

Atelier 6 – Les jeunes et la santé sexuelle

Comment aborder des discussions de santé sexuelle avec ma jeune ?

Que faire pour encourager mon jeune prenne les bonnes décisions ?

Comment aborder le sujet lorsque mon jeune refuse d'en parler avec moi ?

Aborder la question de la sexualité avec les adolescents n'est pas toujours simple. Parfois, il peut même nous arriver d'éviter le sujet complètement. Nous pouvons alors être envahis par un sentiment



de gêne ou nous pouvons avoir des craintes de ne pas pouvoir répondre adéquatement aux questions de notre adolescent. Lors des premières expériences intimes, les jeunes vivent beaucoup d'insécurité et se questionnent sur plusieurs sujets. Dites-vous que s'ils ont besoin d'information, ils iront la chercher, que ce soit dans les livres, sur internet, auprès de leurs amis, de leurs frères et sœurs, de vous, d'une intervenante ou de leur partenaire. Si vous donnez une information adéquate et que vous montrez ouvert dans les discussions, vous augmenterez les chances que votre adolescent se tourne vers vous lorsqu'il en aura besoin.

Perspectives de la sexualité à l'adolescence

Les adolescents canadiens n'ont pas leurs premières relations intimes plus tôt que les générations précédentes. Les tendances montrent qu'au cours des dix dernières années, les jeunes ont commencé même légèrement plus tard. En Colombie-Britannique, l'âge moyen est de 16 ans (BC Adolescent Health Survey 2018). Cependant, le fait que la sexualité soit accessible à plusieurs endroits (télévision, musique, revues, internet, etc.) donne l'impression que les adolescents sont plus actifs sexuellement que par le passé.

Les jeunes, eux aussi, peuvent avoir la perception que la majorité des jeunes de 15 ans ont déjà eu leurs premières relations sexuelles. Il peut être intéressant de partager ces informations avec votre adolescent.

Par exemple, vous pourriez lui demander :

- Selon toi, à quel âge les jeunes ont-ils leurs premières relations sexuelles ?
- Crois-tu que les jeunes de ton âge ont déjà eu des relations sexuelles ?

S'il croit que oui, il peut se sentir obligé d'avoir des relations sexuelles, car correspondre à la norme peut être très important pour les adolescents.

Peut-être vous dira-t-elle que tous les jeunes de son âge ont des relations sexuelles, que ce n'est pas comme dans votre temps. Vous pourriez lui répondre qu'il est vrai qu'ils vivent dans une société où la sexualité est plus accessible, mais cela ne veut pas dire que tout le monde est sexuellement

actif. Cependant, ce contexte peut amener les jeunes à ressentir beaucoup de pression pour avoir des relations sexuelles, notamment si des personnes de leur cercle d'amis immédiats ont déjà fait cette expérience.

Quelques conseils utiles

- Insistez sur le fait qu'une relation sexuelle, c'est beaucoup plus qu'une pénétration. C'est d'abord une relation avec l'autre, où le respect du ou de la partenaire occupe une place importante. Ils doivent comprendre qu'une relation sexuelle comporte plusieurs étapes (embrasser, caresser, découvrir le corps de l'autre, etc.) et qu'il n'est pas nécessaire de tout faire la première fois.
- Encouragez des conversations sur une approche critique de la représentation de la sexualité et des relations dans les médias. Par exemple, " Ne trouves-tu pas que cette publicité avec la femme en bikini pour vendre un burger est ridicule? "
- Votre adolescent est mal à l'aise de discuter de sexualité avec vous? Vous pouvez lui dire : "Beaucoup de gens sont gênés de parler de sexualité. Si tu te sens mal à l'aise, je te comprends. Je me sens un peu bizarre aussi, mais je trouve que c'est important que nous en parlions. Que pourrait-on faire pour être moins mal à l'aise? "
- Vous abordez le sujet et votre adolescente est fermée à la discussion? Ne vous découragez pas! Elle réfléchira à ce que vous lui avez dit. L'important, c'est qu'elle sache que vous êtes prêt à discuter.
- Même s'il s'agit d'un sujet important, utilisez l'humour pour détendre l'atmosphère.
- Abordez la sexualité au même titre que les autres sujets, ça fait partie de la vie et ça concerne tout le monde. Lancez la discussion en demandant à votre adolescent ce qu'elle connaît du sujet. Cela vous permettra de vous adapter à sa réalité
- Parlez-lui aussi de ses amis. Pour les adolescents, il est souvent plus facile de discuter d'un sujet en ne parlant pas d'eux-mêmes mais en donnant des exemples concernant un ami ou une amie.
- Votre difficulté à parler d'un sujet ne doit pas vous empêcher de l'aborder. Pour diminuer cet inconfort, exprimez votre malaise à votre adolescent.
- S'il y a des sujets qui vous gênent trop, vous et votre adolescent, assurez-vous qu'il peut en discuter avec d'autres adultes importants pour elle ou proposez-lui d'autres sources (livres, sites internet, etc.).



Pas de réponse ? Pas de problème !

Vous n'aurez pas toujours la réponse à la question de votre adolescent concernant la sexualité que ce soit sur l'attirance, la contraception ou le consentement. Ne vous en faites pas si vous n'avez pas toutes les réponses! Engagez-vous et votre adolescent à chercher la réponse et à revenir sur sa question avec plus d'information. La section ressources vous offre plusieurs sites internet, livres et lignes d'écoute pour vous outiller sur la santé sexuelle.

Les adolescents, la sexualité et la loi

Au Canada, l'âge légal pour consentir à une activité sexuelle est de 16 ans, mais il y a des exceptions pour les jeunes qui ont des relations sexuelles volontaires entre eux.

Si le plus jeune partenaire a 12 ou 13 ans, il ne peut y avoir plus de deux ans de différence entre les partenaires. Ce serait donc illégal pour une personne de 15 ans d'avoir une relation sexuelle avec une personne âgée de 12 ans.

Si le plus jeune partenaire a 14 ou 15 ans, la différence d'âge entre les partenaires doit être inférieure à 5 ans. De plus, le partenaire le plus âgé ne doit pas être en situation d'autorité, de confiance ou d'exploitation envers le plus jeune, et le plus jeune ne doit pas être en situation de dépendance face au partenaire plus âgé. Pour qu'il y ait une poursuite judiciaire, il faut d'abord qu'une plainte soit déposée. Souvent, ce sont les parents de l'un ou de l'autre des jeunes qui font une telle démarche parce qu'ils jugent que cette relation est inadéquate.

Ressources

N'hésitez pas à contacter le personnel de votre école : la conseillère ou le conseiller scolaire, l'enseignante ou la direction de l'établissement scolaire. Votre médecin de famille peut aussi vous aider.

Ressources en français

- * Site internet leSexeetMoi.ca - information fiable en matière de santé sexuelle (puberté, contraception, etc.) et des conseils pour les parents
- * Ligne Parents - [Sexualité chez les jeunes](#)
- * Websérie [On Parle de Sexe](#) - websérie éducative sur la sexualité, destinée aux adolescents.

Livres en français

- * L'encyclo de la vie sexuelle: Ados, par Jean Cohen et al. Hachette Jeunesse, 2009 [Disponible à la bibliothèque BC Children's and Women's Hospital](#)

Ressources en anglais

- * Sex Sense Line - **1-800-739-7367** - Free, pro-choice, sex-positive and confidential service
- * [Ask Roo](#) - user-friendly interactive chatbot that's a perfect handy resource for tweens to adults
- * Web Series [SexEd Schools](#) - A series that explores the birds and the bees with ease in today's digital landscape

Livres en anglais

- * For Goodness Sex: Changing The Way We Talk To Teens About Sexuality, Values, And Health by Al Vernacchio, HarperCollins, 2014. [Order it through Indigo](#)

N.B : Veuillez noter que dans un esprit d'écriture inclusive, l'utilisation du féminin inclut le masculin et l'utilisation du masculin inclut le féminin.

