces compétences étaient-elles nouvelles pour vous ou les avez-vous déjà utilisées ?



Demander : Pensez-vous que c'est quelque chose que vous pouvez pratiquement utiliser dans vos interactions avec vos filles ? Avec votre partenaire/femme et fils ? Si non, quelles alternatives proposez-vous ?



Dire : La mise en pratique de ces techniques avec tous les membres de votre famille peut aider à contribuer à un environnement familial sain.



Remarque : Faites-leur savoir que cela ne leur arrivera peut-être pas naturellement, étant donné que c'est peut-être nouveau et que nous sommes peut-être habitués à différentes manières de gérer ces situations. Cependant, puisqu'ils ont la volonté de soutenir les filles et de les aider à atteindre leurs objectifs, l'utilisation de cette technique les mènera vers leur vision.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Expliquez aux tuteurs que la tâche À emporter de cette semaine consiste à rentrer chez eux et à passer du temps de qualité avec leurs filles et les membres féminins de leur famille. Demandez aux tuteurs de choisir une activité discutée en rapport avec le temps de qualité avant notre prochaine rencontre. Ils devraient également mettre en pratique les compétences de communication dont nous avons discuté et faire un rapport à la prochaine session.

SESSION 9

Éducation parentale pour l'égalité

► Objectifs :

1. Les tuteurs exploreront plus en détail la notion de rôles de genre et leur relation avec les adolescentes.
2. Les tuteurs apprendront comment ils peuvent contribuer à faire respecter les droits des filles.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs, papier A4, stylos, ruban adhésif, Horloge d'activité (Annexe 5)

► Durée : 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons parler des techniques parentales que nous utilisons et nous allons identifier les différences dans la manière dont nous éduquons les adolescentes par rapport aux adolescents et aux enfants plus jeunes.

2. Explorons (10 minutes)

-  **Demander :**
- À la maison, quelles sont les règles ou les attentes concernant la manière dont les enfants sont censés se comporter ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)
 - Existe-t-il des différences dans les règles et les attentes que vous avez envers les filles et les garçons ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)
 - Existe-t-il des attentes concernant le comportement des femmes ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)
 - Y a-t-il des attentes quant à votre comportement en tant qu'homme ? (Demandez à des volontaires de partager quelques exemples.)

-  **Remarque :**
- Si les tuteurs ont uniquement des filles, demandez-leur comment ils les traitent différemment en fonction de leur âge.
 - Si les hommes disent qu'il y a des attentes vis-à-vis du comportement des femmes, mais pas vis-à-vis du leur, approfondissez la discussion et reliez-la à la session sur le pouvoir. Demandez-leur s'ils peuvent faire plus pour partager le « pouvoir » avec les femmes dans cette situation.

 **Demander :** Pourquoi avons-nous des règles ou des attentes différentes envers les filles et les garçons, en particulier à l'adolescence ?

-  **Expliquer :**
- L'adolescence est une période critique au cours de laquelle la façon dont nous traitons les filles et les garçons change de manière significative par rapport à la façon dont nous avons pu les traiter lorsqu'elles/ils étaient plus jeunes.
 - À l'âge de la puberté, beaucoup de choses changent pour les adolescents, en particulier pour les filles. Les tuteurs et la société ont parfois des attentes différentes envers les filles – ils peuvent s'attendre à ce

que les filles quittent l'école, se marient et se concentrent sur la fondation d'une famille.

- En raison de ces attentes, les filles n'ont pas les mêmes chances que les garçons. Elles peuvent être contraintes de rester à la maison, de ne plus pouvoir jouer avec des amies et même d'être retirées de l'école, car il n'est pas jugé important de les éduquer.
- Bien avant qu'elles/ils n'atteignent cet âge, nous commençons à préparer les filles et les garçons à leurs « rôles de genre ». Par exemple, les filles peuvent se voir confier plus de tâches ménagères que les garçons, ou les garçons sont contraints de se rendre au travail. Les règles et les attentes que nous imposons aux filles et aux garçons sont, dans de nombreux cas, basées sur ce que nous avons discuté précédemment - la catégorie de genre. Par exemple, on dit aux garçons de ne pas pleurer, de ne pas avoir peur, de ne pas pardonner, mais plutôt de s'affirmer et d'être forts. Les filles, en revanche, sont invitées à ne pas être exigeantes, mais à pardonner, à être serviables et nourricières.
- Cela peut influencer sur la façon dont nous traitons les filles et sur les opportunités, les attentes et les règles que nous imposons aux filles et aux garçons.



Demander : En revenant sur ce que nous avons appris jusqu'à présent sur la catégorie de genre et sur les différentes expériences vécues par les filles et les garçons, est-ce que quelqu'un peut penser à des exemples montrant comment il a été traité différemment des membres féminins de sa famille en grandissant ?

3. Activités

Activité 1 : L'expérience de l'environnement familial des filles et des garçons (20 minutes)



Faire : Placez du ruban adhésif ou une ficelle sur tout au long de la pièce.



Dire : Je vais lire un certain nombre de déclarations et vous déciderez si vous êtes d'accord ou non avec elles.



Dire : Ceux qui sont d'accord seront à un bout de la ligne et ceux qui ne sont pas d'accord seront à l'autre bout de la ligne. Ceux qui ne sont pas sûrs peuvent se tenir le long de la ligne, en fonction de leur degré d'accord ou de désaccord avec la déclaration.



Remarque : Demandez aux tuteurs qui manifestent des attitudes et des croyances négatives au sujet du rôle des filles, des femmes, des garçons et des hommes, pourquoi ils sont en accord ou en désaccord avec une déclaration. Demandez à quelqu'un qui a un point de vue opposé de dire pourquoi il est en accord ou en désaccord avec la déclaration, offrant ainsi un point de vue différent.

- Les filles sont aussi intelligentes que les garçons.
- Les filles, et non pas les garçons, sont responsables de prendre soin de leurs frères et sœurs plus jeunes.
- Les filles doivent faire ce que leurs frères leur disent (peu importe si elles sont plus jeunes ou plus âgées).
- Les filles et les garçons devraient soutenir leur famille en assumant de manière égale les responsabilités du ménage.
- Il incombe aux femmes, pas aux hommes, de prendre soin des enfants.
- Ce n'est pas le rôle des hommes de soutenir leurs enfants sur le plan émotionnel.
- Les garçons devraient avoir plus de liberté que les filles.
- Les filles sont responsables de l'honneur de la famille.
- Les filles et les garçons devraient être traités de manière égale.
- Les garçons sont moins émotifs que les filles.
- Il est plus important que les garçons aillent à l'école plutôt que les filles.
- Les filles devraient disposer du même temps libre que les garçons pour jouer et étudier.
- Le rôle d'une fille est de rester à la maison.
- Les filles et les garçons méritent l'égalité des chances.
- Les femmes devraient pouvoir avoir les mêmes possibilités de prise de décisions que les hommes.
- Les garçons sont plus naturellement confiants et dominants que les filles.
- Les garçons peuvent sortir et avoir des petites amies, mais les filles doivent protéger leur honneur.



Demander :

- Quelle différence avez-vous remarqué dans notre façon de percevoir ou de traiter les filles et les garçons ?
- Comment pensez-vous que cela affecte et influence les filles et les garçons ?
- Qu'avez-vous remarqué dans notre perception du rôle des hommes et des femmes dans la vie de nos enfants ?



Expliquer :

- Les filles ont généralement moins d'opportunités et sont censées assumer davantage de responsabilités à la maison (ce qui leur laisse moins de temps pour étudier, par exemple).
- Parce que les filles sont censées être nourricières et non exigeantes, elles ne sont parfois pas autorisées à exprimer ce qui est important pour elles.
- Parfois, les tuteurs expriment davantage leur frustration à l'égard des filles que des garçons, parce que les filles sont supposées pardonner et accepter.
- Ils peuvent également s'attendre à ce que les filles assument davantage de responsabilités et aident davantage à la maison, convaincus qu'il s'agit du rôle d'une fille.
- Cela pourrait également être dû au nombre de responsabilités que nous attendons des femmes. Les femmes peuvent à leur tour diriger cela contre les filles, car elles détiennent le « pouvoir sur » les filles.

Activité 2 : Les rôles de genre dans mon foyer³⁴ (35 minutes)



Faire : Divisez les participants en quatre groupes et donnez à chaque groupe une Horloge d'activité fournie à l'**Annexe 5**.

Attribuez-leur la tâche suivante :

Groupe 1 : Que font les filles aux différentes heures de la journée indiquées sur l'horloge ?

Groupe 2 : Que font les garçons aux différentes heures de la journée indiquées sur l'horloge ?

Groupe 3 : Que font les femmes aux différentes heures de la journée indiquées sur l'horloge ?

Groupe 4 : Que font les hommes aux différentes heures de la journée indiquées sur l'horloge ?



Remarque :

- Les participants pourraient ne pas être d'accord sur tous les points, mais demandez-leur de décider des points les plus communs.
- Les hommes ne sont peut-être pas familiers avec les tâches que les femmes, les filles et les garçons accomplissent à la maison. Explorez davantage en demandant : « Qui fait la lessive, comment pensez-vous que cela se fait, qui collecte l'eau, qui achète les légumes ? » etc.



Faire : 10 minutes plus tard, rassemblez les groupes et demandez-leur de partager leur échelle chronologique.



Demander :

- Que remarquez-vous à propos de ces chronologies ?
- Qui a la plus longue liste de tâches à accomplir chaque jour ? Pourquoi ?
- Comment les tâches sont-elles assignées aux filles et aux garçons ? Sont-elles/ils consulté(e)s ? Ont-ils le choix d'accepter ou de refuser ces tâches ?



Remarque : Clarifiez les différences entre les filles et les garçons.

- Les filles devraient-elles être consultées sur les tâches qui leur sont assignées ?

34 Adapté de l'IRC, *Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables*, <http://gbvresponders.org/prevention/emap-tools-resources/>



Expliquer :

- Souvent, les filles n'ont pas le choix quant aux activités et tâches qu'elles sont censées effectuer chaque jour et elles ont tendance à assumer plus de tâches que les garçons. Cela signifie que les filles ont moins de temps que les garçons pour se concentrer sur leurs devoirs, développer leurs compétences de vie et simplement avoir le temps d'être des enfants.
- Il est essentiel que les filles aient la possibilité de développer des compétences de vie. Comme les filles n'ont peut-être pas autant de temps libre que leurs frères, elles n'ont peut-être pas la possibilité d'acquérir des compétences importantes pour leur développement. Ces compétences incluent la capacité de prendre des décisions saines, de résoudre des problèmes, de prendre soin d'elles-mêmes et de se protéger du mal. Sans ces compétences de vie, les filles auront plus de difficultés à faire face à la pression liée à l'âge adulte et n'auront peut-être pas les capacités nécessaires pour prendre soin d'elles-mêmes ou de ceux qui les entourent.
- S'il est nécessaire que les enfants aident à la maison, en particulier dans les contextes difficiles, les tâches ménagères peuvent être réparties plus équitablement entre filles et garçons. De cette façon, les filles ont la possibilité de profiter du temps libre auquel seuls les garçons ont d'habitude le droit.



Demander :

- Comment les garçons peuvent-ils tirer parti d'une prise de responsabilité accrue à la maison ? (Les garçons acquerront des compétences essentielles pour prendre soin d'eux-mêmes et de leur famille. Ils apprendront également à soutenir leurs sœurs et à ce qu'ils soient traités sur un pied d'égalité. Ils apprendront à penser au bien-être des autres, ce qui les aidera à établir des relations saines et heureuses à l'âge adulte.)
- Comment pouvons-nous nous assurer que les responsabilités domestiques sont réparties plus équitablement ?
- Pouvons-nous faire quelque chose en plus pour mieux soutenir la famille ? Y a-t-il des tâches ou des rôles que nous pouvons assumer qui pourraient aider ?



Remarque : Les hommes pourraient dire qu'ils ne sont pas impliqués dans ce genre de chose, mais que c'est aux femmes qu'il revient de gérer. Amenez-les à penser à des moyens de montrer aux femmes et aux filles qu'ils s'intéressent davantage aux responsabilités de celles-ci et à la manière dont ils peuvent offrir leur soutien.



Faire : Demandez aux tuteurs, en binômes, de discuter de la manière dont ils peuvent introduire l'idée de prise de décision partagée dans la famille.



Expliquer : Voici quelques conseils sur la manière d'introduire la prise de décision partagée dans la famille en ce qui concerne les responsabilités du ménage :

- **Étape 1 :** Discutez de vos suggestions avec les décideuses à la maison.



Remarque : Demandez aux tuteurs de se rappeler des techniques de communication abordées au cours de la session sur l'environnement familial sain. Par exemple, « Je voulais te demander si tu sens que tu as assez de soutien pour gérer les nombreuses responsabilités que tu as. Comment nous en tant que famille pouvons te soutenir davantage ? »

- » Écoutez avec toute votre attention (contact visuel, langage corporel ouvert, pas de distraction).
- » Expliquez pourquoi vous voulez avoir cette discussion.
- » Réfléchissez à ce que vous pensez que votre partenaire/femme est en train de dire. (Par exemple, « Tu dis que tu voudrais avoir plus d'aide, surtout le soir, parce que tu es très fatiguée après la longue journée que tu as eue. »).
- » Demandez-leur comment elles aimeraient résoudre ce problème. (Par exemple, « Alors, que suggères-tu que nous fassions pour te donner plus de soutien ? »).

- **Étape 2 :** Demandez aux filles pour quelles tâches elles aimeraient avoir plus de soutien. Assurez-vous

d'écouter leurs opinions et leurs idées et abordez celles qui sont réalistes. Ou demandez aux femmes d'avoir cette conversation avec les filles si ces dernières seraient plus confortables avec cette idée. (Utilisez des techniques déjà abordées).

- **Étape 3 :** Demandez aux garçons de réfléchir à l'avenir qu'ils souhaitent pour leurs sœurs. Veulent-ils qu'elles réussissent à l'école et réussissent dans leur vie ? Expliquez ensuite aux garçons que cela signifie qu'elles ont besoin de consacrer le même temps pour l'école, les devoirs et les activités.

 **Remarque :** Rappelez aux tuteurs les « déclarations du 'je' » et d'autres techniques de communication qui peuvent les aider dans ce processus.

- **Étape 4 :** Encouragez les filles et les garçons et félicitez-les lorsqu'ils se soutiennent mutuellement. Ils se sentiront valorisés. Par exemple :
 - » Je suis tellement fier de la façon dont tu fais tes devoirs avec autant de soin !
 - » Merci de m'avoir aidé au marché aujourd'hui !
 - » Tu as fait un bon travail en aidant ta sœur/ton frère aujourd'hui !
 - » Tu as fait un bon travail en m'aidant à préparer le dîner aujourd'hui !
- **Étape 5 :** Renseignez-vous régulièrement auprès des filles et des garçons pour voir comment fonctionne la nouvelle répartition des tâches.

 **Faire :** Divisez les hommes en trois groupes ; chaque groupe pratiquera un jeu de rôle basé sur les scénarios ci-dessous.

 **Remarque :** Encouragez-les à incorporer les suggestions et les conseils discutés.

Scénario 1 : Vous discutez avec votre femme de la façon dont vous et votre famille pouvez la soutenir davantage.

Scénario 2 : Vous demandez à votre fille de quel type de soutien elle a besoin pour avoir plus de temps pour faire les choses qui sont importantes pour elle.

Scénario 3 : Vous parlez à votre fils (ou à un membre masculin de votre famille) de l'idée de prendre davantage de responsabilités à la maison et de soutenir votre/vos fille(s).

 **Demander :** Comment avez-vous trouvé cette activité ? Pensez-vous pouvoir pratiquer certaines de ces choses à la maison avec votre famille ?

Activité 3 : L'égalité des chances pour les filles et les garçons (20 minutes)

 **Demander :** Que veut-on dire quand on parle de « nos droits » ?

 **Expliquer :** Nos droits sont ce que chaque fille, chaque femme, chaque garçon et chaque homme mérite, peu importe qui ils sont ou où ils vivent, afin que tous puissent vivre dans un monde juste et équitable. Nous sommes protégés par nombre de ces droits à travers les lois ou accords que nos propres pays ou les pays hôtes ont signés.

 **Demander :**

- Quelqu'un peut-il penser aux droits que nous avons en tant qu'hommes ?
- Qu'en est-il des droits des femmes ? (**Remarque :** Mettez l'accent sur le droit à être traitées de manière égale aux hommes sans discrimination, et d'être à l'abri de la violence.)

Contextualisation

- Droit de vivre en liberté et sécurité
- Droit de travailler
- Droit à une éducation gratuite
- Droit de dire et de penser librement
- Droit de ne pas subir de traitement dégradant

- Droit d'être traitées équitablement par la loi

 **Demander :** Quelqu'un sait-il quels sont les droits des filles et des garçons ? (Notez leurs réponses sur un papier pour tableau de conférence.)

Contextualisation

 **Expliquer :** Les filles et les garçons, comme nous, sont protégé(e)s par un certain nombre de droits, et en tant que leurs tuteurs, il est de notre responsabilité de nous assurer que leurs droits sont protégés.

Certains des droits qui protègent les filles et les garçons et qu'il est de notre devoir de défendre dans ce pays sont les suivants :

- Les tutrices et les tuteurs sont responsables de l'éducation et du développement de leurs enfants et doivent faire ce qu'il y a de mieux pour eux en tout temps (autant pour les filles que pour les garçons). Par exemple, ils ne doivent pas nuire à l'enfant.
- Les filles et les garçons ont droit à une éducation de qualité. Les tuteurs devraient les encourager à aller à l'école et atteindre les plus hauts degrés d'éducation possible.
- Les deux tuteurs sont responsables de l'éducation et du développement de l'enfant.
- Les filles et les garçons ont le droit de donner leur avis et les tuteurs doivent les écouter et les prendre au sérieux.
- Les filles et les garçons ont droit à la vie privée.
- Les filles et les garçons ont le droit d'être protégé(e)s contre la souffrance et la maltraitance physique et mentale.
- Les filles et les garçons ont le droit de jouer et de se reposer.
- Les filles et les garçons ont le droit à la santé, à l'éducation, à l'égalité, à la non-discrimination et de vivre à l'abri de la violence et de l'exploitation (y compris le mariage d'enfants).
- Les filles et les garçons ont le droit d'être protégé(e)s contre un travail qui leur cause du tort et qui est mauvais pour leur santé et leur éducation. Si elles/ils travaillent, elles/ils ont le droit d'être en sécurité et d'être payé(e)s équitablement.
- Les filles et les garçons ne doivent pas être puni(e)s de manière cruelle ou nuisible.
- Les filles et les garçons ont le droit de connaître leurs droits et les tuteurs devraient discuter de ces droits avec eux.

 **Demander :**

- Que pensons-nous des droits mentionnés ?
- Pensons-nous que nous accordons ces droits de manière égale aux filles et aux garçons ?
- Pensons-nous que ces droits s'appliquent de manière égale aux garçons et aux filles ? (Explorez : « Qu'en est-il de l'éducation ? »)
- Que pouvons-nous faire pour que les filles aient un accès égal à ces droits ?

 **Dire :** Il est important de rappeler que ces droits s'appliquent autant aux adolescentes qu'aux adolescents. Lorsqu'il s'agit de décider du rôle d'une fille dans la famille ou de son avenir, il est important que nous prenions en compte ses droits. Il incombe à la personne qui s'occupe de l'enfant de veiller à ce que les filles exercent leurs droits.

 **Remarque :** Les hommes pourraient dire que certains de ces droits sont en contradiction avec leurs valeurs et leurs croyances. Il est important de les amener à réfléchir à la raison pour laquelle ces droits sont importants. Demandez aux personnes ayant des opinions différentes de s'exprimer afin de donner un point de vue différent. Insistez sur l'importance d'offrir des opportunités aux filles, mais aussi sur ce qui est dans l'intérêt supérieur de l'enfant.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Parlez à votre famille du partage des responsabilités domestiques et des avantages qui en résultent pour les filles et les garçons et pour l'ensemble de la famille. Vous n'avez pas besoin de passer par toutes les étapes ; comme point de départ, faites celles avec lesquelles vous vous sentez le plus à l'aise. Partagez votre expérience lors de la prochaine session.

SESSION 10

La sécurité

► Objectifs :

1. Les tuteurs discuteront des problèmes de sécurité auxquels les femmes et les filles sont confrontées particulièrement à la maison.
2. Les tuteurs exploreront les idées relatives à leurs rôles et responsabilités dans la contribution à la sécurité et le bien-être de leur famille.

► **Calendrier** : Après que la session sécurité ait eu lieu avec les tutrices.

► **Matériel** : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► **Durée** : 2 heures

* Remarque :

Au cours de cette discussion, la survivante peut être blâmée. Si les hommes expriment des pensées telles que « Parfois, les femmes/filles cherchent la violence en se conduisant mal » - assurez-vous de demander ce que les autres tuteurs en pensent, pour obtenir un éventail de perspectives.

Il est généralement beaucoup plus facile de décrire les actes de violence commis à l'extérieur de chez nous que de commenter ou de parler de la violence à la maison. Parler de la violence que nous avons commise est encore plus difficile. Si les tuteurs partagent des actes de violence qu'ils ont commis, ils chercheront souvent à justifier leurs actes ou à blâmer les autres. Il est important de porter une attention particulière aux comportements tels que minimiser, justifier ou blâmer la survivante.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

? **Demander** : Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

= **Dire** : Aujourd'hui, nous allons parler de la sécurité et des risques, spécialement les risques encourus par les femmes et les filles dans notre communauté. S'agissant d'un sujet sensible, devons-nous nous rappeler les accords de groupe ?

? **Demander** : Étant donné le sujet abordé, y-a-t-il d'autres accords que nous souhaiterions mettre en place, relatifs à la sécurité par exemple ? (Par exemple, n'identifiez pas des personnes spécifiques que vous pourriez connaître et qui pourraient avoir subi la VBG – parlez-en en termes plus généraux. Et/ou si une personne divulgue un cas personnel de VBG, rappelez-vous qu'il s'agit d'un espace confidentiel et que le cas ne devrait pas être discuté en dehors du groupe. N'encouragez ni ne faites de blagues à propos de la violence à l'égard des femmes et des filles, etc.)

2. Explorons : (15 minutes)

? **Demander** : À quoi pensez-vous lorsque je dis le mot « sécurité » ?

= **Dire** : Lorsque nous parlons de sécurité, nous entendons être à l'abri de tous préjudices, dangers, menaces ou risques, à la fois à l'intérieur et à l'extérieur de la maison. Les préjudices, les dangers, les menaces et les risques peuvent être causés par plusieurs facteurs – par exemple, l'environnement peut mettre les gens en danger en cas de séisme ou de tempête.

-  **Demander :** Quelqu'un peut-il penser à d'autres types de préjudices, de dangers, de menaces ou de risques qui mettent les personnes en danger ? (Par exemple, la guerre, les conflits, manquer d'argent, être sans abri, la violence, etc.)
-  **Dire :** Aux fins de cette session, nous allons nous concentrer sur le problème de la violence et des types de violence qui mettent les femmes et les filles, en particulier, en danger.
-  **Demander :** Est-ce que quelqu'un a des questions ?

3. Activités

Activité 1 : Quels sont les risques ? (30 minutes)

-  **Faire :** Divisez les participants en quatre groupes. Chaque groupe se concentrera sur l'une des questions suivantes :
 - Groupe 1 :** Quels sont les risques et les menaces relatifs à la sécurité auxquels les hommes sont confrontés dans la communauté ou à la maison ?
 - Groupe 2 :** Quels sont les risques et les menaces relatifs à la sécurité auxquels les garçons sont confrontés dans la communauté ou à la maison ?
 - Groupe 3 :** Quels sont les risques et les menaces relatifs à la sécurité auxquels les femmes sont confrontées dans la communauté ou à la maison ?
 - Groupe 4 :** Quels sont les risques et les menaces relatifs à la sécurité auxquels les filles sont confrontées dans la communauté ou à la maison ?
-  **Faire :** Donnez aux participants environ 10 minutes pour discuter et écrire leurs réponses sur un papier pour tableau de conférence. Une fois qu'ils ont fini, rassemblez-les en un seul groupe pour présenter leurs réponses.
-  **Demander :**
 - Y'a-t-il des similitudes dans les risques que courent les hommes et les garçons ? Qu'en est-il des femmes et des filles ?
 - Y'a-t-il des similitudes dans les risques que courent les hommes et les femmes ? Qu'en est-il des filles et des garçons ?
 - Quelles sont les similitudes ou les différences que vous avez observées dans les risques sécuritaires pour les femmes et les filles comparé aux hommes et aux garçons ?
 - Qu'avez-vous remarqué concernant la localisation des risques pour les femmes, les filles, les garçons et les hommes ?
 - Qu'avez-vous remarqué concernant les types de violence subis par les femmes, les filles, les garçons et les hommes ?
 - Qu'avez-vous remarqué des auteurs de la violence ? Ont-ils quelque chose en commun ? (Par exemple, les auteurs étaient-ils principalement des hommes ?
-  **Remarque :** Si les hommes ne sont pas communicatifs sur les types de violence perpétrés contre les femmes et les filles, vous pouvez ajouter certaines des formes de violence auxquelles les femmes et les filles sont confrontées (violence sexuelle, émotionnelle, physique).
-  **Expliquer :** Les femmes, les filles, les garçons et les hommes peuvent tous subir des préjudices, un danger, des menaces ou des risques, mais certains problèmes de sécurité touchent principalement les femmes et les filles. Ces problèmes de sécurité sont des types de violence auxquels les femmes et les filles sont confrontées en raison de leur genre (rappelez-leur la catégorie de genre). Ce type de violence concerne les femmes et les filles car elles peuvent être perçues comme étant plus faibles que les hommes. Les hommes utilisent donc leur pouvoir sur les femmes et les filles.

Parfois, les hommes, les femmes, les garçons et les filles pensent que la violence est normale parceque c'est quelque chose d'acceptable dans la communauté et cela arrive depuis très longtemps. Les personnes

peuvent ne même pas réaliser que cela est considéré comme de la violence. Parfois, les femmes peuvent être violentes envers les filles ou avoir certaines attentes à l'égard des filles parce qu'elles se basent elles-mêmes sur leurs propres expériences. (Par exemple, marier les filles tôt parce que cela se fait couramment dans la communauté.)



Dire : Il y a différents types de violence auxquels les femmes et les filles, en particulier, sont confrontées. Vous en avez déjà mentionné beaucoup.

Physique (blesse le corps)

- la frapper
- lui asséner un coup de poing
- la gifler
- lui jeter des objets
- lui tirer les cheveux
- la jeter au sol
- la blesser avec des bâtons, des chaînes, des barres
- l'enfermer à la maison
- la négliger
- lui refuser des soins médicaux
- lui prodiguer des interventions médicales sans son consentement ou sans qu'elle ne comprenne
- faire supporter aux femmes et aux filles un fardeau injuste de travail domestique
- la punir pour avoir « fait honte » à la famille (crimes d'honneur)
- ne pas lui permettre de se laver ou de laver ses vêtements

Émotionnelle (blesse les sentiments et l'estime de soi)

- lui dire qu'elle est stupide, laide et inutile
- la menacer d'abandon
- la menacer de prendre une autre femme
- la faire mendier pour les ressources essentielles
- la faire mendier de l'argent
- la faire manger avec les animaux ou à même le sol
- lui dire que personne ne se soucie d'elle
- lui dire que personne ne la croira
- lui faire garder des secrets nuisibles
- l'humilier
- l'humilier devant les autres
- lui dire qu'elle est une mauvaise mère
- menacer de la tuer
- menacer de tuer ou de blesser d'autres personnes (enfants, membres de la famille, toute personne qui l'aide)
- l'empêcher de voir ses amies et sa famille
- lui faire peur tout le temps
- la menacer de la priver de nourriture
- négliger sa vie privée et sa dignité
- utiliser un langage abusif pour être méchant
- parler de ses affaires personnelles sans son consentement
- la persuader de rester avec un mari violent
- lui dire que la violence est de sa faute

Économique (contrôle de l'accès à l'argent, à la propriété ou aux ressources)

- prendre le contrôle de son argent
- ne soutenir ni elle ni ses enfants
- lui refuser les opportunités pour l'éducation ou pour les activités génératrices de revenus
- ne pas lui dire combien d'argent il y a dans le foyer
- l'exclure des décisions relatives à l'utilisation des ressources
- lui refuser des droits de succession
- lui refuser des droits de propriété
- la rendre responsable des enfants sans moyens pour le faire (par exemple, en lui disant qu'elle doit payer leurs frais de scolarité alors qu'elle n'a que peu ou pas de possibilité de générer des revenus)
- la rendre responsable des dettes d'autrui
- la payer moins pour un travail similaire
- refuser d'employer des femmes
- donner aux femmes des emplois inférieurs à leur potentiel et à leurs capacités et leur refuser toute promotion
- abuser de ses ressources
- tirer profit de son travail sans sa permission
- retenir l'argent et d'autres ressources
- donner la préférence à d'autres épouses et enfants
- nier les enfants nés hors mariage

Sexuelle (contrôle de la sexualité)

La violence sexuelle peut inclure le viol, mais également toute forme de contact sexuel non désiré. Le viol c'est quand une fille ou une femme est contrainte d'avoir des relations sexuelles contre son gré. Cela inclut la pénétration de toute partie de son corps (bouche, vagin, anus) avec une partie d'un autre corps ou un objet.

Les autres types de violence sexuelle incluent :

- la tentative de viol
- le harcèlement sexuel
- la traque
- faire des commentaires sur son corps et sa sexualité
- l'humiliation sexuelle en racontant des choses qui pourraient lui créer une "mauvaise" réputation
- les injures sexualisées
- faire regarder de la pornographie à quelqu'un
- inciter quelqu'un à jouer un rôle pornographique
- abuser des femmes par le travail sexuel
- la nudité forcée
- la grossesse forcée
- des relations sexuelles forcées devant les autres
- permettre aux autres de l'abuser sexuellement
- vendre ou acheter des femmes et des filles à d'autres personnes à des fins d'exploitation sexuelle
- le mariage précoce
- le mariage forcé
- toute activité sexuelle avec des enfants
- refuser aux femmes leur droit de choisir leur propre partenaire
- l'exploitation et l'abus sexuels
- le toilettage
- l'inceste
- forcer une veuve à épouser son beau-frère
- transmettre sciemment une IST
- ne pas lui permettre d'utiliser la contraception

 **Expliquer :**

 **Demander :** Comment savons-nous si le contact sexuel est désiré ou non ?

 **Dire :** Si quelqu'un dit « oui » à quelque chose sous la pression ou les menaces, il s'agit d'un contact sexuel non désiré.

Activité 2 : Comprendre la violence (40 minutes)

 **Dire :** Nous avons discuté des différents types de violence qui surviennent, en particulier envers les femmes et les filles. Maintenant, prenons le temps de réfléchir aux raisons de cette violence.

 **Faire :** Lisez le scénario suivant aux tuteurs :

Contextualisation

Eric se rendait à un village situé à 10 km pour un rendez-vous avec les autorités afin d'acheter un terrain, lorsque sa moto a heurté un objet pointu et que son pneu s'est crevé. Il a poussé la moto sur 5 km pour finalement arriver au bureau à midi. Eric s'est directement adressé aux autorités afin de soumettre ses papiers et d'acheter un nouveau terrain près du village. Quand il est arrivé, la porte était verrouillée. Un policier proche de la scène dit à Eric que le bureau était fermé pour la journée.

Eric s'est ensuite rendu chez un garagiste pour réparer son pneu. Il a dû attendre une heure parce que l'homme chargé des réparations prenait sa pause-déjeuner. Lorsque le pneu a fini par être réparé, l'homme a demandé la somme de 5\$ (ou l'équivalent en devise locale). Il ne restait plus d'argent à Eric pour manger ou boire avant de rentrer chez lui dans son village. En rentrant chez lui en moto, il a été surpris par la pluie. Ses pneus ont glissé et il a failli tomber plusieurs fois.

Quand Eric est arrivé à la maison, il s'est lavé et s'est habillé, puis a demandé à sa femme Béatrice de lui apporter à manger. Elle lui dit qu'elle était rentrée tard du marché aujourd'hui à cause de la pluie et que la nourriture n'était donc pas encore cuite. Eric cria, traitant sa femme d'inutile et de stupide. Il lui dit de préparer la nourriture immédiatement ! Leur fille rentra à la maison et Eric lui demanda pourquoi elle était en retard et non pas à la maison à aider sa mère à la cuisine. Elle lui expliqua qu'elle avait dû rester tard à l'école pour finir ses devoirs. Eric la gifla et lui dit de sortir de la pièce. Il la menaça de la retirer de l'école si elle était à nouveau en retard !

**Demander :**

- Comment Eric s'est-il senti pendant la journée ? Était-ce une bonne ou une mauvaise journée pour lui ? Pourquoi ?
- Comment a-t-il géré ces sentiments ? (Relisez l'histoire et faites une pause après chaque segment pour obtenir des réponses à cette question.)
- Pourquoi Eric a-t-il choisi d'agir violemment envers sa femme et sa fille ?
- Était-ce parce qu'il était en colère ? Si oui, alors pourquoi n'at-il pas été violent avec le policier ou le garagiste ?



Expliquer : La violence d'Eric envers sa femme et sa fille ne consistait pas en une perte de contrôle ou à un élan de colère. Il a plutôt choisi de sortir ses émotions et de démontrer son pouvoir sur sa famille. Eric sait également qu'il n'y aura probablement aucune conséquence à son choix, alors qu'il y en aurait eu s'il était devenu violent avec les autorités ou le garagiste. Sa colère et sa violence sont SÉLECTIVES envers sa femme et sa fille. La violence à l'égard des femmes et des filles est un choix plutôt que le résultat de pulsions émotionnelles incontrôlables. La catégorie de genre enseigne aux hommes à ne pas être émotifs, car cela est réservé aux femmes. On enseigne aux hommes que la colère est l'une des rares émotions qu'ils peuvent exprimer tout en étant toujours respectés. Par conséquent, les hommes ne savent souvent pas comment exprimer leurs émotions de manière saine et leur douleur est souvent projetée sur les femmes et les filles.

**Demander :**

- Comment Eric aurait-il pu exprimer ses émotions différemment tout au long de la journée ?
- Comment aurait-il pu les exprimer différemment à sa femme et à sa fille ?



Expliquer : Nous allons tous ressentir de la colère, de l'impuissance et de la frustration tout au long de notre journée. Pour aider à prévenir la violence à l'égard des femmes et des filles et entretenir des relations saines et respectueuses, nous devons :

- Reconnaître quand nous éprouvons ces sentiments
- Identifier d'où ils viennent (catégorie de genre, classement de pouvoir)
- Gérer ces émotions de manière à ne pas blesser ou intimider les autres
- Trouver des moyens alternatifs de gérer nos émotions, notamment en parlant de nos sentiments aux autres, en nous promenant, en prenant de grandes inspirations, en aidant les autres et en donnant aux autres.



Faire : Divisez les tuteurs en binômes et demandez-leur de s'exercer sur la manière dont Eric aurait pu mieux gérer la situation. Comment aurait-il pu mieux parler à sa femme et mieux traiter sa fille ? Demandez à quelques volontaires de montrer au groupe comment ils feraient cela.



Expliquer : Malgré les autres facteurs qui auraient pu contribuer à la frustration d'Eric, il est finalement responsable de son comportement. Les hommes, comme les femmes, choisissent comment réagir dans différentes situations et, quoi qu'il en soit, une réaction violente n'est jamais acceptable. Personne ne peut « rendre » une autre personne violente. Comme vous l'avez démontré, Eric dispose d'autres moyens d'exprimer sa frustration sans être violent.

Toutes les formes de violence sont nuisibles. Lorsque la violence est commise contre des femmes et des filles parce qu'elles sont des femmes ou des filles, on parle de « violence basée sur le genre ». Ce sont les auteurs de ces actes qui sont responsables de leurs actes, ce n'est jamais la faute de la survivante – la violence est un choix.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez avec votre épouse/partenaire et vos filles de la sécurité à la maison et dans la communauté. Demandez-leur de partager leurs pensées et leurs idées sur la manière de les aider à se sentir plus en sécurité. Préparez-vous à partager cette expérience avec le groupe la semaine prochaine.

SESSION II

La violence visant les adolescentes

► Objectifs :

1. Les tuteurs comprennent mieux les types de violence auxquels les filles sont confrontées.
2. Les tuteurs sont conscients des effets de ces types de violence sur les filles.

► **Calendrier** : Après que la même session ait eu lieu avec les tutrices.

► **Matériel** : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► **Durée** : 2 heures (Ajoutez du temps supplémentaire si vous effectuez l'activité de MGF.)

* Remarque :

Cette session peut être assez sensible, et les tuteurs pourraient être résistants à certaines formes de violence mentionnées. Revoyez l'**Annexe 1** : *Réponses de résistance communes* pour plus d'information.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

? **Demander** : Quelle information vous a marqués lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

= **Dire** : Lors de sessions précédentes, nous avons discuté de la violence à l'égard des femmes et des filles. Aujourd'hui, nous allons parler spécifiquement des types de violence que subissent les adolescentes, de l'impact que cela peut avoir sur elles, et explorer des moyens permettant de créer un environnement plus sûr pour les filles.

2. Explorons (15 minutes)

? **Demander** : Pouvez-vous penser à d'autres formes de violence auxquelles les filles sont plus exposées que les hommes, les garçons et les femmes ? (*Exemples : mariage précoce, MGF, déni d'éducation, etc.*)

? **Demander** : Pourquoi pensez-vous que les adolescentes subissent plus ces types de violence que les autres groupes ?

= **Dire** : Les adolescentes sont plus à risque de violence que les autres groupes, à cause de leur âge et aussi parce qu'elles sont des filles. Les filles peuvent être exposées à la violence à la fois à l'intérieur et à l'extérieur de la maison. Parfois, la réaction des tuteurs face à ce risque de violence peut les amener à limiter les mouvements des filles, à limiter leur accès à l'éducation ou à d'autres activités, et à blâmer les filles pour la violence qu'elles risquent de subir.

? **Demander** : Pensez-vous que les filles sont à blâmer pour la violence qu'elles subissent ? (*La violence est un choix fait par ceux qui la commettent, les filles ne sont jamais responsables de la violence qu'elles subissent.*)

? **Demander** : Qui commet habituellement les actes de violence contre les filles ? (*Est-ce d'autres filles, femmes, garçons, hommes ?*)

= **Dire** : Ce sont généralement les personnes qui ont le pouvoir sur les filles qui commettent des actes de violence à leur égard. Comme nous en avons déjà discuté, beaucoup d'hommes ont le pouvoir sur les femmes et les filles. Les garçons peuvent aussi avoir un pouvoir sur les filles et, en raison de leur âge, les femmes peuvent aussi avoir un pouvoir sur les filles.

3. Activités

Activité 1 : Mythes et faits sur la violence basée sur le genre (15 minutes)

-  **Dire :** Parfois, les gens disent des choses fausses sur la violence basée sur le genre. Cela s'appelle des mythes. Nous allons jouer à un jeu pour découvrir la vérité !
-  **Faire :** Lisez les déclarations ci-dessous. Si les tuteurs pensent que la déclaration est vraie, ils devraient se lever. S'ils pensent que la déclaration est un mythe, ils devraient rester assis. Clarifiez la réponse après chaque affirmation. Autorisez la discussion après chaque déclaration, au besoin.
-  **Remarque :** Certains tuteurs peuvent être d'accord avec les déclarations lues ; demandez aux tuteurs qui ne sont pas d'accord de partager leur raisonnement avec le groupe, afin de fournir une perspective opposée. Les animateurs peuvent être confrontés à une certaine résistance de la part des tuteurs selon les déclarations ci-dessous.
- Quand quelqu'un s'excuse d'être violent, cela signifie qu'il va changer et ne plus être violent. *(Mythe)*
 - Parfois, le seul moyen de faire face à une situation est de recourir à la violence physique, parce qu'il faut enseigner une leçon à la fille ou la femme. *(Mythe)*
 - Le mariage précoce d'une fille signifie qu'elle ne subira pas de violence sexuelle (ou autres types de violence). *(Mythe)*
 - Seules les filles pauvres et sans éducation subissent des violences sexuelles. *(Mythe)*
 - Parfois, il est nécessaire de recourir à la violence physique pour faire comprendre à quelqu'un qu'il a mal agi. *(Mythe)*
 - Il n'y a rien de mal à la punition physique ; c'est quelque chose de normal et qui est pratiqué depuis de nombreuses années. *(Mythe)*
 - Les filles très jeunes ne subissent pas de violence sexuelle - cela ne concerne que les filles et les femmes plus âgées. *(Mythe)*
 - Les auteurs de violences sexuelles sont généralement étrangers aux filles et aux femmes. *(Mythe)*
 - Seules les filles et les femmes jeunes et attirantes sont violées. *(Mythe)*
 - Si une fille est violée, ce doit être de sa faute. Elle a dû faire quelque chose, dire quelque chose ou s'habiller de manière à inviter l'acte. *(Mythe)*
-  **Demander :** Est-ce que l'une des réponses vous a surpris ? Laquelle et pourquoi ?
-  **Dire :** Les auteurs d'actes de violence choisissent d'être violents. Peu importe si quelqu'un est pauvre, jeune, vieux, etc. Parfois, la société nous dit que c'est la fille qui est à blâmer pour les actes de violence qu'elle a subis, et nous réagissons ensuite en restreignant les filles comme moyen de contrôler cette violence. En faisant cela, nous ignorons la cause de la violence (la cause fondamentale).

Activité 2 : Les effets de la violence sur les filles (30 minutes)

-  **Faire :** Rappelez aux tuteurs les différents types de violence discutés lors de la session précédente.
-  **Faire :** Divisez les tuteurs en quatre groupes et fournissez à chaque groupe une étude de cas. Lisez l'étude de cas au groupe et demandez à chaque groupe de réfléchir aux questions de chaque étude de cas. Ils présenteront un résumé à l'ensemble du groupe.

Contextualisation

Étude de cas 1 : Peter est un enseignant dans une nouvelle école. Peter traite ses étudiantes et étudiants différemment. Pendant la pause, il laisse les garçons jouer à l'extérieur et il garde les filles à l'intérieur pour aider à nettoyer. Pendant les cours, il n'écoute vraiment que ce que les garçons ont à dire et demande toujours aux garçons de répondre aux questions. Un jour, une de ses élèves essaye d'aller jouer dehors avec les garçons. Quand Peter lui dit qu'elle devrait rester à l'intérieur, elle refuse. Peter est très en colère contre elle. Il la frappe et lui dit qu'elle devrait respecter son professeur et faire ce qu'il lui dit !

Demander :

- Que pensez-vous de la façon dont Peter traite ses élèves ?
- Est-ce normal qu'il traite les garçons et les filles différemment ?
- Est-ce que la façon qu'a Peter de traiter les filles est considéré comme un type de violence ? (Oui)
- Les filles étaient-elles à blâmer pour le comportement de Peter ?
- Quels sont les effets physiques et émotionnels potentiels du comportement de Peter envers ses étudiantes ?

Étude de cas 2 : Zara a 15 ans et un jour, son tuteur lui demande d'aller récupérer un objet lui appartenant chez le voisin. Le voisin demande à Zara d'attendre à l'intérieur qu'il lui ramène l'objet réclamé. Elle ne se sent pas à l'aise d'entrer mais ne veut pas non plus être impolie et l'homme insiste à ce qu'elle entre. Une fois à l'intérieur, l'homme tente de coincer Zara contre le mur. Elle parvient à s'échapper. Alors qu'elle quitte la maison, il la menace et lui dit de ne rien dire à personne.

Demander :

- Est-ce un type de violence ? (Oui)
- Quels sont les effets physiques, émotionnels et sociaux potentiels de l'expérience de Zara ?
- Quelle est la probabilité que Zara partage son expérience avec les autres ? Qu'est-ce qui l'empêcherait de partager ? (Peur d'être blâmée, ne pas être crue.)
- Est-ce que Zara avait le droit de refuser (dire « non ») d'entrer dans la maison ? Comment cela serait-il perçu ? (Zara peut ne pas se sentir à l'aise de dire « non » car cela peut sembler impoli. Nous devons encourager les filles à dire « non » si elles ne se sentent pas à l'aise ou menacées ; elles ne devraient pas craindre les répercussions potentielles pour leur assurance.)

Étude de cas 3 : Rebecca s'est mariée à l'âge de 14 ans. Quelques jours après son mariage, les disputes entre elle et son mari John ont commencé. Parfois, Rebecca ne préparait pas le dîner, ou quand John la critiquait, elle lui répondait. John n'aimait vraiment pas cela, et il frappait parfois Rebecca et lui disait qu'elle devait le respecter ! Parfois, John s'excusait et était gentil avec elle pendant quelques jours, puis devenait de nouveau en colère et recommençait à utiliser la violence physique et à dire des choses horribles à Rebecca.

Demander :

- Est-ce un type de violence ? (Oui, le mariage précoce est une forme de violence et les filles qui se marient à un jeune âge courent un risque accru de subir d'autres formes de VBG.)
- Quels sont les effets physiques, émotionnels et sociaux potentiels de l'expérience de Rebecca ?
- Le comportement de John est-il normal ? (La société peut penser que cela est normal et acceptable, mais Rebecca a le droit de vivre une vie à l'abri de la violence.)

Étude de cas 4 : Robert est un jeune homme qui est en relation avec Betty, âgée de 16 ans. Robert est violent envers Betty, il lui dit des choses horribles, la giflre et la force à faire des choses qu'elle ne veut pas faire. La famille de Betty ne sait pas qu'elle a un petit ami et lorsque Betty dit à Robert qu'elle veut le quitter, il menace de parler à sa famille de leur relation. Betty a peur de ce que son tuteur lui ferait s'il découvrait qu'elle avait un petit ami, car cela apporterait le « déshonneur » à la famille. Au lieu de cela, Betty reste avec Robert et gère son comportement violent, qui empire avec le temps.

 **Remarque :** Les tuteurs pourraient dire que les filles ne devraient pas avoir de petit ami et que c'est la solution. Il est important pour eux de réfléchir aux moyens de soutenir les filles qui subissent de la violence sans interrompre la conversation et les forcer à rester secrètes.

Demander :

- Betty est-elle victime d'un type de violence ? (Oui)
- Quels sont les effets physiques, émotionnels et sociaux potentiels de l'expérience de Betty ?
- Que peut faire le tuteur de Betty pour la soutenir dans cette situation ? (Le tuteur de Betty devrait essayer de s'assurer que Betty se sent soutenue pour partager ce qu'elle vit avec un membre de sa famille en qui elle a confiance. Il est important d'aider Betty à se sortir de cette situation en toute sécurité afin qu'elle ne subisse plus de mal).



Expliquer : Dans chaque situation, les filles ont subi de la violence.

- Toutes les filles peuvent être stressées, blessées, désespérées, isolées ou traumatisées.
- Les filles peuvent être blâmées ou rejetées par leur famille ou leur communauté.
- Elles peuvent souffrir de dépression, de mauvais résultats scolaires, de crainte ou de méfiance envers les adultes, d'intimidation, etc. Cela peut avoir de graves conséquences sur leur vie d'adulte.
- Comme nous en avons discuté lors de la session sur le développement des adolescentes, les recherches nous indiquent que les enfants subissant de la violence peuvent subir de terribles conséquences sur leur développement. Les enfants témoins de violence peuvent également subir les mêmes conséquences négatives.



Demander : Que pouvons-nous faire pour créer un environnement plus sûr pour les filles qui peuvent être confrontées aux différents types de violence dont nous avons discutés ? Ajoutez ce qui suit si les participants ne les mentionnent pas :

- Ne blâmez pas les filles de la violence qu'elles subissent.
- Créez un espace ouvert et sans jugement pour que les filles se sentent à l'aise pour discuter de la violence à laquelle elles peuvent être confrontées.
- Respectez le droit des filles à une vie sans violence, le droit d'être des enfants, de recevoir une éducation, de ne pas être forcées à se marier, etc.
- Félicitez les filles pour leur audace et leur confiance en elles-mêmes et pour avoir pris la défense de leurs intérêts et avoir dit « non » aux personnes qui pourraient vouloir leur nuire.
- Encouragez les filles à exercer leur droit de dire « non » fermement.
- Encouragez-les à communiquer avec assurance, même au risque d'« offenser » quelqu'un qui pourrait être perçu comme détenant plus de pouvoir.
- Établissez une communication ouverte et faites preuve d'empathie afin d'aider les filles à développer des relations positives et saines.
- Utilisez des stratégies non violentes pour régler les conflits et les désaccords au sein de la famille.
- Utilisez des méthodes de discipline non violentes.
- Pensez au pouvoir que les hommes et les garçons ont sur les filles (et les femmes). Soyez conscients de cela dans vos interactions avec les filles et dans la façon dont vous traitez les filles, par rapport à leurs frères.

Activité 3 : Mariage précoce (25 minutes)



Dire : Nous allons maintenant parler plus en détail du mariage précoce. C'est quelque chose qui peut être très courant dans notre communauté, mais il est important pour nous de réfléchir aux conséquences physiques, émotionnelles et sociales qu'il peut avoir sur les adolescentes et de connaître votre opinion et vos idées sur ce sujet.



Demander :

- Selon vous, quel est le bon âge pour marier une fille ?
- Qui prend normalement la décision en matière de mariage ?
- Quelles sont certaines des raisons pour lesquelles une fille se marie avant d'avoir 18 ans ?
- Si une fille se marie avant l'âge de 18 ans, quel peut en être l'impact physique ou émotionnel sur elle ? (Et qu'en est-il si elle tombe enceinte avant 18 ans ?)



Expliquer :

- Selon la Convention relative aux droits de l'enfant, le « mariage d'enfants ou mariage précoce » est défini comme un mariage contracté avant l'âge de 18 ans et est préjudiciable aux filles.
- Les filles qui se marient jeunes sont souvent retirées de l'école et manquent des années importantes de leur éducation. Pour cette raison, elles auront des connaissances, des compétences et une expérience limitées pour négocier les rôles conjugaux d'adultes.

- Les filles mariées à un jeune âge ont tendance à avoir des différences d'âge plus grandes avec leur mari que celles qui se marient plus tard. Cela peut être traumatisant pour les jeunes filles. Souvent, elles ont très peu d'informations sur les 'relations entre adultes'.
- On s'attend souvent à une grossesse après le mariage, les premières naissances étant les plus risquées pour les mères adolescentes. La grossesse en cette période est très dangereuse et les médecins recommandent aux filles de finir la puberté et l'adolescence avant de tenter d'avoir des enfants.

✓ **Faire :** Lisez l'histoire suivante et demandez aux tuteurs comment cette situation pourrait être gérée.

Contextualisation

Peter vit dans votre communauté. Il a trois enfants et a récemment perdu son emploi. Sa femme gagne un peu d'argent en faisant de la couture, mais cela ne suffit pas pour subvenir aux besoins de la famille. La famille fait de son mieux et Peter et sa femme sont déterminés à garder leurs enfants à l'école. Mais la situation est si difficile qu'ils ont décidé de retirer leur fille aînée de l'école. Peter pense qu'il est peut-être préférable que sa fille se marie. Cela réduira son fardeau financier et Peter pense également que ce sera mieux pour sa fille, car quelqu'un d'autre sera responsable d'elle. Il aime beaucoup sa fille et veut le meilleur pour elle. La fille de Peter a 14 ans. Peter vient vers vous pour des conseils.

✓ **Faire :** Divisez les tuteurs en petits groupes et demandez-leur de réfléchir à la façon dont ils pourraient conseiller Peter. Amenez-les à considérer la situation de Peter en tenant compte de l'impact que retarder le mariage pourrait avoir sur la famille et des mesures que Peter pourrait prendre pour y faire face. (Par exemple, il peut dire qu'il n'a pas d'autre choix en raison de contraintes financières ou pour protéger sa fille).

* **Remarque :** Ils devraient demander à Peter de réfléchir aux avantages et aux inconvénients de la décision de marier sa fille. Ils devraient encourager Peter à réfléchir à des stratégies alternatives avant de marier sa fille et lui demander de réfléchir à la manière dont il pourrait chercher de l'aide. Ils devraient aussi encourager Peter à revoir sa décision de retirer sa fille de l'école.



Expliquer :

- Les adolescentes enceintes courent un risque beaucoup plus élevé de mourir pendant ou après l'accouchement.
- Les mères adolescentes sont moins susceptibles de recevoir des services de santé en raison des retards dans la recherche des soins, des obstacles à l'accès à un établissement et des difficultés à obtenir des soins spécialisés.
- Les filles physiquement plus jeunes (moins de 18 ans) ne sont pas aussi développées que les adultes. Certaines parties de leur corps grandissent encore et elles doivent être pleinement développées pour pouvoir accoucher d'un bébé en bonne santé.
- Par exemple, les filles qui tombent enceintes très tôt ont souvent des accouchements difficiles parce que leur bassin est trop étroit. Accoucher peut parfois nécessiter une opération.
- Les jeunes filles courent un plus grand risque d'avoir des crises dangereuses pendant la grossesse, l'épuisement, les infections, les blessures et la mort.
- Les jeunes filles courent également un risque élevé d'accoucher prématurément, avant que le bébé ne soit prêt à sortir.



Demander :

- Que pensez-vous des informations présentées ? Est-ce que certaines informations sont nouvelles pour vous, ou aviez-vous déjà ces informations ?
- Pensez-vous que cette information pourrait aider une personne à prendre une décision éclairée concernant le mariage précoce ? Pourquoi/pourquoi pas ?
- S'agit-il d'un sujet que les tuteurs peuvent facilement aborder entre eux ? Pourquoi/pourquoi pas ?
- Que peuvent faire les tuteurs si ce sont les filles elles-mêmes qui demandent à se marier ?
- Si vous avez des filles déjà mariées, quelles sont, selon vous, les choses dans lesquelles elles ont besoin de soutien pour leur assurer une vie de couple saine et sans risque ?

Activité Facultative 4 : Mutilation génitale féminine/excision (25 minutes)

Contextualisation :

-  **Remarque :** Cette activité ou ce sujet peuvent ne pas être pertinents dans tous les pays. Ne la mettez en œuvre que là où il est connu que la MGF est pratiquée.
-  **Demander :** Qu'entendons-nous par « tradition » ?
-  **Expliquer :** La tradition est une croyance ou un comportement transmis au sein d'un groupe ou d'une société avec une certaine signification, et est basée dans le passé.
-  **Demander :**
 - Quelles sont les traditions que nous avons dans nos familles ou dans notre communauté ?
 - Les traditions sont-elles faciles à changer ?
 - Pouvez-vous penser à des exemples de traditions que vous avez vues changer au fil du temps ? (Par exemple, qu'est-ce qui est différent pour vous par rapport à vos parents ou grands-parents ?)
 - Y-a-t-il des traditions néfastes ? Quelles sont les traditions néfastes ? (Par exemple, préférence pour le fils, système de dot, MGF, etc.)
-  **Dire :** De nombreuses cultures à travers le monde pratiquent des traditions différentes pour célébrer la période de transition entre l'enfance et l'âge adulte. Cette célébration est très importante dans de nombreuses communautés, mais certaines traditions peuvent avoir des effets physiques et émotionnels sur la personne en transition.
-  **Demander :**
 - Existe-t-il une tradition ou une fête pour les garçons qui sont en transition de l'enfance à l'âge adulte ? En quoi cela consiste-t-il ?
 - Et pour les filles ? En quoi cela consiste-t-il ?
-  **Faire :** S'ils ne mentionnent pas les MGF :
-  **Demander :** Quelqu'un a-t-il entendu parler de mutilation génitale féminine/excision ?
-  **Remarque :** Utilisez le terme local approprié (par exemple, école de brousse).
-  **Expliquer :** La mutilation génitale féminine/excision est la coupure des organes génitaux externes de la femme ou de la fille.
-  **Dire :** Je vais vous lire une histoire.

Contextualisation

Amina et Christine ont toutes les deux 11 ans et sont dans la même classe à l'école. Elles passent beaucoup de temps ensemble, mais pendant les vacances scolaires, elles ne se voient pas. Leurs vies prennent deux directions différentes. Christine va à l'école de brousse (passe par la MGF) pendant l'été, mais pas Amina.

-  **Faire :** Divisez les tuteurs en petits groupes et demandez-leur de dessiner deux images, l'une représentant Amina et l'autre représentant Christine.
-  **Dire :** Dessinons où elles seront dans la vie dans 10 ans. À quoi ressemblera leur vie ? Que seront-elles en train de faire ? En quoi leurs vies seront-elles similaires et en quoi seront-elles différentes ?
-  **Faire :** Une fois qu'ils ont terminé, demandez-leur de partager certaines de leurs idées avec le groupe. Ensuite, expliquez comment l'histoire s'est terminée :

 **Dire :** Les vies d'Amina et de Christine se sont révélées être très différentes en raison de leur expérience à 11 ans. L'expérience de l'école de brousse signifiait que Christine manquait beaucoup l'école, alors qu'Amina devait continuer ses études. Christine, à cause de son expérience à l'école de brousse, était maintenant considérée comme prête à marier, alors elle s'est mariée jeune. Amina ne s'est pas mariée très tôt. Christine a eu des enfants assez rapidement après son mariage. Amina a attendu d'être plus âgée pour avoir des enfants. Christine et Amina ont une chose en commun : aucune d'elles ne laissera sa fille aller à l'école de brousse. Christine parle maintenant de son expérience à d'autres personnes, pour les encourager à penser à d'autres moyens de célébrer la croissance de leurs filles.

 **Demander :** Qui décide si une fille doit être excisée ?

 **Demander :** Avez-vous entendu parler d'histoires dans lesquelles des filles ou leurs tuteurs ont refusé de se faire exciser ou ont refusé de laisser leurs filles se faire exciser ? Qu'advient-il de ces personnes dans la communauté ?

 **Demander :** Connaissez-vous certains des risques liés à la MGF ?

 **Expliquer :** Les MGF consistent à enlever et à endommager les tissus sains et normaux, interférant ainsi avec les fonctions naturelles du corps des filles et des femmes.

Les MGF peuvent avoir des conséquences graves sur la santé tout au long de la vie, notamment des infections ; hémorragie ; douleur intense pendant la miction, la menstruation, les rapports sexuels et l'accouchement ; traumatisme psychologique ; infertilité ; et dans certains cas, la mort.

 **Demander :** Avez-vous entendu parler de rituels alternatifs utilisés au lieu de l'excision ? Y en a-t-il qui existent dans notre communauté ?

 **Expliquer :** Il est très important de célébrer les valeurs culturelles. Les filles devraient pouvoir célébrer les transitions vers la vie de femme et connaître leurs valeurs culturelles et communautaires sans les effets néfastes des MGF.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser la même activité ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Discutez de ce que vous avez appris aujourd'hui avec vos femmes/partenaires. Demandez-leur comment vous pouvez créer un environnement plus sûr pour les filles pendant cette période de transition. Expliquez et clarifiez tous les mythes qu'elles pourraient avoir sur l'expérience de la violence par les adolescentes. Vous pouvez partager vos idées lors de la prochaine session.

SESSION 12

Répondre à la violence à l'égard des adolescentes

► Objectifs :

1. Les tuteurs explorent le concept de blâme en relation avec la violence subie par les adolescentes.
2. Les tuteurs explorent les moyens de protéger les filles de la violence sans leur causer plus de mal.

► **Matériel :** Tableau à feuilles mobile, marqueurs, Session sur le toucher confortable et inconfortable du module de sécurité pris des modules Filles Soleil de compétences de vie.

► **Durée :** 2 heures

* Remarque :

Cette session pourrait être très sensible et l'animateur pourrait être confronté à une certaine résistance de la part des tuteurs. Il est important de rappeler aux tuteurs les accords de groupe et que les animateurs soient familiers avec les Stratégies de résistance communes.

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

? **Demander :** Quelle information vous a marqué lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

= **Dire :** Lors de la dernière session, nous avons discuté en plus de détail de certaines des formes de violence auxquelles les filles en particulier peuvent être confrontées. Aujourd'hui, nous allons discuter de la manière dont nous pouvons aider à protéger les filles de ces formes de violence.

? **Demander :** Quelles sont les choses que nous pouvons faire pour assurer la sécurité des filles ? (Pas de mariage précoce, pas de MGF, pas de blâme, une communication ouverte, etc.)

2. Explorons (20 minutes)

? **Demander :** Qui se souvient de l'histoire de Betty de la dernière session ?

* **Remarque :** Cette histoire pourrait être difficile. Les hommes pourraient ne pas être disposés à accepter de soutenir une fille qui est en relation avec une autre personne si cela est rare ou caché dans leur culture. Il est important de faire en sorte que les participants se concentrent sur le danger potentiel que la fille pourrait subir et sur la nécessité de garantir sa sécurité.

✓ **Faire :** Rappelez aux participants l'histoire de Betty : Robert est un jeune homme qui est en relation avec Betty, âgée de 16 ans. Robert est violent envers Betty, il lui dit des choses horribles, la gifle et la force à faire des choses qu'elle ne veut pas faire. La famille de Betty ne sait pas qu'elle a un petit ami et lorsque Betty dit à Robert qu'elle veut le quitter, il menace de parler à sa famille de leur relation. Betty a peur de ce que son tuteur lui ferait s'il découvrait qu'elle avait un petit ami, car cela apporterait le « déshonneur » à la famille. Au lieu de cela, Betty reste avec Robert et gère son comportement violent, qui empire avec le temps.

? **Demander :** Imaginez que Betty rentre à la maison un jour et que son tuteur voit ses bleus encore frais. Que dirait ou ferait le tuteur de Betty ?

? **Demander :** Quelqu'un peut-il rappeler la technique dont nous avons discuté pour renforcer l'empathie ?

✓ **Faire :** Rappelez aux tuteurs :

Étape 1 - Identifier le sentiment.

Étape 2 - Déterminer la raison.

Étape 3 - Honorer le sentiment.

Étape 4 - Gérer les sentiments avec l'enfant et agir.

☞ **Dire :** Le tuteur de Betty ne devrait pas blâmer Betty pour ce qui s'est passé. Il devrait faire en sorte que Betty se sente à l'aise et en sécurité pour exprimer ce qui lui est arrivé si elle le veut. Si le tuteur de Betty n'est pas à l'aise pour parler directement à Betty de ce sujet, il pourrait également demander à la mère de Betty de s'assurer qu'elle va bien et essayer de lui parler. Le tuteur de Betty devrait lui faire comprendre que si elle subit un préjudice quelconque, elle peut se présenter et le dire à sa famille et qu'ils la soutiendraient au lieu de lui faire du mal ou de la punir.

❓ **Demander :** Pourquoi est-il important que le tuteur de Betty réagisse de cette façon ?

☞ **Dire :** Il est important qu'il comprenne les risques et qu'il aide Betty à se protéger de ces risques ou menaces. Il est important d'aider Betty à se sortir de cette situation en toute sécurité afin qu'elle ne subisse pas plus de préjudices.

❓ **Demander :** Quelqu'un peut-il se souvenir de la session que nous avons eue sur nos relations avec les adolescentes ? Nous avons discuté de l'empathie. Quelqu'un peut-il nous rappeler ce que signifie l'empathie ?

☞ **Expliquer :** L'empathie, en termes simples, est la capacité de comprendre et d'agir avec soin envers nos filles.

❓ **Demander :** Et pourquoi l'empathie est-elle importante, en particulier lorsque vous parlez aux filles de violence ?

☞ **Expliquer :**

- Être empathique aide les filles à se sentir en sécurité.
- Être empathique permet aux filles (ou à toute personne survivante de violence) de partager et de discuter ouvertement des problèmes et des risques auxquels elles sont confrontées, sans craindre d'être blâmées.

3. Activités

Activité 1 : Blâme - Levez-vous, asseyez-vous (30 minutes)

☞ **Expliquer :** Comme nous en avons déjà discuté, certaines personnes blâment parfois entièrement ou partiellement les filles pour la violence qu'elles subissent. Elles peuvent dire aux filles que c'est de leur faute si la violence leur est arrivée, qu'elles auraient pu faire quelque chose pour l'arrêter ou sinon pour l'éviter.

☞ **Dire :** Je vais lire quelques scénarios et nous allons décider qui est à blâmer. Je vais vous demander qui est à blâmer, alors suivez les instructions.

Contextualisation

Scénario 1

☞ **Dire :** Un homme oublie son téléphone sur une table dans un restaurant. Quelqu'un vole le téléphone.

Levez-vous si vous pensez que l'homme est à blâmer. (C'est la responsabilité de la personne qui a pris le téléphone, car c'est la décision que cette personne a prise.)

Scénario 2

☞ **Dire :** Une jeune fille rentre à la maison tard dans la nuit après avoir passé du temps chez son amie. Elle

porte un pantalon moulant. Un homme s'approche et tente de l'attraper, elle réussit à s'enfuir.

Levez-vous si vous pensez que la fille est à blâmer. (Les tuteurs pourraient dire que la fille ne doit pas marcher la nuit ni porter ce genre de vêtements. Il est important de souligner que nous pouvons parfois essayer de prévenir les situations en marchant en groupe ou pendant la journée (pour notre sécurité), mais une fille n'est jamais à blâmer dans cette situation. L'auteur de violence a pris la décision de s'approcher d'elle, il est donc responsable ! Les vêtements de la jeune fille ou d'autres facteurs n'empêcheront pas une personne de commettre des actes de violence si elle a pris la décision de le faire.)

Scénario 3

 **Dites :** Un mari et sa femme se disputent parce que sa femme a refusé de faire ce qu'il lui avait demandé. Le mari pousse la femme et la blesse au bras.

Levez-vous si vous pensez que le mari est à blâmer. (Ils peuvent dire que la femme est en train de désobéir et devrait faire ce que l'homme lui dit de faire. Il est important de leur dire qu'elle ne doit en aucun cas être tenue pour responsable de l'agression physique de son mari. Il existe différentes façons de résoudre les problèmes et les femmes doivent être traitées de la même manière que les hommes – la femme n'a pas besoin de faire tout ce que le mari dit, il devrait y avoir un pouvoir de décision égal.)

Scénario 4

 **Dire :** Un garçon rentre de l'école à la maison. Il s'arrête à l'épicerie pour acheter un soda. Quand il sort de l'épicerie, un groupe de garçons lui demande de leur donner son soda. Le garçon dit « non », alors le groupe le bat.

Levez-vous si vous pensez que le garçon est à blâmer. (Ils pourraient dire que le garçon aurait dû leur remettre son soda. Il est important de dire que même si le garçon aurait pu le faire, il n'est pas à blâmer. Le groupe a décidé de se comporter de cette manière.)

 **Demander :** La personne qui subit de la violence est-elle jamais à blâmer pour ce qui lui arrive ? (Précisez que ce n'est jamais la faute de la personne qui a subi la violence (la survivante). La violence est un choix. Dans de nombreux cas, nous blâmons la survivante, en nous attendant de la survivante qu'elle soit responsable de sa propre sécurité ou en pensant qu'elle aurait pu faire quelque chose pour l'empêcher. Cela signifie que nous ignorons la responsabilité de la personne qui a décidé d'exercer la violence en premier lieu.)

 **Demander :** Parfois, lorsqu'une personne subit de la violence, elle pourrait ne pas vouloir en parler à qui que ce soit. Pourquoi à votre avis ? (Par exemple, elle ne sait pas à qui faire confiance, elle a peur que l'histoire circule ou du jugement des gens, elle pense qu'elle est à blâmer, elle a peur que d'autres la blâment.)

 **Demander :** Que pouvons-nous faire pour soutenir davantage les filles (et les femmes) qui pourraient vouloir divulguer la violence ?

 **Expliquer :** La survivante n'est jamais à blâmer pour la violence qu'elle subit. Même si certaines personnes peuvent penser que la survivante peut faire quelque chose pour empêcher la violence de se produire, il est important de comprendre que l'auteur a le choix de ne pas commettre d'abus et que la responsabilité incombe toujours à l'auteur.

Activité 2 : Protéger les filles de la violence (30 minutes)

 **Demander :**

- Traitons-nous les filles et les garçons différemment en ce qui concerne leur sécurité ? (Par exemple, y-a-t-il des choses que nous permettons aux garçons de faire mais pas aux filles parce que nous voulons les garder en sécurité ?)
- Quelles sont les choses que nous permettons aux garçons de faire et mais non pas aux filles ?
- À votre avis, quels seraient les risques que les filles rencontreraient si elles faisaient les mêmes choses que les garçons ?



Expliquer : Il est important de protéger nos enfants de la violence. Parfois, les gens peuvent penser que protéger une fille implique de la garder à la maison et ne pas lui permettre de s'impliquer dans la communauté, d'aller à l'école, de se faire des amis, etc. Mais les gens pourraient ne pas se rendre compte des préjudices que ce genre de comportement pourrait entraîner. Cela pourrait rendre la fille plus isolée, ce qui pourrait l'affecter plus tard, limiter ses compétences et ses informations sur comment gérer sa vie. Mais comme nous sommes conscients que certains problèmes affectent peut-être davantage les filles que les garçons, réfléchissons à des moyens de réduire les risques sans empêcher les filles de devenir des membres actifs de la communauté.



Faire : Diviser les tuteurs en deux groupes. Les groupes répondront aux questions suivantes :

Groupe 1 : Comment pouvons-nous protéger les filles de la violence au sein de la maison ?

Groupe 2 : Comment pouvons-nous protéger les filles de la violence en dehors de la maison ?



Remarque : Si les hommes suggèrent de garder les filles à la maison, de les isoler et de limiter leurs mouvements, demandez-leur s'ils peuvent penser à d'autres stratégies plus stimulantes pour les femmes et les filles. Par exemple, en les encourageant à demander de l'aide, en élaborant des plans de sécurité, en leur donnant le pouvoir de dire « non ». Ils peuvent également réfléchir à la manière dont ils peuvent utiliser leur pouvoir pour rendre la communauté plus sûre pour les filles. Par exemple, quelle influence ont-ils pour représenter les adolescentes et parler de leurs préoccupations lors de réunions communautaires, auprès des autorités locales, etc. ?



Dire :

- Dans vos groupes, je veux que vous réfléchissiez à ce que vous pouvez faire pour aider les filles à rester en sécurité, à l'intérieur ou à l'extérieur de la maison (en fonction du groupe auquel vous avez été affecté).
- Pensez aux sessions précédentes où nous avons discuté de la sécurité et de la protection. Pour les membres du groupe « à l'intérieur de la maison », réfléchissez à l'impact que les châtimements corporels peuvent avoir sur les enfants et à certaines des stratégies alternatives que vous pouvez utiliser.
- Pour le groupe « hors de la maison », rappelons-nous que nous ne voulons pas que les filles se sentent isolées ni leur imposer des limites. Nous voulons qu'elles soient des membres actifs de la communauté vivant sans aucun préjudice.



Faire : Une fois que les tuteurs ont terminé, demandez-leur de partager leurs idées avec le groupe.

Ajoutez les points suivants :

- Écoutez les filles et croyez ce qu'elles vous disent.
- Prenez le temps de leur parler quotidiennement.
- Soyez conscients de ce qui les rend mal à l'aise.
- Faites attention aux indices que les filles pourraient montrer indiquant qu'elles font face à un problème.
- Ne tolérez pas la violence parmi les membres de la famille, y compris entre frères et sœurs.
- Gardez les disputes et les problèmes des adultes loin des enfants et trouvez des moyens non violents de les gérer.
- Parlez ouvertement des problèmes de sécurité. Les filles seront moins susceptibles de venir vous parler si le problème est considéré comme secret ou honteux. Si elles estiment que leurs tuteurs sont à l'aise pour discuter du sujet, elles seront probablement plus susceptibles d'en parler.
- Utilisez votre pouvoir pour vous engager à rendre les communautés plus sûres pour les filles et les femmes et pour tenir pour responsables les auteurs de violence.
- Pratiquez les choses dont vous parlez. Vous pensez peut-être que les filles comprennent votre message, mais avant qu'elles ne l'intègrent à leurs vies quotidiennes, il y a des chances qu'elles ne l'aient pas bien compris. Trouvez des occasions de mettre en pratique des scénarios hypothétiques « Et si ».
- Elles doivent également savoir qu'il est acceptable de dire à une personne en qui elles ont confiance si elles subissent de la violence.

-  **Remarque :** Assurez-vous de contester les stratégies préjudiciables suggérées, telles qu'enfermer les filles, ne pas leur permettre de sortir du tout, etc.
-  **Demander :** Nous avons discuté de la manière dont vous pouvez protéger les filles pour les garder en sécurité, mais que pouvons-nous faire pour que les filles puissent également s'aider à rester à l'abri de la violence ?
-  **Faire :** Notez leurs commentaires et discutez de ce qui pourrait être enseigné/est enseigné aux filles dans les modules Filles Soleil de compétences de vie.

Par exemple :

- Sensibiliser les filles aux différents types de violence. Expliquez le bon et le mauvais toucher.
- Encourager les filles à exercer leur droit à dire « non » fermement.
- Encourager les filles à communiquer fermement, même si elles risquent d'« offenser » quelqu'un qui pourrait être perçu comme ayant plus de pouvoir.
- Expliquer aux filles qu'elles peuvent venir vous dire si elles se sentent menacées, sans crainte de jugement.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser la même activité ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Parlez à vos filles de la façon dont elles peuvent se protéger. Expliquez comment vous envisagez de les protéger en utilisant les idées que vous avez suggérées dans l'Activité 2 et obtenez leurs opinions/commentaires à ce sujet.

SESSION 13

Notre vision pour la communauté

► Objectifs :

1. Les tuteurs réfléchiront à leur rôle pour protéger les filles de la violence dans la communauté.
2. Les tuteurs élaboreront un plan décrivant comment ils peuvent aider les filles à rester en sécurité dans leur communauté.

► Matériel : Papier pour tableau de conférence, marqueurs

► Durée : 2 heures

I. Bienvenue et révision (10 minutes)

 **Demander :** Quelle information vous a marquée lors de la dernière session ? Avez-vous exécuté la tâche À emporter de la dernière session ? Quel a été le résultat ?

2. Explorons (15 minutes)

 **Dire :** Nous avons discuté de la façon dont nous pouvons aider à protéger nos filles et comment nous pouvons leur donner les moyens de gérer leur propre sécurité (par exemple, dire « non » et être conscientes des différents types de violence). Nous allons maintenant discuter de notre rôle pour assurer la sécurité de toutes les filles de la communauté.

 **Demander :** Pourquoi est-il important de penser à notre rôle d'assurer la sécurité de toutes les filles dans la communauté au sens large ? *(Il y a des types de violence qui affectent les filles hors du foyer. Nous devons impliquer la communauté dans son ensemble pour veiller à ce que les filles soient en sécurité. Nous devons également réfléchir à notre propre rôle dans la communauté pour protéger les autres filles. En tant qu'hommes, nous savons que nous avons plus de pouvoir comparé à d'autres groupes pour soulever avec d'autres hommes des questions liées à la violence à l'égard des adolescentes – et, comme nous en avons discuté, ce sont généralement les hommes qui commettent des actes de violence contre les filles.)*

 **Demander :** Que pensez-vous de votre rôle dans la communauté pour assurer la sécurité de toutes les filles ? Pensez-vous que vous avez un rôle à jouer ?

 **Demander :** Quels sont les défis auxquels vous pourriez faire face en impliquant d'autres membres de la communauté dans la protection des filles ?

 **Dire :** Aujourd'hui, nous allons discuter de nos idées et suggestions sur la manière de protéger les filles et d'engager les autres membres de la communauté.

3. Activités

Activité 1 : Violence à l'égard des filles dans la communauté (30 minutes)

 **Dire :** Je vais lire plusieurs déclarations. Après chaque phrase, vous devriez vous demander si la déclaration est utile ou nocive pour la prévention de la violence à l'égard des filles. Si vous pensez que la déclaration est utile, levez-vous. Si vous pensez que la déclaration est nocive, restez assis.

 **Remarque :** Aidez le groupe à exprimer ses idées et à arriver à une décision.

**Dire :**

- Un passant ignore la bagarre entre un homme et sa femme adolescente qui se déroule dans la rue devant leur maison. *(Nocif)*
- Les hommes de la communauté se rassemblent pour sensibiliser leur communauté aux problèmes de sécurité auxquels les adolescentes et les femmes de leur communauté font face. *(Utile)*
- Un médecin de la communauté évite de demander à une fille qui vient chaque semaine avec des marques noires et bleues si elle a besoin d'aide, car il veut respecter la vie privée de la famille. *(Nocif)*
- Quelqu'un parle à ses voisins pour les convaincre de ne pas marier leur fille trop tôt. *(Utile)*
- Un chef de communauté découvre des actes de violence à l'égard des filles dans la communauté et n'en parle pas. *(Nocif)*
- Un tuteur parle à la directrice de l'école de ses préoccupations concernant le traitement des filles à l'école. *(Utile)*

**Faire :** Quand le groupe a fini :**Demander :**

- Vous a-t-il été facile de savoir si chaque action était utile ou non ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Comment pouvez-vous vous assurer que vous faites les choses que les filles (et les femmes) veulent que vous fassiez et qui les rendent réellement plus en sécurité et renforcent leur pouvoir ?
- Comment pouvons-nous impliquer les femmes et les filles dans les décisions prises dans cette communauté ?

**Faire :** Écrivez leurs réponses sur un papier pour tableau de conférence.

Activité 2 : Que pouvons-nous faire pour prévenir la violence à l'égard des filles dans la communauté ? (40 minutes)



Dire : Nous avons discuté de la violence à l'égard des filles dans la communauté et nous avons vu les choses nocives et utiles que nous pouvons faire pour essayer de créer un environnement plus sûr pour les filles. Réfléchissons plus précisément aux problèmes que les filles rencontrent dans notre communauté (rappelez aux participants les différents points discutés lors de la session sur la sécurité et de la session sur la violence visant les adolescentes), à ce que nous pouvons ou ne pouvons pas faire pour les soutenir et à nos limites.



Demander : Qui aimerait nous rappeler les différents types de violence que subissent les filles dans notre communauté (des points que nous avons déjà discutés lors de précédentes sessions ou de nouvelles suggestions que vous pourriez avoir) ?

**Faire :** Écrivez leurs réponses sur le papier pour tableau de conférence.

Faire : Répartissez les participants en trois groupes. Dans leurs groupes, dites-leur que nous allons élaborer un plan sur la façon d'assurer la sécurité des filles dans la communauté.



Expliquer : Je sais que cela pourrait être difficile pour certains d'entre nous. Mais rappelez-vous que même si nous ne sommes peut-être pas en mesure de résoudre ce problème seuls, en tant qu'hommes, nous devons réaliser que nous avons le pouvoir de protéger les filles et les femmes dans notre communauté sans les restreindre et les conduire à l'isolement.



Dire : Par exemple, commençons à petite échelle. Commençons par ce que nous pouvons faire au niveau individuel. Dans vos groupes, réfléchissez à ce que vous pouvez faire en tant qu'individus pour aider les filles à se protéger de la violence.



Faire : Donnez aux participants quelques minutes pour discuter en groupe, puis demandez-leur de faire part de leurs suggestions au groupe.

 **Remarque :** Assurez-vous qu'ils mentionnent les points suivants :

- Adopter une approche sans blâme.
- Être encourageant.
- Donner aux filles des informations sur les services. Fournir aux filles un espace sûr et de confiance pour parler de leurs préoccupations en matière de sécurité.
- Aider les filles à accéder aux services.
- Si possible, parler aux membres masculins de la famille (immédiate et élargie) de la violence à l'égard des filles et de ce qu'ils peuvent faire pour aider.

 **Dire :** Maintenant, réfléchissons à la prochaine étape. Nous avons discuté de ce que nous pouvons faire en tant qu'individus. Prenons quelques minutes pour réfléchir à la manière dont nous pouvons travailler en groupe pour protéger les filles de la violence.

 **Faire :** Donnez aux participants quelques minutes pour discuter en groupe, puis demandez-leur de faire part de leurs suggestions au groupe.

 **Remarque :** Explorez pour voir s'ils se sentent à l'aise de sensibiliser des personnes extérieures à leur famille sur des questions liées à la violence - par exemple, avec des chefs de communauté, des enseignants ou d'autres membres de la communauté, sur la base des demandes et des contributions des filles et des femmes. Sont-ils en mesure de se réunir régulièrement avec des représentants des filles et des femmes pour écouter leurs préoccupations et connaître leurs besoins, et mener des actions basées sur les demandes des filles et des femmes ?

 **Expliquer :** Même si nous ne pouvons résoudre seuls le problème de la violence à l'égard des filles (et des femmes), nous avons proposé de très bonnes idées sur ce que nous pouvons réellement faire.

 **Demander :** Comment pouvons-nous nous assurer de faire ce que nous nous sommes engagés à faire ? (Demandez aux participants de désigner des personnes au sein du groupe capables de faire le suivi sur des points spécifiques afin que les rôles et les responsabilités soient clairs.)

 **Remarque :** Assurez-vous que l'une des principales actions consiste à consulter les filles et les femmes avant de prendre toute décision relative à la sécurité des adolescentes.

 **Demander :** Comment pouvons-nous nous assurer que les filles sont impliquées dans la prise de décision et participent activement à la communauté ?

 **Dire :** Quelques exemples incluent :

- Permettez-leur de sortir, mais accompagné d'une personne de confiance si la sécurité est une préoccupation.
- Laissez-les participer à des activités dans les espaces pour les femmes/filles si vous préférez qu'elles n'y participent pas dans les espaces pour les jeunes et les enfants.
- Laissez-les aller en groupe participer aux activités.
- Gardez-les à l'école. S'il y a des problèmes de sécurité, discutez avec quelqu'un de l'espace sûr de la manière dont ils peuvent être traités.
- Permettez-leur de passer du temps avec leurs amies dans un endroit de confiance. (C'est bien pour elles de construire des réseaux sociaux).
- Donnez-leur un peu de temps à la maison pour faire leurs devoirs ou avoir du temps libre sans avoir à accomplir de tâches ménagères.
- Communiquez avec les filles afin qu'elles se sentent à l'aise de parler à leurs tuteurs de leurs problèmes et préoccupations.

4. Vérification (5 minutes)

Utilisez l'activité de clôture choisie par les tuteurs lors de la session précédente. Vérifiez s'ils souhaitent continuer à utiliser le même format ou si quelqu'un souhaite proposer une activité de clôture pour la prochaine session.

5. À emporter (5 minutes)

Les tuteurs devraient rentrer chez eux et discuter de leurs idées avec leurs filles et leur partenaire pour obtenir leurs commentaires et leurs suggestions. Ils peuvent également discuter avec des membres masculins de leur famille (leurs fils par exemple).

SESSION 14

Aller de l'avant

(Référez-vous à la page 87 des **modules des tutrices**)

Annexe I

Réponses de résistance communes¹



► Réponses de résistance communes : définitions et exemples

Vous trouverez ci-dessous des exemples de réponses de résistance communes que les animatrices/animateurs doivent être prêt(e)s à identifier (en elles/eux-mêmes et chez les autres) et à prendre en compte tout au long de l'intervention.

Toutes ces réactions :

- Sont apprises. Notre société les enseigne afin de renforcer les normes traditionnelles et néfastes.
 - Empêchent les hommes d'assumer la responsabilité de leurs actes ou de ceux des autres hommes.
 - Permettent aux femmes de se démarquer des victimes de violence.
 - Impliquent la minimisation, le déni et la justification.
 - Ne sont pas justes et perpétuent la violence et les préjudices causés aux adolescentes et aux femmes - et DOIVENT ESSENTIELLEMENT ÊTRE ABORDÉES PAR LES ANIMATRICES/ANIMATEURS FILLES SOLEIL.
1. **Le déni** : Affirmer que quelque chose n'est pas vrai ou ne pose pas de problème : « Ceci n'est pas un problème. » « La violence est un aspect normal de toute relation. Arrêtez d'en faire tout un plat. » « Je ne sais pas où elle a eu les bleus sur son visage, elle doit être tombée. » « Il n'y a pas de problème ici - rien ne s'est passé. »
 2. **Minimiser** : Réduire une chose ou la rendre moins grave qu'elle ne l'est : « Je ne sais pas pourquoi les filles (et les femmes) en font un si gros problème. » « Nous avons été frappé(e)s en grandissant - c'est un élément normal de la discipline. » « Ce n'était qu'une gifle ». Blaguer sur la violence à l'égard des adolescentes et des femmes est également une réponse minimisante.
 3. **Justification** : Indiquer que quelque chose est correct ou raisonnable : « La Bible exige que les filles et les femmes servent les hommes, c'est naturel. » « Les femmes doivent apprendre à rester en ligne et à écouter leur mari. » « Elle le méritait. »
 4. **Blâmer la victime** : Affirmer ou impliquer que la survivante est responsable de la violence qu'elle a subie : « Eh bien, si elle avait écouté son père, cela ne serait pas arrivé ». « Elle l'a cherché en (comportement). » « Elle m'a provoqué, je n'avais pas le choix ».
 5. **Comparer la victimisation** : Changer le sujet de la discussion/de la situation en indiquant qu'un autre groupe est également confronté au même problème : « Les hommes sont également victimes de violence. » « Les garçons et les filles sont victimes de violence. Pourquoi est-il toujours question de filles ? » « Les femmes peuvent également abuser des hommes. »
 6. **Garder le silence** : Choisir de rester silencieux ou de ne pas s'exprimer face à une injustice ou à un acte problématique. Ne pas s'exprimer quand il y a violence ou manque de respect, ignorer quelque chose ou prétendre que vous ne l'avez pas remarqué.
 7. **Renforcer les normes** : Adopter des comportements qui favorisent l'inégalité de pouvoir et des croyances et attitudes néfastes. Prendre le contrôle du travail des femmes dans la communauté autour de la violence contre les adolescentes et les femmes. Perpétuer la violence et/ou la discrimination.
 8. **Collusion** : Les participant(e)s soutenant les croyances et les attitudes préjudiciables des autres participant(e)s. Accepter l'une ou l'autre des réponses ci-dessus - par expression verbale ou par le silence. Croire ou soutenir des excuses et des justifications de la violence. Rire des attitudes et des croyances néfastes exprimées par les autres participants.

¹ Adapté de l'IRC, *Impliquer les hommes à travers des pratiques redevables* (EMAP)

Annexe 2

Étapes pour contester le préjudiciel



Cet outil est destiné à aider les animatrices/animateurs des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs à répondre aux moments difficiles qui peuvent survenir pendant les sessions des tutrices et tuteurs. Plus précisément, cet outil fournit des étapes sur la manière de traiter les commentaires ou comportements préjudiciables ou offensants pouvant être exprimés par les participant(e)s de Filles Soleil au cours des sessions.

Aborder ces moments permet aux animatrices/animateurs de modérer la responsabilité et donne aux participant(e)s l'occasion d'apprendre et de changer. Il est essentiel que les animatrices/animateurs remettent en question les situations préjudiciables et s'engagent avec les participant(e)s afin d'identifier d'autres modes de pensée et de comportement.

Après l'exposition d'une attitude, croyance ou comportement préjudiciable, suivez les étapes suivantes :

Étape 1

- Demandez des éclaircissements pour savoir pourquoi les participant(e)s ont cet avis.
- Résumez et répétez la déclaration ou le commentaire.
- Identifiez laquelle des réponses de résistance communes est exprimée par la déclaration ou l'action préjudiciable.



Dites : « Merci d'avoir partagé votre opinion avec nous. Pouvez-vous nous dire pourquoi vous ressentez cela ? » Et/ou « Ce que vous êtes en train de dire c'est... est-ce correct ? »

Étape 2

- Cherchez un autre avis/impliquez les autres.
- Renvoyez la question au groupe en utilisant une méthode ouverte. Par exemple : « Que pensez-vous de cette phrase (ou de cette attitude) ? » Ou « Pour moi, cette phrase ressemble à un blâme de la victime. Qu'en pensez-vous ? »

Étape 3

- Si personne ne donne un autre avis, donnez-en un vous-mêmes. « Je sais que beaucoup de gens ne seraient jamais d'accord avec cette affirmation. Beaucoup d'hommes et de femmes que je connais estiment que le violeur est la seule personne à blâmer pour un viol et que nous avons tous la responsabilité de respecter le droit des autres à dire « non » aux activités sexuelles. »

Étape 4

- Connectez-vous à Filles Soleil. Rappelez-vous que ces points de vue et ces croyances préjudiciables sont à l'origine de la création des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs !
- Lorsqu'un commentaire préjudiciable est exprimé, utilisez-le comme une occasion de renforcer les principes de Filles Soleil. Par exemple : « Comment pensez-vous que cette idée est née ? » « Qui nous a enseigné ces idées ? » « Comment cette idée se rapporte-t-elle à ce qu'on nous enseigne à propos des hommes et à ce qu'on nous a appris à propos des femmes ? » « Comment cette idée renforce-t-elle le pouvoir et le privilège des hommes ? » « Ces idées sont-elles nuisibles à la sécurité des femmes et des filles ? »

Étape 5

- Proposez des faits qui soutiennent un point de vue différent et mettez l'accent sur une perspective utile.
- Parfois, des lois peuvent soutenir une position, mais la loi peut ne pas être reconnue dans le pays ou la communauté. Si vous vous référez à une loi, assurez-vous qu'elle est reconnue dans la communauté. « La loi dit que toute personne a le droit de dire « non » au sexe, et le violeur est la seule personne à blâmer. Je suis d'accord avec cela et, en tant qu'homme, je pense qu'il est important de respecter le choix de la femme de prendre ses propres décisions en matière de sexualité. Peu importe ce que la femme porte ou fait. Elle a le droit de ne pas être violée. »
- Veuillez noter qu'il est très peu probable que le participant change ouvertement d'opinion, même après avoir suivi ces cinq étapes pour traiter sa déclaration. Mais en contestant la déclaration, vous avez fourni un point de vue alternatif que le participant pourrait prendre en considération et, espérons-le, adopter plus tard. Vous avez également fait preuve de responsabilité envers les adolescentes et les femmes et proposé un modèle de leadership différent.

Annexe 3

Liste du matériel pour les sessions des modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs



Session	Matériel
Session 1 - Introduction au programme Filles Soleil	Ballon, autocollants, cartes des ressources (Annexe A18 Partie 1 Filles Soleil), notes post-it, crayons, ruban adhésif, papier pour tableau de conférence, marqueurs
Session 2 - Gestion du stress	Papier pour tableau de conférence, marqueurs
Session 3 - Mon expérience en tant que tutrice	Papiers, crayons de couleurs, papier pour tableau de conférence, marqueurs, stylos, notes post-it, 1 grande boîte, cacahuètes
Session 3 - Mon Expérience en tant que tuteur	Notes post-it, stylos, ballon, 1 grande boîte, cacahuètes
Session 4 - Le développement des adolescentes – tutrices	Papier pour tableau de conférence, marqueurs, kit de dignité (si disponible), matériel pour la démonstration d'hygiène menstruelle (par exemple les serviettes hygiéniques, les tissus réutilisables, etc.), fiche-ressource sur la santé et l'hygiène et affiches sur les organes internes, le cycle menstruel, l'hygiène menstruelle et la gestion menstruelle des modules Filles Soleil de compétences de vie
Session 4 - Le développement des adolescentes – tuteurs	Papier pour tableau de conférence, marqueurs, papiers A4, stylos, ruban adhésif, document sur le développement du cerveau - (en couleur) de l'annexe 4
Session 5 - Discipline positive	Papier pour tableau de conférence, marqueurs, bâtons/cailloux, 2 seaux
Session 6 - Le pouvoir à la maison – tutrices	Papier pour tableau de conférence, marqueurs

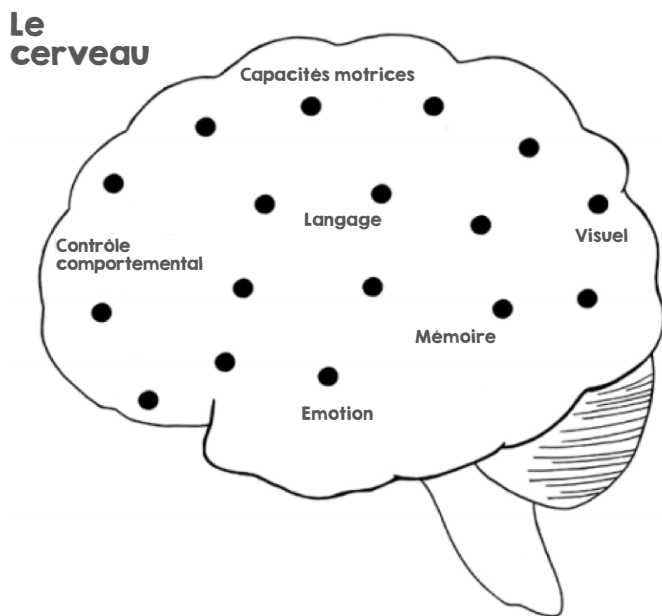
Session 6 - Le pouvoir à la maison – tuteurs	Papier pour tableau de conférence, marqueurs et 4 sacs contenant ce qui suit : Sac 1 : ciseaux, règle, trombones, crayons, deux carrés de papier rouge de 10 cm, deux carrés de 10 cm de papier blanc, Sac 2 : ciseaux, colle, 2 papiers blanc, 2 papiers bleu et 2 papiers rose, Sac 3 : 2 marqueurs, 2 papiers verts, 2 papiers blancs et 2 papiers roses, Sac 4 : 5 feuilles de papier ; 1 rose, 1 vert, 1 bleu, 1 rouge et 1 violet
Session	Matériel
Session 7 - L'environnement familial	Papier pour tableau de conférence, marqueurs, crayons/stylos de couleurs, papier A4
Session 8 - Explorer notre relation avec les adolescentes dont nous nous occupons	Papier pour tableau de conférence, crayons, papier A4, marqueurs
Session 9 - L'éducation parentale pour l'égalité	Papier pour tableau de conférence, marqueurs, papier A4, stylos, ruban adhésif, Horloge d'activité (Annexe 5)
Session 10 - La sécurité	Papier pour tableau de conférence, marqueurs (au moins 4 couleurs différentes), notes post-it, stylos
Session 11 - La violence visant les adolescentes	Papier pour tableau de conférence, marqueurs
Session 12 - Répondre à la violence à l'encontre des adolescentes	Papier pour tableau de conférence, marqueurs, la session sur le toucher confortable et le toucher inconfortable des modules de compétences de vie Filles Soleil
Session 13 - Notre vision pour la communauté	Papier pour tableau de conférence, marqueurs
Session 14 - Aller de l'avant (opportunité pour des groupes mixtes)	Certificats, stylos, papier, papier pour tableau de conférence, marqueurs, crayons de couleurs, matériel d'art

Annexe 4

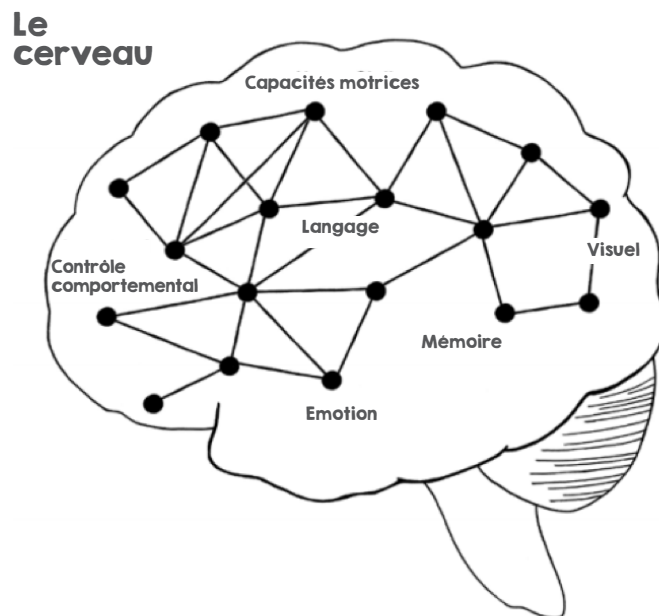
Le document de développement du cerveau

.....

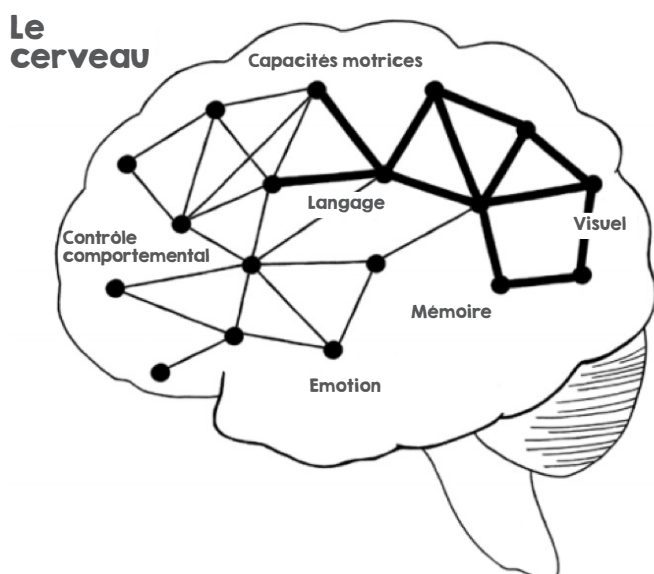
► Image 1 : Le cerveau avec ses neurones



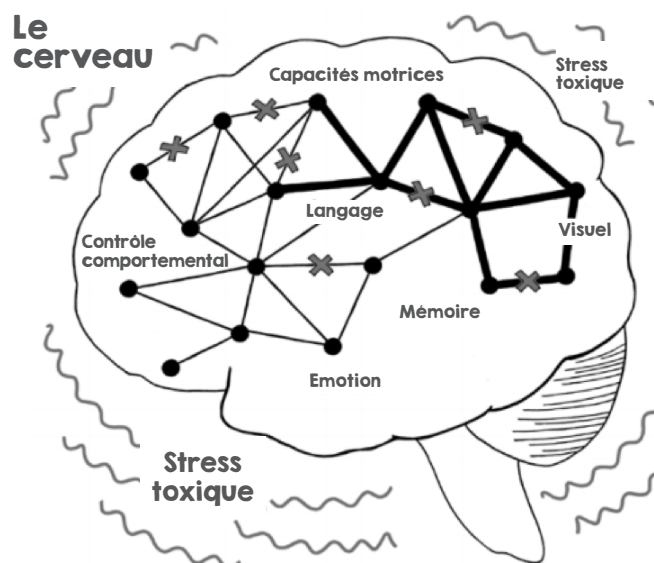
► Image 2 : Le cerveau avec les « connections électriques » à travers les synapses



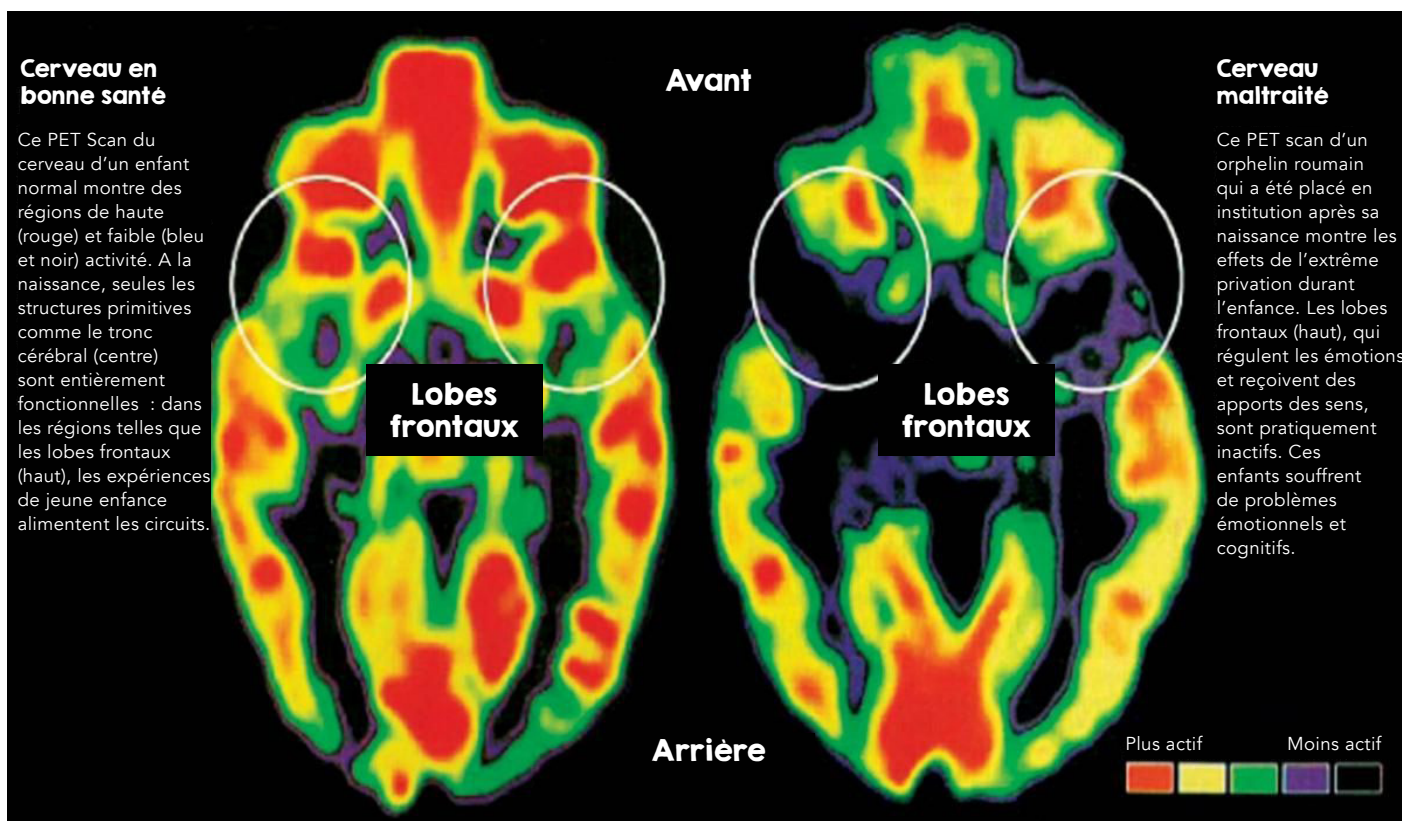
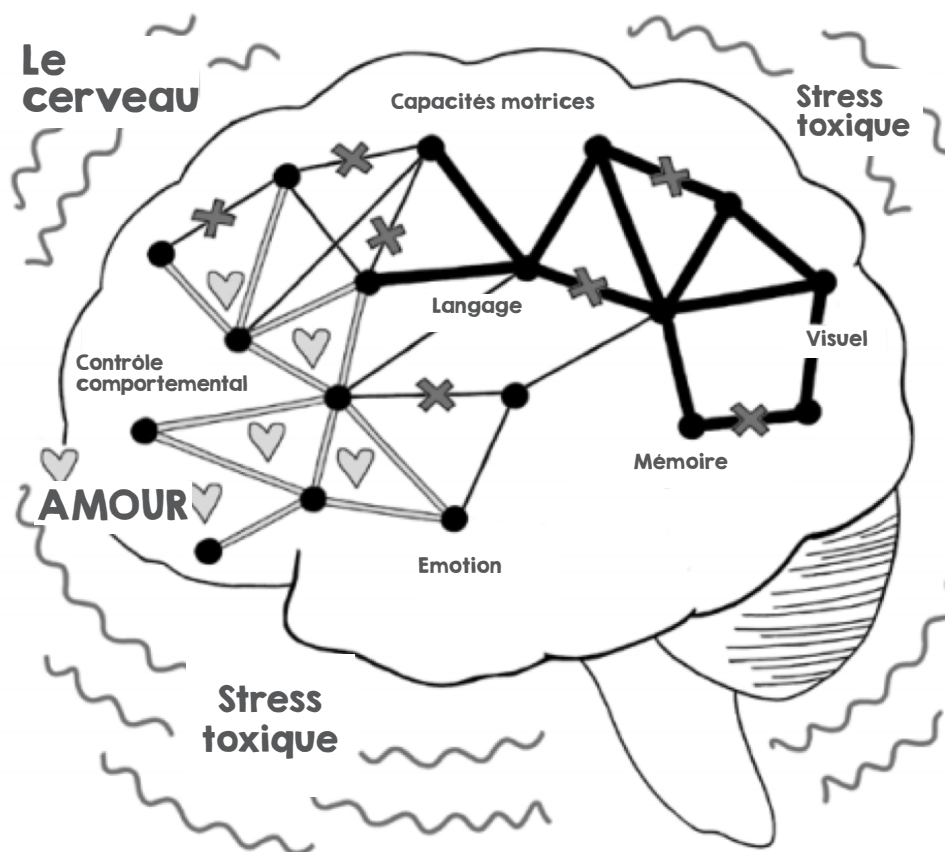
► Image 3 : Le cerveau avec des « connections électriques » plus fortes grâce à l'amour et à l'encouragement



► Image 4 : Les « connections électriques » sont détruites dû au stress et la violence toxiques

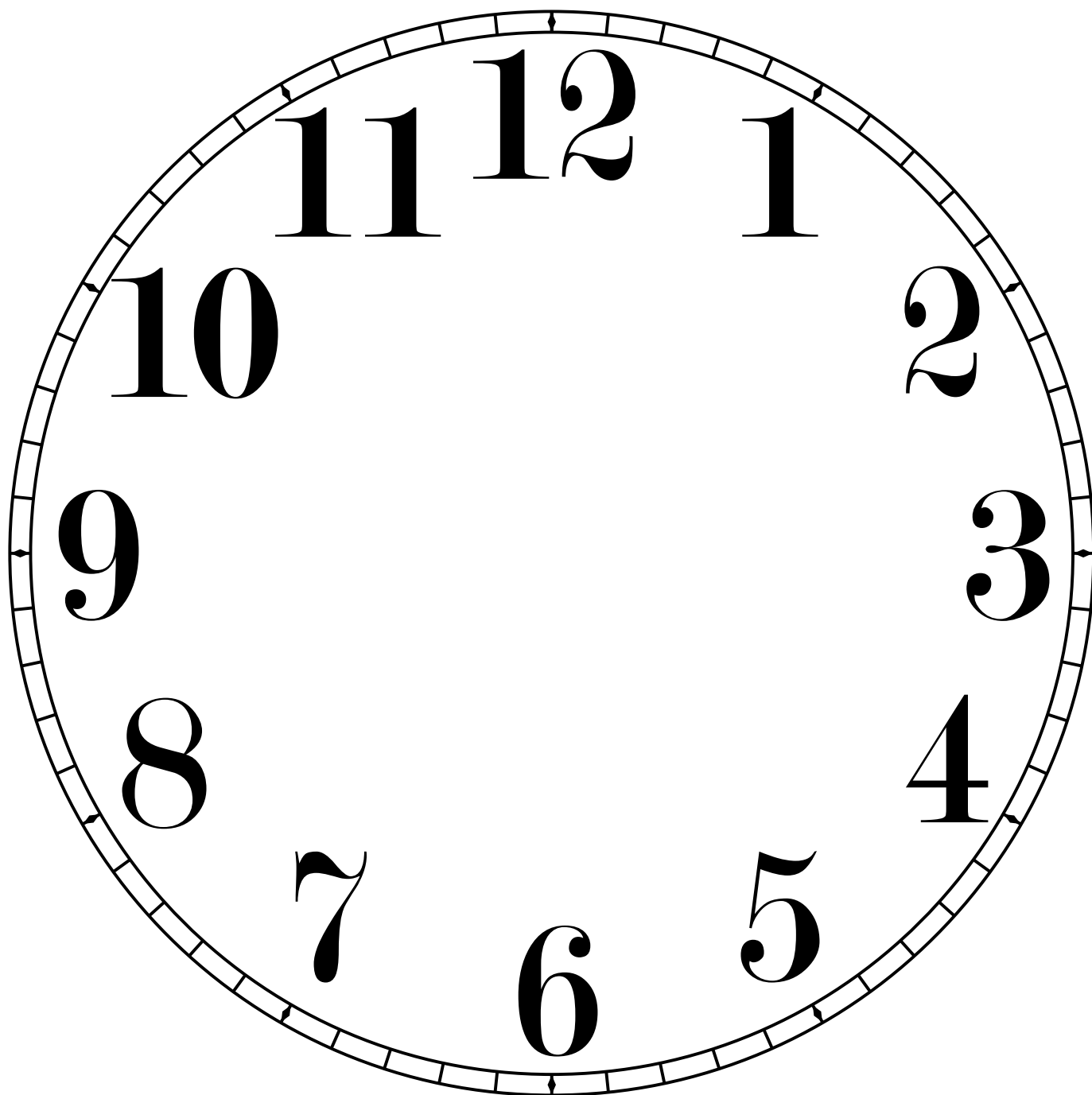


► Image 5 : Les « connections électriques » sont renouvelées avec des relations d'adulte aimantes, nourricières et prévisibles



Annexe 5

Horloge d'activité



Annexe 6

Plan d'action personnel



Nom de la/du participant(e) : _____ (M/F)

Date : _____ Lieu/communauté : _____

Ce plan d'action peut vous aider à déterminer les actions clés que vous entreprendrez pour apporter des changements dans différents domaines de votre vie et les étapes qui vous aideront à atteindre vos objectifs. Veuillez remplir ce formulaire et le remettre à l'animatrice/animateur.

Session	Quelle action avez-vous entreprise ?	Quel était le résultat de l'action entreprise ?
Session 1 - Introduction au Programme Filles Soleil		
Session 2 - Gestion du stress		
Session 3 - Mon expérience en tant que tutrice/tuteur		
Session 4 - Le développement des adolescentes		
Session 5 - Discipline positive		
Session 6 - Le pouvoir à la Maison		

Session	Quelle action avez-vous entreprise ?	Quel était le résultat de l'action entreprise ?
Session 7 - L'environnement familial		
Session 8 - Explorer notre relation avec les adolescentes dont nous nous occupons		
Session 9 - L'éducation parentale pour l'égalité		
Session 10 - La sécurité		
Session 11 - La violence visant les adolescentes		
Session 12 - Répondre à la violence à l'encontre des adolescentes		
Session 13 - Notre vision pour la communauté		
Session 14 - Aller de l'avant		



PARTIE 3

Les Modules Filles Soleil des tutrices et tuteurs