



DES OUTILS DE PROMOTION ET DE PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SEXUALITÉ JEUNESSE

RENCONTRES DE PARENTS

■ PARLER DE SEXUALITÉ
■ AVEC SON ADOLESCENT :
■ QUELLE EST LA PLACE DU PARENT ?



Guide de l'intervenant



Québec 

Coordination du projet *Mosaik*

Nadia Campanelli, Ministère de la Santé et des Services sociaux

Rédaction

- Geneviève Gagnon, agente de planification, de programmation et recherche
Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière
- Sarah Raymond, agente de planification, de programmation et recherche
Agence de la santé et des services sociaux de Laval

Collaboration

Marie-Andrée Bossé, agente de planification, de programmation et recherche
Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière

Validation

- Danny Gignac, travailleur social, secteur Jeunes en difficulté, Centre de santé et de services sociaux du sud de Lanaudière
- Marie-Chantale Milot, infirmière jeunesse, Centre de santé et de services sociaux du sud de Lanaudière
- Chantal Proulx, infirmière jeunesse, Centre de santé et de services sociaux du sud de Lanaudière
- Alexandre Dussault, agent de relations humaines, Centre de santé et de services sociaux de Laval
- France Thériault, agente de relations humaines, Centre de santé et de services sociaux de Laval

Conception graphique et mise en page

Alphatek

Édition

Le présent document s'adresse spécifiquement aux professionnels du réseau de la santé et des services sociaux et du réseau de l'éducation, ainsi qu'aux intervenants du réseau communautaire et n'est accessible qu'en version électronique à l'adresse :

www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/mosaik

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2015

Bibliothèque et Archives Canada, 2015

ISBN: 978-2-550-69929-3 (version PDF)

Cet outil est rendu disponible grâce à la participation financière du Secrétariat à la Jeunesse dans le cadre de la Stratégie d'action jeunesse 2009-2014.

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2015



TABLE DES MATIÈRES

Parler de sexualité avec son adolescent : Quelle est la place du parent ?	1
Pourquoi concevoir des rencontres de groupe destinées aux parents ?.....	1
Quel est l'objectif des rencontres ?.....	1
Quelles sont les thématiques visées par les rencontres ?	1
Objectifs généraux des trois rencontres	1
Formule privilégiée	2
Stratégies pédagogiques	2
Modèles théoriques.....	2
Pourquoi lui parler des relations sexuelles ? Comment faire ?	5
Mise en contexte.....	5
La rencontre	5
Objectifs de la rencontre	5
Déroulement	6
Matériel nécessaire	6
1. Introduction.....	6
2. Activité brise-glace.....	6
3. Pourquoi les adolescents ont-ils ou n'ont-ils pas de relations sexuelles ?	7
4. Et action !	9
5. Conclusion.....	11
Feuille A	13
Feuille B	15
Feuille C	17
Feuille D	19
Feuille E	21
Feuille F	23
Pourquoi lui parler de contraception ? Comment faire ?	25
Mise en contexte.....	25
La rencontre	25
Objectifs de la rencontre	25
Déroulement	26
Matériel nécessaire	26
1. Introduction et activité brise-glace.....	26
2. Ce qu'un parent doit connaître des méthodes contraceptives!.....	27
3. Que peut-on faire comme parents ?	28

4. Et action!	29
5. Conclusion.....	30
Feuille A	31
Feuille B	33
Feuille C	35
Feuille D	37
Feuille E	39
Pourquoi lui parler du condom ? Comment faire?	41
Mise en contexte.....	41
La rencontre	41
Objectifs de la rencontre	41
Déroulement	41
Matériel nécessaire	41
1. Introduction.....	42
Saviez-vous que ?	42
2. Activité brise-glace.....	42
3. Le condom. Pourquoi oui? Pourquoi non?	43
4. Vrai ou Faux?	44
5. Rôle des parents.....	45
6. Et action!	45
7. Conclusion.....	46
Feuille A	47
Feuille B	49
Feuille C	51
Feuille D	53
Feuille E	55
Notes	57



PARLER DE SEXUALITÉ AVEC SON ADOLESCENT : QUELLE EST LA PLACE DU PARENT ?

POURQUOI CONCEVOIR DES RENCONTRES DE GROUPE DESTINÉES AUX PARENTS ?¹

Les parents ont un rôle important à jouer dans l'éducation à la sexualité de leur jeune. Concrètement, une relation positive et une bonne communication entre les parents et leur adolescent sont des facteurs qui influencent positivement la sexualité de ce dernier (début plus tardif des premières relations sexuelles, nombre moindre de partenaires sexuels, plus grande utilisation du condom ou des autres moyens de contraception, communication accrue entre le jeune et son partenaire amoureux quant à la sexualité, etc.).

Les jeunes désirent que leurs parents les comprennent, les écoutent et acceptent leurs sentiments et leurs opinions. C'est de leurs parents que les jeunes préfèrent recevoir de l'information sur la sexualité plutôt que d'autres sources d'information (amis, école, Internet, médias). Les adolescents sont donc favorables à l'implication de leurs parents dans ce domaine.

Malgré l'importance de parler de sexualité, les parents font face à différents obstacles. En effet, plusieurs ne savent pas quoi dire, quand le dire et comment le dire. Certains se sentent inconfortables d'aborder ce sujet avec leur jeune alors que d'autres craignent la réaction de celui-ci.

Pour soutenir les parents dans certains aspects de leur rôle d'éducateur à la sexualité auprès de leur jeune, des rencontres de groupe ont été créées. Les études ont démontré que les parents ont besoin d'être sensibilisés à l'importance de leur rôle, d'être informés sur différentes thématiques, mais ils ont aussi besoin de développer leurs habiletés pour communiquer avec leur jeune. Les rencontres de groupe sont donc une occasion d'échanger avec d'autres parents et de mettre en pratique certaines habiletés pour aborder le sujet avec leur adolescent.

QUEL EST L'OBJECTIF DES RENCONTRES ?

Ces rencontres ont pour but de promouvoir l'implication des parents afin de favoriser l'adoption et le maintien de comportements sexuels sécuritaires chez les jeunes de 14 à 17 ans. Comment ?

- En suggérant aux parents les divers rôles qu'ils peuvent jouer auprès de leurs adolescents, et ce, selon chaque thématique.
- En leur fournissant des moyens et des outils concrets pour s'impliquer.
- En tenant compte de leurs valeurs et de leur aisance par rapport à chaque thématique.

QUELLES SONT LES THÉMATIQUES VISÉES PAR LES RENCONTRES ?

Les rencontres ont pour thèmes :

- 1) Les relations sexuelles à l'adolescence
- 2) La contraception et la prévention des grossesses
- 3) La promotion du condom et la prévention des ITS

OBJECTIFS GÉNÉRAUX DES TROIS RENCONTRES

Les trois rencontres visent à :

- démontrer aux parents l'importance de leur implication dans la prévention des comportements sexuels sécuritaires chez leurs jeunes ;
- développer des habiletés de communication chez les parents en ce qui concerne les relations sexuelles à l'adolescence et la prévention des grossesses et des ITS ;
- augmenter la communication parent-adolescent sur la sexualité (plus spécifiquement en ce qui concerne les relations sexuelles à l'adolescence, la contraception et les ITS) afin de favoriser l'adoption de comportements sexuels sécuritaires chez les jeunes.

FORMULE PRIVILÉGIÉE

- Groupe de 6 à 10 parents.
- Trois rencontres indépendantes touchant des thèmes différents. Dans le cas où plus d'une rencontre est offerte aux parents, celle sur les premières relations sexuelles pourrait être réalisée en premier.
- Animation conjointe par une infirmière et une personne-ressource dans le domaine psychosocial (travailleur social, agent de relations humaines, sexologue, éducateur spécialisé du CSSS).

STRATÉGIES PÉDAGOGIQUES

Différentes stratégies pédagogiques sont utilisées pour favoriser la participation active et l'intérêt des parents : tempête d'idées, discussion, jeu de rôles, mise en situation, partage d'expériences, etc.

De plus, des bulletins synthèse portant sur les thèmes abordés sont remis aux parents à la fin des rencontres. Ces bulletins leur suggèrent des façons concrètes de s'impliquer auprès de leur jeune.

MODÈLES THÉORIQUES

Lors de la conception d'une intervention, l'utilisation d'un modèle théorique permet de cibler les dimensions à aborder pour favoriser une modification de comportement chez les participants. Idéalement, les interventions développées doivent viser l'ensemble des dimensions proposées dans le modèle théorique. Dans la littérature scientifique, ces dimensions ont démontré avoir un rôle à jouer dans le changement de comportement.

L'utilisation de modèles théoriques pour la conception des rencontres a permis :

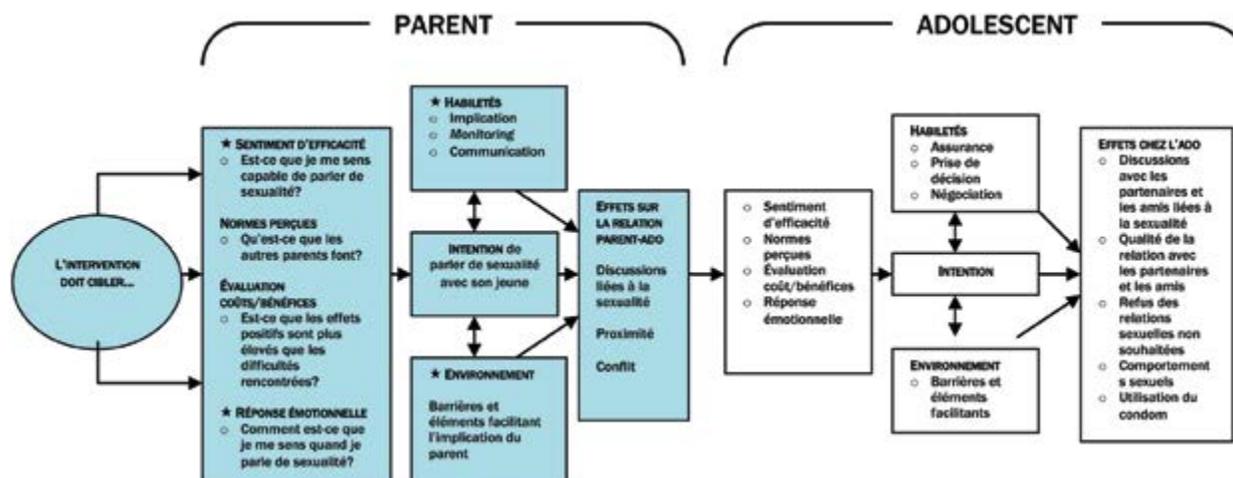
- de déterminer les éléments clés à aborder afin de favoriser le développement d'habiletés parentales visant à augmenter la communication sur la sexualité (sentiment d'efficacité, normes perçues, évaluation coûts/bénéfices, etc.);
- de maximiser l'implication des parents dans cette démarche.

Les rencontres ont été conçues en s'inspirant de deux modèles théoriques :

- 1) un modèle global de changement de comportements;
- 2) un modèle visant l'implication des parents.

Voici deux schémas qui résument ces modèles :

1) Modèle global de changement de comportement²



★ Dimensions principales visées par les rencontres de groupe.

2) Modèle d'implication des parents³

TYPE D'IMPLICATION DES PARENTS						
À la maison				À l'école		
CROYANCES MOTIVATIONNELLES DES PARENTS		PERCEPTIONS DES INVITATIONS À S'IMPLIQUER PROVENANT DES AUTRES			CONTEXTE DE VIE PERÇU PAR LES PARENTS	
Construction du rôle parental	Sentiment d'efficacité comme parent	Invitations générales reçues de l'école	Invitations spécifiques reçues de l'enseignant	Invitations spécifiques reçues de l'enfant	Habilités et connaissances	Temps et énergie
<i>Qu'est-ce que je peux faire comme parent dans l'éducation à la sexualité de mon jeune ? Quel est mon rôle ?</i>	<i>Est-ce que je suis capable de parler de sexualité avec mon jeune ? Quels en seront les effets ?</i>	<i>Invitations positives provenant de l'école = viennent soutenir l'implication des parents.</i>	<i>Invitations spécifiques = agissent comme motivateurs dans l'implication des parents.</i>	<i>Invitations du jeune = augmentent l'implication des parents. Ces derniers désirent répondre aux besoins de leurs enfants.</i>	<i>Est-ce que j'ai les habiletés et les connaissances pour parler de sexualité ? Si j'ai des questions, vers qui puis-je me diriger ?</i>	<i>Temps et énergie à consacrer à ce rôle comparativement à d'autres responsabilités parentales et familiales.</i>

Pour faciliter l'implication des parents dans l'éducation à la sexualité, il faut les amener à⁴ :

- être conscients du rôle important qu'ils ont à jouer auprès de leur jeune ;
- se sentir confiants en leur capacité à communiquer avec leur jeune ;
- posséder les connaissances et les habiletés pour intervenir en matière de sexualité ;
- partager leurs expériences, les normaliser et apprendre de celles des autres parents.

C'est ce que visent ces rencontres auprès des parents !



POURQUOI LUI PARLER DES RELATIONS SEXUELLES ? COMMENT FAIRE ?

MISE EN CONTEXTE⁵

Dans le contexte où les ITS augmentent chez les jeunes de 15 à 24 ans et où les grossesses à l'adolescence sont toujours une réalité, il est nécessaire d'accentuer la prévention auprès des jeunes, et ce, dès l'enfance. Si les jeunes sont ciblés, alors pourquoi intervenir auprès des parents ?

En fait, les jeunes se questionnent dès l'enfance sur différents sujets liés à la sexualité (anatomie, conception, naissance, rôles et stéréotypes, différences entre les garçons et les filles, etc.). Alors qu'ils seront exposés à diverses réalités et situations à l'adolescence (sexualisation de l'espace public, intimidation, consommation de drogues, violence, homophobie, discrimination, etc.), ils ont besoin dès leur jeune âge du soutien de leurs parents.

À cet effet, un climat d'ouverture entre les parents et leur jeune pour discuter de différents sujets permet d'établir des liens avec celui-ci, de favoriser son bien-être et son développement. La communication sur la sexualité, la supervision parentale, une relation de proximité, d'intimité et d'attachement avec son adolescent ont une influence positive sur les comportements sexuels de ce dernier (début plus tardif des premières relations sexuelles, nombre moindre de partenaires sexuels, plus grande utilisation du condom et de la contraception, etc.).

LA RENCONTRE

Tout au long de la rencontre, les parents comprendront qu'ils peuvent jouer différents rôles auprès de leur adolescent au sujet des relations sexuelles.

- Le rassurer dans ses préoccupations face aux relations sexuelles.
- Le soutenir dans sa réflexion sur le fait d'être prêt ou non à avoir des relations sexuelles.
- Réduire la pression concernant la norme des pairs face aux relations sexuelles.
- L'aider à clarifier ce qui est important pour lui dans une relation sexuelle et lui donner les moyens d'y tenir.
- Lui communiquer ce qu'ils souhaiteraient qu'il vive dans ses premières relations sexuelles.

OBJECTIFS DE LA RENCONTRE

Lors de la rencontre, les parents seront en mesure de :

- réfléchir à ce qu'ils souhaitent pour les premières relations sexuelles de leur adolescent ;
- préciser les raisons d'avoir ou non des relations sexuelles à l'adolescence ;
- repérer les obstacles qu'ils peuvent avoir à surmonter pour aborder avec leur adolescent le sujet des relations sexuelles ;
- réagir dans différentes situations que peut vivre leur adolescent en ce qui concerne les premières relations sexuelles ;
- formuler les messages qu'ils souhaitent transmettre à leur adolescent au sujet des relations sexuelles.

DÉROULEMENT

Durée de la rencontre : 120 minutes

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Feuilles A à F imprimées en quantité suffisante
- Crayons en quantité suffisante
- Tableau et crayons (tableau à craie, tableau à feuilles détachables, etc.)

1. INTRODUCTION

Durée : 10 minutes

- Accueillir les participants.
- Vous présenter (nom, occupation et dire pourquoi vous trouvez important que les parents s'impliquent dans la promotion des comportements sexuels sécuritaires chez les jeunes).
- Inviter les participants à se présenter à tour de rôle en indiquant :
 - leur nom ;
 - l'âge et le sexe de leur(s) enfant(s) ;
 - leurs attentes face à la rencontre.

2. ACTIVITÉ BRISE-GLACE

Durée : 30 minutes

Outil : Feuille A

- Distribuer aux parents la **feuille A**. Leur demander de la remplir individuellement.
- Faire un retour sur les trois premières questions de l'activité (voir ci-dessous) en demandant aux parents ce qu'ils ont répondu à chaque question.
- Incrire leurs réponses au tableau et compléter avec les informations ci-dessous.

1) En moyenne, à quel âge les jeunes ont-ils leur première relation sexuelle ?

Contrairement à ce que l'on peut penser, l'âge moyen de la première relation sexuelle n'a que faiblement diminué dans les 30 dernières années. Il se situe entre 16 et 17 ans. À 17 ans, 50 % des jeunes n'ont pas encore eu leur première relation sexuelle⁶. Cependant, le fait que la sexualité est accessible à plusieurs endroits (télévision, musique, revue, Internet, etc.) donne l'impression que les adolescents sont plus actifs sexuellement que par le passé.

Les adolescents, 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 sentir de la pression à avoir des relations sexuelles, car correspondre à la norme peut être très important pour les adolescents. Peut-être vous dira-t-il 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 actif sexuellement. Cependant, ce contexte peut amener les jeunes à ressentir beaucoup de pression à avoir des relations sexuelles, notamment si des personnes de leur cercle d'amis immédiats ont déjà fait cette expérience.

Lorsqu'il est question de relations sexuelles, on pense trop souvent uniquement à la relation avec pénétration vaginale. Cependant, les adolescents doivent savoir 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. Vivre une première relation sexuelle graduellement permet d'apprendre à bien connaître l'autre et ses attentes, de fixer des limites et par conséquent d'être en confiance. De cette façon, il sera plus facile de communiquer, de partager ses craintes, de vivre du plaisir et de pouvoir négocier l'utilisation du condom, par exemple.

2) Selon vous, quel est l'âge souhaitable pour avoir ses premières relations sexuelles ?

La réponse à cette question peut varier en fonction des valeurs et des expériences de chacun. Ce que l'on souhaite pour notre jeune est souvent teinté de nos expériences personnelles, mais aussi de nos craintes et de nos peurs. Il est parfois difficile d'accepter que nos enfants puissent être rendus là !

3) Que souhaitez-vous pour les premières relations sexuelles de votre jeune ?

Vos souhaits sont-ils réalistes ? Croyez-vous que vos attentes correspondent à celles de votre jeune ? Les premières fois ne se passent pas toujours comme on avait imaginé. Il ne faut pas oublier que l'adolescence comporte plusieurs premières fois (premier rendez-vous, premier chum/première blonde, premier baiser, etc.). Il est important de parler à son jeune des émotions que peuvent amener ces premières fois (stress, angoisse, joie, excitation, etc.). Comme parent on a peu de contrôle sur « comment, quand, avec qui et où » vont se dérouler ces premières fois. D'ailleurs, ce que l'on souhaite pour notre jeune n'est pas nécessairement ce qu'il souhaite lui-même. Par contre, le parent a un certain contrôle sur les valeurs et les messages à transmettre à son adolescent. L'implication des parents est primordiale, car elle permet de faire réfléchir et conscientiser leur jeune à ce qu'il veut vivre et de l'aider à faire des choix en fonction de ses valeurs et de ce qui est important pour lui.

- Préciser aux parents que la prochaine activité leur permettra de mieux comprendre les raisons qui amènent les jeunes à avoir ou non des relations sexuelles à l'adolescence.

3. POURQUOI LES ADOLESCENTS ONT-ILS OU N'ONT-ILS PAS DE RELATIONS SEXUELLES ?

Durée: 20 minutes

- Animer une tempête d'idées avec les parents à partir des questions ci-dessous.
- Pour chacune des questions, noter leurs réponses au tableau et compléter au besoin avec les réponses possibles.

Quelles sont les raisons qui amènent les adolescents à avoir des relations sexuelles ?

Réponses possibles⁷: pour démontrer leur amour à leur partenaire, par curiosité, pour expérimenter, pour plaire à leur partenaire, parce qu'ils ressentent de la pression, parce qu'ils sont incapables de dire non, parce que leurs amis ont eu une première relation sexuelle, parce qu'ils croient que tous les jeunes ont fait cette expérience, pour devenir populaires, parce qu'ils sont sous l'influence de drogues ou d'alcool, etc.

Les raisons prédominantes⁸ pour lesquelles les garçons et les filles de troisième et cinquième secondaire ont leur première relation sexuelle sont :

- 1) par amour pour leur partenaire (plus les filles que les garçons)
- 2) par curiosité (plus les garçons que les filles)
- 3) pour se rapprocher du statut d'adulte
- 4) pour vivre le plaisir associé aux relations sexuelles

Y a-t-il de meilleures raisons que d'autres ?

Quelles sont les raisons pour lesquelles les adolescents n'ont pas de relations sexuelles ?

Réponses possibles : parce qu'ils ne sont pas prêts, pour se donner le temps d'établir une relation plus sérieuse, parce qu'ils n'ont pas eu l'occasion, parce qu'ils n'ont pas rencontré la bonne personne, pour ne pas s'inquiéter de la possibilité d'une ITS ou d'une grossesse, pour respecter leurs croyances religieuses ou culturelles, parce qu'ils savent que leurs parents ou leurs amis ne sont pas d'accord, etc.

Les trois principales raisons pour lesquelles les jeunes de troisième et cinquième secondaire n'ont pas encore eu leur première relation sexuelle sont⁹ :

- 1) ils ne sont pas prêts (plus les filles que les garçons)
- 2) ils n'ont pas eu l'occasion (plus les garçons que les filles)
- 3) ils n'ont pas rencontré la bonne personne

À votre avis, les raisons d'avoir ou non des relations sexuelles diffèrent-elles selon le sexe des jeunes ?

- Leur préciser les différences entre les garçons et les filles (indiquées entre parenthèses ci-dessus).

Quelles sont les préoccupations qu'ont les adolescents face aux premières relations sexuelles ?

Réponses possibles¹⁰ : fait d'être partagé entre vouloir essayer et ne pas être certain d'être prêt, crainte de faire rire de lui/d'elle, de ne pas être « bon »/à la hauteur, peur de ne pas choisir le bon moment/le bon endroit, de ne pas avoir assez de temps, de ne pas avoir de méthode de contraception, crainte que le partenaire ne veuille pas utiliser de condom, peur du rejet, peur de déplaire, peur d'être comparé, peur de ne pas savoir quoi faire, peur de se faire refuser, peur de montrer son manque d'expérience, peur d'avoir une réputation, peur de le regretter, peur que ça fasse mal, peur de se mettre nu devant l'autre, peur de ne pas avoir un corps assez beau, peur de ne pas avoir d'érection, peur d'éjaculer trop vite, peur de se faire laisser par la suite, peur que l'autre raconte tout aux autres, etc.

Les adolescents ont beaucoup de craintes face aux premières relations sexuelles et ils ont rarement l'occasion de les nommer. Souvent, les préoccupations des parents ne sont pas les mêmes que celles des adolescents. Contrairement à ce que l'on peut penser, les garçons ne sont pas toujours prêts à avoir des relations sexuelles et ils vivent eux aussi des craintes. La pression de performance est forte pour les garçons (ex. : faire jouir les filles, ne pas éjaculer trop rapidement, avoir l'air expérimenté, être habile, être en contrôle, etc.) et pour les filles (ex. : être attirante et séduisante, avoir un beau corps, être prête à tout essayer, être épilée, être expressive, avoir du plaisir dès la première fois, etc.).

Trouvez-vous important de discuter avec votre adolescent des premières relations sexuelles ?

- Demander aux parents de se référer à la réponse donnée à la question 4 de la feuille A pour répondre.

Les parents sont bien placés pour rassurer leurs jeunes et ils peuvent exprimer clairement leurs attentes et leurs valeurs au sujet des relations amoureuses et sexuelles. Il est important de parler de cette thématique autant aux garçons qu'aux filles.

Les parents doivent aussi tenter de garder une communication ouverte avec leur jeune et continuer à l'aimer et à le soutenir. Le parent, même s'il ne parle pas explicitement de relation sexuelle, a une influence positive sur son jeune. En effet, en plus de la communication sur la sexualité, il s'avère que la supervision parentale ainsi qu'une relation de proximité, d'intimité et d'attachement avec son adolescent agissent sur les comportements sexuels de celui-ci (début plus tardif des premières relations sexuelles, nombre moindre de partenaires sexuels, plus grande utilisation du condom et de la contraception, etc.).

Êtes-vous à l'aise d'aborder avec votre adolescent le sujet des relations sexuelles ?

- Demander aux parents de se référer à la réponse donnée à la question 5 de la feuille A.

Plusieurs parents ne sont pas à l'aise de parler de sexualité avec leur jeune, surtout lorsqu'il s'agit d'aborder les relations sexuelles. Certains parents pensent qu'ils auront à raconter leurs propres expériences ou à donner des détails explicites sur les relations sexuelles. Ce n'est pas le cas. En tant que parent, votre rôle n'est pas de connaître la vie sexuelle de votre adolescent, mais plutôt de vous assurer qu'il est préparé à une vie sexuelle

saine et sécuritaire (ex. : qu'il connaisse les façons de se protéger d'une grossesse ou d'une ITS, qu'il ait des relations sexuelles pour les bonnes raisons, qu'il soit capable de s'affirmer). Votre rôle ne concerne pas l'aspect technique de la relation sexuelle, mais bien l'aspect affectif.

- Conclure l'activité en soulevant les questions suivantes :

Ce n'est pas toujours facile d'aborder avec les jeunes le sujet des relations sexuelles ou de réagir dans certaines situations. Quels sont les obstacles que l'on peut rencontrer ? Qu'est-ce qui pourrait vous aider à être plus à l'aise pour discuter de ce sujet avec vos adolescents ?

4. ET ACTION !

Durée : 50 minutes

Outils : Feuilles B à E

- À partir des mises en situation proposées (**feuilles B à E**), animer une discussion avec les parents. Vous pouvez :
 - 1) Distribuer à chaque parent ou à une équipe de parents une feuille présentant une mise en situation, leur laisser quelques minutes pour réfléchir (deux parents ou deux équipes pourraient avoir une même mise en situation). Recueillir leur réaction à tour de rôle et animer une discussion à partir des questions ci-dessous.
 - 2) Lire chaque situation à voix haute et poser les questions suivantes aux parents :
 - Quelle est votre réaction ?
 - Quels sont les obstacles que peut vivre un parent dans cette situation ?
 - Quels sont les éléments qui pourraient faciliter l'intervention du parent ?
 - La réaction aurait-elle été la même pour un garçon ou pour une fille ?
- Transmettre les messages associés à chaque situation présentée.

Situation 1 – Mathieu et Sophie

L'adolescence est une période où le jeune peut vouloir garder une distance vis-à-vis de ses parents. Ces derniers ne doivent pas percevoir cette nouvelle réalité comme un manque de confiance. Il s'agit plutôt d'un moyen pour l'adolescent de devenir autonome et responsable, à cette période où il passe d'enfant à adulte. Il est normal qu'un adolescent ne souhaite pas tout dévoiler à ses parents. Son jardin secret est précieux.

Malgré tout, il importe de maintenir la discussion avec votre jeune, puisqu'il a encore besoin de vous. Il doit savoir que s'il a des questions, vous serez présent pour l'aider à y répondre.

Pour le parent, cette situation peut être l'occasion de parler avec son jeune de l'éveil amoureux qui se manifeste à l'adolescence : l'amitié, l'amour et le désir sont parfois difficiles à différencier. C'est aussi un moment opportun pour dire à votre adolescent que c'est normal qu'il ne veuille pas aborder ces sujets, mais que vous souhaitez tout de même lui parler des relations amoureuses et sexuelles. Contrairement à ce qu'il pense, vous pouvez comprendre ce qu'il vit.

Situation 2 – Julie et ses copines

L'adolescence est une période où les jeunes construisent leur personnalité. Ils apprennent aussi à s'affirmer à travers différentes expériences. À cette période, le groupe d'amis devient plus important, tout comme le fait d'être accepté et de plaire aux autres.

Pour le parent, cette situation peut être l'occasion de discuter avec son adolescent de ce qu'il ferait et du sentiment qu'il éprouverait s'il était seul à ne pas avoir vécu une expérience en particulier. Chaque adolescent vit ses réalités à son rythme, parfois différemment de celui de ses amis.

Le parent peut également se demander si c'est son rôle d'aborder ce sujet avec son jeune. Dans cette situation, le père se demande si la mère ne serait pas mieux placée pour parler de ce sujet avec sa fille. Et vice versa. Qu'en pensez-vous ? Quel est le rôle du père et de la mère dans l'éducation à la sexualité des jeunes ?

Il est vrai que les mères semblent être celles qui parlent de sexualité avec leurs jeunes. Par contre, les pères gagneraient à s'impliquer davantage, non seulement parce qu'ils ont un rôle à jouer, mais aussi parce que les jeunes disent souhaiter que leur père aborde ce sujet avec eux.

En ce qui concerne les relations amoureuses et sexuelles, le parent, père ou mère, peut demander à son jeune :

- *Qu'est-ce que tu souhaites d'une relation amoureuse ? Qu'est-ce qui est important pour toi ?*
- *Tes amis ont-ils des relations amoureuses ? Ont-ils des relations sexuelles ? Que pensent-ils des jeunes qui ont déjà eu des relations sexuelles ? Que pensent-ils de ceux qui n'en ont pas eues ? Et toi, qu'en penses-tu ?*
- *Te sens-tu obligé d'adopter un comportement pour être accepté par tes amis ? Es-tu capable de t'affirmer devant eux si ton opinion est différente ?*

Le parent peut parler de l'importance de faire ses propres choix, car c'est le jeune uniquement (et non ses amis) qui aura à vivre avec les conséquences positives ou négatives de ses actions.

Le parent doit aussi être attentif afin de détecter si l'influence des amis s'avère négative sur son jeune.

Voici quelques questions à se poser au sujet de son adolescent :

- *Adopte-t-il des comportements qui vont à l'encontre de ses goûts, de ses valeurs et de ses désirs ?*
- *Se sent-il obligé d'adopter un comportement afin de faire partie de la gang ?*
- *Est-il capable de refuser un comportement auquel l'incitent ses amis, est-il capable de s'affirmer devant eux ?*

Situation 3 – Un couple amoureux

Différentes réactions sont possibles face à cette situation. Comme parent, il est important de mettre ses limites et de se faire respecter. Si le parent est en désaccord avec la demande de l'adolescent, il peut s'interroger sur ce qui l'amène à refuser. Bien souvent, derrière une règle se cache un besoin. Il arrive que les parents imposent une règle sans préciser au jeune le besoin derrière leurs craintes ou appréhensions (besoin que tu sois en sécurité, besoin de savoir que tu es prêt[e], besoin de te protéger, etc.).

Un refus sans explications est souvent très frustrant pour l'adolescent. Ce dernier doit être en mesure de comprendre les raisons qui expliquent le refus du parent. Le parent peut également accepter la demande de l'adolescent, mais avec des limites : une fois par mois seulement, lorsque cela fera six mois que vous êtes ensemble, etc. Le parent doit être à l'aise avec sa décision.

Les règles familiales, lorsqu'elles sont connues, appliquées et constantes, ont un effet positif sur l'adolescent. Ces règles démontrent aussi que vous vous souciez de son bien-être. Par ailleurs, il est important que les deux parents, si possible, forment une équipe pour établir et faire appliquer les règles familiales.

Vos jeunes seront probablement en désaccord avec certaines de ces règles (par exemple, refuser à l'adolescent que sa copine couche à la maison). Ils peuvent être fâchés ou déçus face aux règles qui leur sont imposées. Ils peuvent aussi crier à l'injustice si leurs amis ont davantage de permissions. Ils doivent comprendre que ces règles varient d'une famille à l'autre, qu'elles ne sont pas négociables, mais adaptables selon les contextes (permissions).

Situation 4 – Être prêt

Il peut être utile d'utiliser les médias pour enclencher des discussions avec les jeunes. C'est une bonne façon de développer leur esprit critique et de connaître leurs opinions. Qu'est-ce que tu en penses ? Crois-tu que cela se passe ainsi dans la réalité ? D'ailleurs, il est tout à fait normal de se demander si ce que les jeunes regardent à la télévision peut les influencer, surtout lorsqu'il s'agit de sexualité.

En ce qui concerne les premières relations sexuelles, on dit souvent aux jeunes d'attendre d'être prêts avant d'être actifs sur ce plan. Comment les jeunes peuvent-ils savoir s'ils sont prêts à vivre une expérience empreinte de mystères, de craintes, d'attentes et de préoccupations ? Pour aider votre adolescent, vous pouvez l'amener à se poser les questions suivantes (sans l'obliger à vous donner une réponse !):

- Est-ce que tu en as envie ?
- Es-tu dans une situation où les deux partenaires sont engagés et désirent vivre une relation ensemble ?
- Est-ce que tu te sens assez bien avec cette personne pour avoir des relations sexuelles avec elle ? La connais-tu ? Te sens-tu en confiance ? Ressens-tu de la pression ?
- Te sens-tu confortable à parler de relations sexuelles avec ton partenaire ?
- Pour quelles raisons aurais-tu une relation sexuelle ?
- Sais-tu comment faire pour être responsable dans tes relations sexuelles ? Sais-tu comment vous protéger, toi et ton partenaire, des ITS et des grossesses ? Est-ce que tu sais comment te procurer des condoms ? As-tu pensé à utiliser une méthode contraceptive pour éviter une grossesse ?
- Comment te sentirais-tu après une relation sexuelle ? Vivrais-tu des regrets ?

Vous pouvez aussi transmettre des messages-clés à votre jeune :

- Il est important de t'assurer que l'autre ait envie d'avoir des relations sexuelles et de ne pas lui mettre de pression.
- Avoir des relations sexuelles n'est pas la seule preuve d'amour. Faire attention à l'autre, lui téléphoner, être gentil avec lui sont aussi des preuves d'amour.
- Il n'y a pas de temps précis pour savoir quand on est prêt, mais essaie de t'assurer d'avoir le plus de conditions gagnantes pour ne pas le regretter.

5. CONCLUSION

Durée: 10 minutes

Outil: Feuille F

- Pour conclure, demander aux parents ce qu'ils retiennent de la rencontre.
- Les inviter également à réfléchir à deux messages qu'ils aimeraient transmettre à leur adolescent au sujet des premières relations sexuelles.
- Compléter avec les informations suivantes :
 - Il n'y a pas une seule et bonne façon de s'impliquer auprès de son jeune et d'aborder les relations sexuelles.
 - C'est à chaque parent de déterminer les façons qui correspondent le mieux à ses valeurs et à son jeune.
 - Garder en tête les messages que vous souhaitez lui livrer et tenter le plus souvent possible de les traduire dans vos attitudes et vos interventions.
- Leur demander de remplir la feuille portant sur l'évaluation de la rencontre (feuille F) et la récupérer par la suite.
- Leur distribuer le [*Bulletin Mosaïk n° 16: Comment aborder avec mon jeune les premières relations sexuelles?*](#) sur les premières relations sexuelles.
- Remercier les parents de leur participation à la rencontre et les informer de la date et du sujet de la prochaine rencontre, si tel est le cas.



Premières relations sexuelles
FEUILLE A

COMME PARENT, QUE SOUHAITE-T-ON POUR LES PREMIÈRES RELATIONS SEXUELLES DE SON ADOLESCENT ?

1) En moyenne, à quel âge les jeunes ont-ils leurs premières relations sexuelles ?



2) Selon vous, quel est l'âge souhaitable pour avoir ses premières relations sexuelles ?



3) Que souhaitez-vous pour les premières relations sexuelles de votre jeune ?



4) Trouvez-vous important de discuter avec votre adolescent des premières relations sexuelles ?



Pas du tout important

1 2 3 4 5 6 7

Très important

5) Êtes-vous à l'aise d'aborder ce sujet avec votre adolescent ?



Pas du tout à l'aise

1 2 3 4 5 6 7

Très à l'aise



Premières relations sexuelles
FEUILLE B

SITUATION 1 – MATHIEU ET SOPHIE

Depuis quelque temps, vous trouvez que Mathieu, votre ado de 14 ans, a changé. Vous remarquez qu'il semble davantage dans la lune et qu'il envoie plus de messages textes qu'à l'habitude. Lorsque vous discutez avec lui de ses journées à l'école, le nom d'une certaine Sophie revient fréquemment. D'ailleurs, il semble gêné dès qu'il prononce son nom. Peut-être est-il amoureux ?

La semaine dernière, Mathieu a invité Sophie à la maison pour faire des devoirs. Les deux ont étudié dans la chambre de Mathieu, gardant la porte fermée. Vous voulez parler à Mathieu du lien qu'il a avec Sophie et de ce qui se passe dans la chambre. Cependant, dès que vous essayez d'aborder le sujet, votre ado, gêné, trouve autre chose à faire. Il vous demande d'arrêter de lui poser des questions et ajoute qu'après tout, c'est sa vie !

Que faites-vous ?



Premières relations sexuelles
FEUILLE C

SITUATION 2 – JULIE ET SES COPINES

Dimanche dernier, Julie discute avec trois copines dans sa chambre. Une des copines vient de vivre une première relation sexuelle. Curieuses de connaître son expérience, les filles lui demandent comment cela s'est passé. De fil en aiguille, la discussion tourne autour des expériences sexuelles débutantes de chacune et des façons de rencontrer des garçons.

Julie est la seule de sa gang à ne pas avoir eu de *chum*. Elle a déjà embrassé un garçon, sans plus. Elle dit à ses amies qu'elle a hâte elle aussi de vivre une histoire comme ça.

Alors qu'il passait dans le couloir, le père de Julie entend la conversation. Persuadé que sa fille n'a pas encore de relations sexuelles et qu'elle n'est pas au même stade que ses amies, il craint que celles-ci l'influencent.

Préoccupé, il aimerait lui en parler, mais ne sait pas comment aborder le sujet. Peut-être que la mère de l'adolescente serait mieux placée pour le faire. Les amies de Julie sont importantes pour elle : comment lui parler de l'influence qu'elles peuvent avoir ?

Que feriez-vous à la place du père de Julie ?



Premières relations sexuelles
FEUILLE D

SITUATION 3 – UN COUPLE AMOUREUX

Votre fils de 15 ans a une blonde depuis 5 mois. Samedi soir, celle-ci se joint à vous pour un souper familial. Par la suite, le couple adolescent regarde un film au sous-sol.

Un peu plus tard, votre fils remonte vous voir dans le salon et vous demande si sa blonde peut dormir à la maison ce soir.

Surpris, vous ne savez pas quoi dire.

Comment réagissez-vous ? Que lui répondez-vous ?



Premières relations sexuelles
FEUILLE E

SITUATION 4 – ÊTRE PRÊT

Vous regardez du coin de l'œil l'émission qu'écoutent vos adolescents. La sexualité y est très présente. Les jeunes ont déjà eu des relations sexuelles et ils en parlent ouvertement entre eux. Une fille du groupe dit regretter d'avoir eu une relation sexuelle, car elle ne se sentait pas prête. Vous vous demandez ce qu'en pensent vos jeunes, mais vous n'osez pas leur en parler.

Avant d'aller se coucher, votre fille de 14 ans vient vous voir. Elle vous demande comment savoir qu'on est prêt à faire l'amour.

Que lui répondez-vous ?



Premières relations sexuelles
FEUILLE F

**NOUS AIMERIONS CONNAÎTRE VOTRE DEGRÉ DE SATISFACTION AU SUJET
DES ÉLÉMENTS SUIVANTS DE CETTE RENCONTRE :**

	TRÈS INSATISFAISANT ☹☹	INSATISFAISANT ☹	SATISFAISANT ☺	TRÈS SATISFAISANT ☺☺
Thème abordé				
Contenu de la rencontre				
Place faite aux interventions des parents				
Correspondance entre vos besoins et la rencontre				
Qualité de l'animation				
Satisfaction générale				

Commentaires et suggestions

Merci de votre participation !



POURQUOI LUI PARLER DE CONTRACEPTION ? COMMENT FAIRE ?

MISE EN CONTEXTE

Dans le contexte où les ITS augmentent chez les jeunes de 15 à 24 ans et où les grossesses à l'adolescence sont toujours une réalité, il est nécessaire d'accentuer la prévention auprès des jeunes dès l'enfance. Si les jeunes sont ciblés, alors pourquoi intervenir auprès des parents ?¹¹

L'adolescence est une période où plusieurs jeunes commencent leur vie sexuelle. Pour certains d'entre eux, ces relations sexuelles parfois non protégées ou mal protégées peuvent les confronter à une grossesse à l'adolescence. En ce sens, avoir des relations sexuelles à un jeune âge (moins de 14 ans) et avoir plusieurs partenaires sont des facteurs de risque associés à cette réalité. Avoir un enfant à l'adolescence peut entraîner des conséquences et des conditions difficiles qui se répercutent tant chez la mère que chez le bébé. Les mères adolescentes risquent davantage de connaître les situations suivantes : décrochage scolaire, faibles perspectives professionnelles, faible revenu¹². Les interruptions volontaires de grossesse (IVG) ont aussi des conséquences pour les filles et leurs partenaires (répercussions physiques et psychologiques)¹³.

L'attitude des parents et des amis au sujet de la contraception et des relations sexuelles influence les comportements sexuels des jeunes¹⁴. Quand les parents acceptent l'utilisation de la contraception et soutiennent leur jeune en ce sens, celui-ci est plus susceptible d'employer un moyen contraceptif¹⁵.

LA RENCONTRE

Tout au long de la rencontre, les parents comprendront qu'ils peuvent jouer différents rôles auprès de leurs adolescents au sujet de la contraception. Ils pourront les soutenir dans¹⁶ :

- la décision d'utiliser une méthode contraceptive ;
- le choix d'une méthode contraceptive appropriée ;
- l'obtention d'une méthode de contraception ;
- la communication et parfois la négociation quant à l'utilisation de la contraception et à la double protection entre partenaires ;
- l'utilisation de la contraception de façon correcte et constante ;
- le maintien de l'accessibilité à une méthode de contraception.

Les parents comprendront qu'encourager l'utilisation de la contraception ne signifie pas encourager le début des relations sexuelles¹⁷.

OBJECTIFS DE LA RENCONTRE

Lors de la rencontre, les parents seront en mesure de :

- recueillir certaines informations concernant la contraception ;
- reconnaître l'importance d'avoir une attitude favorable face à l'utilisation de la contraception dans les relations sexuelles à l'adolescence ;
- mesurer leur degré d'aisance et préciser leurs craintes face à différents rôles à jouer auprès de leurs adolescents ;
- développer des habiletés pour soutenir leurs adolescents dans l'adoption et l'utilisation d'une méthode de contraception ;
- formuler les messages qu'ils souhaitent transmettre à leurs adolescents au sujet de la contraception.

DÉROULEMENT

Durée de la rencontre : 120 minutes

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Feuilles A à E imprimées en quantité suffisante
- Énoncés de la feuille B découpés et insérés dans une enveloppe pour chaque parent
- Crayons en quantité suffisante
- Tableau et crayons (tableau à craie, tableau à feuilles détachables, etc.)
- Papier collant ou gommette
- Dépliants des ressources de la région pour les jeunes et leurs parents (clinique jeunesse, service de consultation clinique en milieu scolaire, accès au condom, ligne d'écoute, organisme communautaire, etc.)

1. INTRODUCTION ET ACTIVITÉ BRISE-GLACE

Durée : 15 minutes

- Accueillir les participants.
- Vous présenter (nom, occupation et dire pourquoi vous trouvez important que les parents s'impliquent dans la promotion des comportements sexuels sécuritaires chez les jeunes).
- Inviter les participants à se présenter à tour de rôle en indiquant :
 - leur nom ;
 - l'âge et le sexe de leur(s) enfant(s) ;
 - leurs attentes face à la rencontre.
- Si vous avez accès à un support informatique, choisissez parmi ces trois vidéos à présenter aux parents afin d'introduire le sujet.

Pour visionner ces vidéos :

- 1) Aller sur le site www.choisirscontraception.fr
 - 2) Aller dans la section Vidéos
 - 3) Pour la vidéo **Parle à ta mère**, aller à la section La pilule (durée : 72 secondes)
 - 4) Pour la vidéo **Les préservatifs**, aller à la section Spot TV (durée : 31 secondes)
 - 5) Pour la vidéo **Toilettes**, aller à la section Spot TV (durée : 40 secondes)
- Recueillir les réactions des parents et soulever les questions suivantes :
 - Est-ce facile pour les jeunes de parler de contraception avec leurs amis ? Avec leurs parents ?
 - À qui appartient la responsabilité de la contraception ?
 - Introduire le thème de la rencontre en posant les questions suivantes aux parents.

Êtes-vous d'accord à ce que votre garçon ou votre fille utilise la contraception ? Pourquoi ?

Les parents peuvent éprouver des craintes ou faire face à des barrières pour aborder ce sujet avec leurs jeunes : vivre de l'embarras, accepter difficilement que son jeune est ou sera actif sexuellement, penser qu'en parler pourra l'inciter à avoir des relations sexuelles, avoir le sentiment de donner à son adolescent la permission d'avoir des relations sexuelles, trouver son enfant trop jeune, manquer de connaissances sur le sujet, craindre la réaction de son jeune, ignorer comment aborder le sujet, se questionner à propos de la pilule ou autres méthodes contraceptives hormonales (hormones, effets secondaires, oublis), etc.

Parler de contraception avec son jeune ne veut pas dire qu'on l'encourage à avoir des relations sexuelles, mais plutôt qu'on le sensibilise à l'importance d'utiliser une méthode de contraception et de protection lorsqu'il aura des relations sexuelles¹⁸. C'est lui dire que sa santé est importante et qu'il a la responsabilité d'en prendre soin. De plus, la contraception est un outil qui permet d'avoir un enfant au moment désiré et dans des conditions souhaitées.

Est-ce facile pour les parents de parler de contraception avec leurs jeunes ? Est-ce facile pour les jeunes de parler de contraception avec leurs parents ?

Certains jeunes seront fermés alors que d'autres voudront discuter de contraception avec leurs parents. Si les parents n'ont jamais abordé ce sujet avec leurs enfants et qu'ils leur parlent pour la première fois de condom et de contraception, il est possible que le jeune soit intimidé, mal à l'aise et peu ouvert à la discussion. Cependant, cela ne veut pas dire qu'il n'est pas important d'en parler. Il faut adopter des rôles en fonction de son degré de confort. S'il y a malaise, on peut admettre ce fait et exprimer tout de même à son jeune pourquoi on tient à lui parler de ce sujet. Les jeunes peuvent paraître indifférents ou non intéressés, mais cela ne veut pas dire qu'ils ne sont pas soulagés que leurs parents abordent le sujet. D'ailleurs, c'est avant l'âge de 15 ans que les attitudes des parents ont le plus d'influence sur leur jeune¹⁹.

- Leur fournir aussi les informations suivantes :

À partir de 14 ans, selon la loi, un adolescent peut consulter un professionnel de la santé sans l'autorisation de ses parents. Il peut avoir accès à la contraception dans les cliniques des jeunes, les cliniques médicales ainsi qu'auprès des infirmières en milieu scolaire. Cependant, pour bénéficier de l'assurance médicaments, l'adolescent peut avoir besoin d'informer ses parents de sa demande. Il est important qu'un parent le soutienne dans ses démarches. Avant 14 ans, l'autorisation des parents est nécessaire pour une investigation auprès du jeune.

2. CE QU'UN PARENT DOIT CONNAÎTRE DES MÉTHODES CONTRACEPTIVES !

Durée : 25 minutes

Outils : Feuille A et liste des ressources

- Animer une tempête d'idées avec les parents à partir des questions proposées.
- Compléter au besoin avec les informations proposées.

Qu'est-ce qu'une méthode contraceptive ?

Une méthode contraceptive est un moyen utilisé pour empêcher une grossesse.

Qu'est-ce qu'on doit savoir, comme parents, au sujet de la contraception ?

La première chose à connaître est la façon de trouver l'information sur la contraception et les services disponibles (sites Internet, services offerts à la clinique des jeunes, à l'école). Vous n'avez pas à connaître toutes les méthodes contraceptives et leurs modes d'utilisation : les médecins et les infirmières sont en mesure de fournir l'information pertinente. Cependant, si votre jeune vous pose une question et que vous n'avez pas la réponse, vous pouvez l'aider à la trouver ou le diriger vers la bonne personne.

Pouvez-vous nommer des méthodes contraceptives ?

Il existe différentes méthodes contraceptives : pilule, condom, stérilet, timbre, anneau, Dépo-Provera, stérilisation, spermicides, diaphragme, cape, méthodes naturelles (calendrier, méthodes sympto-thermique), etc.

Cependant, ces méthodes ne conviennent pas toutes aux adolescents.

Quelles sont les méthodes convenant le mieux aux adolescents et utilisées par eux ?

Les méthodes contraceptives généralement utilisées par les adolescents sont : la pilule, le condom, le timbre, l'anneau et les injections contraceptives²⁰. C'est le médecin ou l'infirmière qui pourra évaluer quelle méthode est la plus adaptée à chaque personne. Le retrait du pénis avant l'éjaculation n'est pas une méthode de contraception. Pourtant, certains jeunes disent utiliser le retrait comme méthode de contraception.

Le condom est la seule méthode comportant deux fonctions : contraception et protection. C'est-à-dire qu'en plus d'empêcher la grossesse, il empêche la transmission d'infections transmises sexuellement (ITS). Mentionner aux parents (si tel est le cas) que leur rôle dans la promotion du condom et la protection contre les ITS à l'adolescence sera abordé plus en détail lors d'une prochaine rencontre.

- Distribuer aux parents la **feuille A** qui résume les principales méthodes contraceptives pouvant être utilisées par les adolescents, leur mode d'utilisation et leur efficacité ainsi que des dépliants contenant une **liste des ressources** dans la région.
- Prendre quelques minutes pour répondre à leurs questions au sujet de ces méthodes, si tel est le cas. Axer l'intervention sur le fait qu'ils n'ont pas à connaître toutes ces méthodes. L'information sur cette feuille et la liste de ressources les aideront à répondre à leurs questions et à celles de leurs jeunes et à les guider vers les services appropriés.
- Conclure l'activité à partir des éléments suivants :

L'utilisation de la contraception de la part des jeunes dépendra de plusieurs facteurs²¹ :

- *leurs connaissances (que savent-ils au sujet de la contraception ?);*
- *leurs craintes de contracter une ITS ou d'avoir une grossesse (croient-ils qu'ils risquent de contracter une ITS ou d'avoir une grossesse ?);*
- *leur perception des conséquences d'une grossesse et des ITS (sont-ils conscients des conséquences qui en découlent ?);*
- *leurs attitudes, valeurs et croyances à l'égard de la contraception (que pensent-ils de l'utilisation de la contraception);*
- *ce qu'en pensent leurs amis (sont-ils favorables à l'utilisation de la contraception ?);*
- *leur aisance à l'utiliser (se sentent-ils confortables de mettre un condom ou de prendre la pilule ?);*
- *leur capacité à refuser d'avoir une relation sexuelle sans contraception (sont-ils en mesure de refuser une relation sexuelle non protégée ? Sont-ils capables d'en parler avec leur partenaire ?);*
- *la communication qu'ils ont avec leurs parents à ce sujet (leurs parents sont-ils en faveur de l'utilisation de la contraception ? Leur en parlent-ils ?).*
- Mentionner aux parents qu'il ne suffit pas que les jeunes possèdent des condoms ou connaissent l'existence de la pilule pour qu'ils utilisent une méthode contraceptive. L'utilisation d'une telle méthode implique que votre jeune adopte plusieurs comportements²² :
 - 1) Prendre la décision d'utiliser une méthode contraceptive.
 - 2) Choisir une méthode contraceptive appropriée.
 - 3) Obtenir une méthode de contraception.
 - 4) Communiquer et parfois négocier l'utilisation de la contraception et de la double protection entre partenaires.
 - 5) Utiliser la contraception de façon adéquate et constante.
 - 6) Avoir accès à une méthode de contraception de façon continue.
- Inscrire ces étapes au tableau et dire aux parents qu'ils peuvent soutenir leur jeune à chacune de ces étapes. Mais comment ?

3. QUE PEUT-ON FAIRE COMME PARENTS ?

Durée : 30 minutes

Outils : Feuilles B et C

- Expliquer aux parents que le but de la prochaine activité est de leur présenter les différents rôles qu'ils peuvent jouer auprès de leurs jeunes.
- Leur distribuer une enveloppe contenant 10 rôles (**feuille B**) qu'ils peuvent jouer auprès de leurs jeunes au sujet de la contraception et la **feuille C**.
- Leur demander de lire chacun des 10 énoncés sur la feuille B.
- Mentionner aux parents qu'ils doivent classer ces 10 rôles en deux colonnes :
 - 1) Ceux qu'ils se sentent **très à l'aise** de jouer auprès de leurs jeunes.
 - 2) Ceux qu'ils ne se sentent **pas du tout à l'aise** de jouer auprès de leurs jeunes.
- Animer ensuite une discussion à partir des questions suivantes :
 - Pourquoi certains rôles sont-ils plus difficiles à jouer que d'autres ?
 - Quelles sont les craintes que l'on peut avoir face à ces différents rôles ?

- Est-ce que le niveau d'aisance varie d'une personne à l'autre ?
 - Quelles peuvent être les réactions possibles des jeunes face aux différentes interventions de leurs parents ?
- Compléter la discussion avec les éléments suivants :

Pour aborder ce sujet avec ses adolescents, il est important d'être conscients des obstacles qui peuvent rendre difficile la communication sur la contraception. Pour vaincre ces obstacles, on peut réfléchir à ce qu'on souhaite concrètement leur livrer comme message et aux rôles qu'on est prêts à jouer pour les soutenir.

Il n'y a pas une seule et bonne façon de s'impliquer. C'est à chaque parent de déterminer comment il désire le faire, selon ses valeurs et ce qu'il connaît de son jeune. Les parents peuvent amener les jeunes à réfléchir à leurs valeurs et à développer des habiletés à prendre des décisions éclairées. La prochaine activité pourra concrètement outiller les parents en ce sens.

4. ET ACTION !

Durée : 40 minutes

Outils : Feuille D

- Former quatre équipes, deux équipes composées de parents de garçons et deux équipes composées de parents de filles²³. Distribuer à chaque équipe la feuille D, proposant une situation. Demander aux parents de discuter de leurs réactions et de leurs actions face à la situation.
- Animer une première discussion à partir des deux premières situations en demandant à l'équipe de parents de garçons de lire la situation qui leur a été proposée et de donner leurs réactions et actions. Demander ensuite à l'équipe de parents de filles de faire la même chose.
- Vous pourriez également lire la première situation à voix haute et demander aux parents de garçons leurs réactions et faire de même avec la situation de parents de filles.
 - Que peut-on faire comme parent dans ces situations ?
 - Est-ce facile d'intervenir dans ces situations ? Pourquoi ?
 - Quels sont les obstacles que l'on peut rencontrer ?
 - Qu'est-ce qui peut être aidant ?
- Répéter le même processus avec les deux autres situations.
- Transmettre les messages qui suivent pour chacune des discussions.

Discussion 1

À qui appartient la responsabilité de la contraception ?

Il est important de faire comprendre à vos adolescents que la contraception doit être une responsabilité partagée. Même si c'est la fille qui vit la grossesse, le garçon est lui aussi responsable de la conception et de l'enfant à naître (si tel est le cas). Les garçons doivent être sensibilisés à leur fertilité, ce pouvoir de donner la vie, souvent difficile à saisir pour eux. Le condom demeure la seule façon pour eux de ne pas être confrontés à une grossesse. Avant d'avoir des relations sexuelles, les jeunes devraient discuter ensemble des moyens qu'ils prendront pour éviter une grossesse et les ITS. La double protection devrait être encouragée en tout temps. Si la fille ne prend pas de moyen contraceptif et que les partenaires n'ont pas de condom avec eux, ils ne devraient pas avoir de relations sexuelles. Cependant, ils ont d'autres options qui s'offrent à eux : baisers, caresses, masturbation mutuelle, etc.

Il est important de dire à son jeune que le condom est la seule méthode qui protège des ITS. Donc, si la fille utilise une méthode de contraception, comme la pilule, il est quand même nécessaire d'utiliser un condom. Dans un monde idéal, le condom devrait être utilisé en tout temps. Pourquoi ? Parce que les tests de dépistage ne décèlent pas toutes les ITS, que l'exclusivité de la relation n'est jamais certaine et que des circonstances peuvent affecter l'efficacité de la contraception hormonale et sa prise régulière. Par contre, on sait très bien que ce n'est pas toujours réaliste. Les jeunes devraient du moins utiliser un condom jusqu'au moment où les deux partenaires passent des tests de dépistage, pour autant que leur relation est exclusive.

Discussion 2

Dans le cas de relations sexuelles non protégées ou dans le cas d'une mauvaise utilisation de la contraception (glissement ou bris de condom, oubli de pilule), quelles sont les options qui s'offrent aux jeunes ?

Préciser aux parents que les grossesses à l'adolescence s'expliquent par la résistance à la contraception, soit qu'aucune méthode n'a été utilisée, soit qu'elle n'a pas été utilisée adéquatement (oublis de pilules, interruption de la contraception, etc.).

La contraception orale d'urgence (COU) (ex. : Plan B) est un ensemble de comprimés à prendre par voie orale dans les 5 jours suivant une relation sexuelle non protégée (condom déchiré, oubli de pilule contraceptive, absence de moyen de protection). Cette méthode était auparavant appelée « pilule du lendemain ». Certains croient, à tort, qu'elle doit être utilisée dans les 48 heures. Cependant, plus elle est prise tôt et plus elle est efficace. Il ne s'agit pas d'une méthode de contraception, mais d'une contraception orale d'urgence qui peut éviter une grossesse en empêchant l'ovulation ou l'implantation de l'œuf fécondé.

La COU peut être offerte par le pharmacien, l'infirmière de l'école secondaire, la clinique jeunesse, de même que les médecins. Une adolescente qui désire la COU doit y avoir accès rapidement (les pharmacies sont souvent ouvertes les soirs et les fins de semaine). La COU est gratuite à l'école, dans les cliniques jeunesse et les CLSC. À la pharmacie, elle peut être obtenue moyennant certains coûts.

Dans le cas d'une grossesse, il y a différentes possibilités : recourir à l'interruption volontaire de grossesse (IVG) ou ce qu'on appelle l'avortement, garder l'enfant ou le confier pour adoption.

L'IVG est une intervention chirurgicale qui permet de mettre fin à la grossesse. Au Québec, elle peut être pratiquée jusqu'à la 22^e semaine de grossesse. Idéalement, elle doit être réalisée le plus tôt possible (avant la 14^e semaine). Il est préférable pour la personne d'être accompagnée au moment de l'intervention.

L'IVG est gratuite. Au besoin, contacter le CSSS de votre région (qui pratique l'IVG jusqu'à 14 semaines de grossesse) pour connaître les endroits où est pratiquée cette intervention.

- Conclure l'activité à l'aide des informations suivantes :

Il peut y avoir différentes façons de réagir à une même situation. La façon dont les messages sont transmis (ne pas juger, écouter, utiliser l'humour, avoir de l'ouverture) et le contexte (trouver un bon moment, partir d'une situation imaginée, attendre d'être seul avec son jeune, etc.) peuvent faciliter l'implication des parents. Avoir un minimum d'informations et connaître des ressources peuvent également être des éléments aidants.

5. CONCLUSION

Durée: 10 minutes

Outil: Feuille E

- Pour conclure, demander aux parents ce qu'ils retiennent de la rencontre.
- Leur demander également de réfléchir à deux messages qu'ils aimeraient transmettre à leur adolescent au sujet de la contraception.
- Compléter à l'aide des informations suivantes :
 - Les parents ont un rôle à jouer bien avant que leur jeune ne soit actif sexuellement (informer), juste avant (approuver, rendre accessible la contraception) et une fois qu'il l'a été (encourager le maintien de la contraception).
 - C'est à eux de voir les rôles qu'ils sont prêts à jouer en fonction de leurs valeurs, de leur niveau d'aisance et de leur jeune.
 - Cependant, qu'ils soient d'accord ou non avec le fait que leurs jeunes aient des relations sexuelles, ils doivent garder en tête qu'il est plus facile de s'impliquer dans l'utilisation de la contraception que lorsque survient une grossesse ou une ITS.
- Leur demander de remplir la feuille portant sur l'évaluation de la rencontre (**feuille E**) et la récupérer par la suite.
- Leur distribuer le *Bulletin Mosaïk n° 17: Comment parler de contraception avec mon jeune ?* sur la contraception.
- Remercier les parents de leur participation à la rencontre et les informer de la date et du sujet de la prochaine rencontre, si tel est le cas.



Contraception
FEUILLE A

INFORMATIONS UTILES SUR LES MÉTHODES CONTRACEPTIVES²⁴

MÉTHODE	QU'EST-CE QUE C'EST ?	QUELLE EST SON EFFICACITÉ ?	OÙ SE LA PROCURER ?
Condom	Gaine en latex qui se déroule sur le pénis afin d'empêcher le sperme de pénétrer dans le vagin.	97 % si utilisé correctement	À la pharmacie, auprès d'une infirmière scolaire, dans les machines distributrices, au CLSC, à la maison des jeunes, etc.
Pilule	Comprimé à prendre oralement qui libère des hormones empêchant l'ovulation. Doit être prise tous les jours, à la même heure, si boîte de 28 pilules. Si boîte de 21 pilules, on prend une pilule tous les jours pendant 21 jours et on arrête 7 jours (période des menstruations); on recommence par la suite.	99,9 % si utilisée correctement	À la pharmacie avec une ordonnance médicale ou une ordonnance de l'infirmière.
Anneau	Anneau souple de plastique transparent inséré dans le vagin où il libère des hormones féminines. Doit être inséré dans le vagin durant trois semaines, retiré pendant une semaine (période des menstruations). Après les menstruations, un nouvel anneau est inséré pour trois autres semaines, et ainsi de suite.	99 % si utilisé correctement	À la pharmacie avec une ordonnance médicale ou une ordonnance de l'infirmière.
Timbre contraceptif	Timbre carré de 4 cm sur 4 cm qui adhère à la peau pour libérer des hormones féminines. Il faut en coller un par semaine, trois semaines sur quatre (la quatrième semaine étant la période des menstruations). Il peut être appliqué sur le ventre, sur les épaules ou au bas du dos (jamais près d'un sein).	99 % si utilisé correctement	À la pharmacie avec une ordonnance médicale ou une ordonnance de l'infirmière.
Dépo-Provera	Méthode contraceptive hormonale administrée par injection par un médecin ou une infirmière dans le muscle du bras ou de la fesse toutes les 12 à 13 semaines. Cette méthode contraceptive peut causer l'arrêt des menstruations.	99,7 %	À la pharmacie avec une ordonnance médicale ou une ordonnance de l'infirmière.

INFORMATIONS SUR LA CONTRACEPTION ORALE D'URGENCE (COU) ET L'INTERRUPTION VOLONTAIRE DE GROSSESSE (IVG)²⁵

INFORMATIONS SUR :	QU'EST-CE QUE C'EST ?	QUAND Y AVOIR RECOURS ?	OÙ SE LA PROCURER ? OÙ ALLER ?
Contraception orale d'urgence (COU)	Ensemble de comprimés à prendre par voie orale à la suite d'une relation sexuelle non protégée afin de prévenir une grossesse non désirée.	Doit être prise dans les 5 jours suivant une relation sexuelle non protégée (aucun moyen de protection ni de contraception utilisé, oubli de pilules contraceptives, condom déchiré). Plus elle est prise tôt après une relation sexuelle non protégée et plus elle sera efficace. À savoir : la COU est gratuite à l'école, dans les cliniques jeunesse et les CLSC. À la pharmacie, elle peut être obtenue moyennant certains coûts.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Pharmacie ■ Infirmière de l'école ■ Clinique du CLSC ■ Cabinets de médecin
Interruption volontaire de grossesse (IVG)	Intervention chirurgicale qui permet de mettre fin à la grossesse.	Idéalement, elle doit être pratiquée le plus tôt possible. À savoir : l'IVG est gratuite. Il est préférable pour la personne d'être accompagnée au moment de l'intervention.	<ul style="list-style-type: none"> ■ CSSS, hôpitaux, etc. <p>Les services sont variables d'une région à l'autre. Au besoin, contacter le CSSS de votre région pour connaître les endroits où est pratiquée cette intervention.</p>

RESSOURCES DISPONIBLES POUR LES JEUNES ET LEURS PARENTS

- CLSC
- Clinique d'IVG
- Clinique jeunesse
- Clinique jeunesse dans les écoles secondaires
- Pharmacie
- Clinique médicale

SITES INTERNET

www.masexualite.ca

www.jeunesensante.ca

www.choisirsacontraception.fr



Contraception
FEUILLE B

CONSIGNES À L'INTERVENANT (À FAIRE AVANT LA RENCONTRE)

- Photocopier une feuille par parent
- Découper les énoncés
- Mettre dans une enveloppe (une enveloppe contenant les 10 énoncés sera remise à chaque parent)

Parler à votre jeune de l'importance d'utiliser une méthode contraceptive lorsqu'il aura des relations sexuelles, lui expliquer que ce comportement lui évitera d'être confronté à une grossesse.



Demander à votre fille si elle a des effets secondaires liés à sa méthode contraceptive et vous assurer qu'elle utilise adéquatement cette méthode.



Donner à votre jeune un dépliant d'information sur les méthodes contraceptives et les ressources disponibles.



Aller à la pharmacie avec votre fils pour l'aider à choisir des condoms.



Demander à votre jeune s'il a parlé de contraception avec son partenaire. Sinon, l'aider à trouver des façons de lui en parler.



Accompagner votre fille à la clinique jeunesse pour qu'elle obtienne une méthode de contraception.



Payer la méthode de contraception de votre fille ou lui parler des assurances dont elle peut bénéficier (contraception hormonale).



Parler avec votre jeune des différentes façons de réagir pour refuser d'avoir des relations sexuelles non protégées.



Demander à votre jeune comment il réagirait s'il était confronté à une grossesse durant son adolescence.



Expliquer à votre jeune comment utiliser un condom.





Contraception
FEUILLE C

JE SUIS À L'AISE

JE NE SUIS PAS À L'AISE



Contraception
FEUILLE D

CONSIGNES À L'INTERVENANT (AVANT LA RENCONTRE)

- Découper chacune des situations.
- Lors de l'activité, former quatre équipes, deux équipes composées de parents de garçons et deux équipes composées de parents de filles.
- Distribuer à chaque équipe une situation correspondant à leur groupe.

DISCUSSION 1

Situation pour des parents de garçons

Vous parlez à votre garçon de l'importance d'utiliser un condom lors des relations sexuelles, vous lui offrez même d'aller avec lui en acheter. Il vous répond qu'il n'aime pas cela, les condoms, la fille n'a qu'à prendre la pilule.

Ma réaction.

Mon action.

Situation pour des parents de filles

Vous parlez à votre fille de l'importance d'utiliser un moyen de contraception comme le condom si elle décide d'avoir des relations sexuelles avec son chum. Elle vous dit que si elle demande à son chum de mettre un condom, il refusera d'avoir des relations sexuelles avec elle.

Ma réaction.

Mon action.

DISCUSSION 2

Situation pour des parents de garçons

Votre garçon vous annonce que sa blonde est peut-être enceinte.

Ma réaction.

Mon action.

Situation pour des parents de filles

Votre fille vous dit qu'elle pense être enceinte.

Ma réaction.

Mon action.



Contraception
FEUILLE E

**NOUS AIMERIONS CONNAÎTRE VOTRE DEGRÉ DE SATISFACTION AU SUJET
DES ÉLÉMENTS SUIVANTS DE CETTE RENCONTRE :**

	TRÈS INSATISFAISANT ☹☹	INSATISFAISANT ☹	SATISFAISANT ☺	TRÈS SATISFAISANT ☺☺
Thème abordé				
Contenu de la rencontre				
Place faite aux interventions des parents				
Correspondance entre vos besoins et la rencontre				
Qualité de l'animation				
Satisfaction générale				

Commentaires et suggestions

Merci de votre participation !



POURQUOI LUI PARLER DU CONDOM ? COMMENT FAIRE ?

MISE EN CONTEXTE²⁶

Dans le contexte où les ITS augmentent chez les jeunes de 15 à 24 ans, il est nécessaire d'accentuer la prévention auprès d'eux, et ce, dès l'enfance. Si les jeunes sont ciblés, alors pourquoi intervenir auprès des parents ?

Les parents peuvent rencontrer différents obstacles lorsque vient le temps d'aborder avec leur jeune le sujet de la sexualité, entre autres, lorsqu'il s'agit de parler de l'utilisation du condom. Les parents ne savent pas toujours quoi dire, comment le dire et, surtout, comment entreprendre la conversation. Quel est le rôle des parents dans la promotion du condom et la prévention des ITS chez les adolescents ?

Il est intéressant pour un parent de savoir que son implication auprès de son jeune est importante. En effet, la communication sur la sexualité, la supervision parentale ainsi qu'une relation de proximité et d'attachement avec son jeune ont une influence positive sur les comportements sexuels du jeune, notamment en ce qui a trait au nombre de partenaires sexuels ainsi qu'à l'utilisation du condom et de la contraception.

LA RENCONTRE

Tout au long de la rencontre, les parents comprendront qu'ils peuvent jouer différents rôles auprès de leur adolescent au sujet du condom et des ITS. Ils pourront notamment le soutenir dans :

- la décision d'utiliser des condoms ;
- l'obtention des condoms ;
- le maintien de l'accessibilité au condom ;
- la négociation efficace de l'utilisation du condom ;
- l'utilisation adéquate et constante du condom.

OBJECTIFS DE LA RENCONTRE

Lors de la rencontre, les parents seront en mesure de :

- recueillir certaines informations concernant les ITS et le condom ;
- nommer les barrières rencontrées pour parler d'ITS et du condom à leurs adolescents ;
- déterminer les rôles à jouer auprès de leurs adolescents face aux différents comportements que ces derniers doivent adopter pour utiliser le condom ;
- développer des habiletés pour soutenir leurs adolescents dans l'utilisation du condom et la prévention des ITS ;
- formuler les messages qu'ils souhaitent transmettre à leurs adolescents au sujet des ITS et de l'utilisation du condom.

DÉROULEMENT

Durée de la rencontre : 120 minutes

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Feuilles A à E imprimées en quantité suffisante
- Situations proposées sur les feuilles supports B et D découpées
- Crayons en quantité suffisante
- Deux cartons de couleurs différentes par parent (un où il est écrit VRAI et un où il est écrit FAUX)

- Bol ou sac pour piger des cartons
- Tableau et crayons (tableau à craie, tableau à feuilles détachables, etc.)
- Liste des cliniques jeunesse ou des endroits dans la région où il est possible de passer un test de dépistage pour les ITS

1. INTRODUCTION

Durée: 15 minutes

- Accueillir les participants.
- Vous présenter (nom, occupation et dire pourquoi vous trouvez important que les parents s'impliquent dans la promotion du condom et la prévention des ITS).
- Inviter les participants à se présenter à tour de rôle en indiquant :
 - leur nom ;
 - l'âge et le sexe de leur(s) enfant(s) ;
 - leurs attentes face à la rencontre.
- Si vous avez accès à un support informatique, voici deux vidéos qu'il est possible de présenter aux parents afin d'introduire le sujet :

Pour visionner la vidéo présentant une discussion père-fils sur le condom :

- 1) Aller sur le site www.choisirscontraception.fr
- 2) Aller dans la section Vidéos
- 3) Pour la vidéo **Entre hommes**, aller à la section Le préservatif

Pour visionner la vidéo humoristique sur le condom :

- 1) Aller sur le site www.youtube.com
 - 2) Taper le groupe de mots clés « funny condom commercial »
 - 3) Le titre de la vidéo est **Extremely funny condom commercial**
- Réaliser un bref retour sur les vidéos à l'aide des questions suivantes :
 - Qu'est-ce qui vous frappe le plus dans ces situations ?
 - Qu'avez-vous remarqué dans l'attitude du parent ? Du jeune ?
 - Quelles émotions étaient présentes ?
 - Si vous n'avez pas accès à un support informatique, vous pouvez lire, afficher, ou imprimer et déposer sur les tables les énoncés « Saviez-vous que ? » et recueillir les réactions des parents.
 - Qu'en pensent-ils ?
 - Sont-ils étonnés ?

SAVIEZ-VOUS QUE ?

- Au secondaire, un garçon sur cinq (1/5) accepterait d'avoir une relation sexuelle avec un partenaire qui ne voudrait pas utiliser le condom²⁷.
- Les filles sont davantage embarrassées d'acheter des condoms que les garçons²⁸.
- Les filles évoquent souvent la gêne pour n'avoir ni négocié, ni utilisé le condom²⁹.
- Les garçons évoquent avoir eu une trop forte excitation pour n'avoir ni négocié, ni utilisé le condom³⁰.

2. ACTIVITÉ BRISE-GLACE

Durée: 10 minutes

Outil: Feuille A

- Distribuer aux parents la **feuille A** et leur demander de la compléter individuellement. Leur préciser qu'ils n'auront pas à remettre la feuille ni à partager leurs réponses.
- Vous pouvez aussi lire les différents énoncés à voix haute en demandant aux parents de répondre mentalement aux questions.
- Faire un retour sur l'activité à l'aide des questions suivantes et compléter au besoin avec les informations proposées ci-dessous :

Qu'ont en commun ces situations ?

La prise de risques. Prendre un risque, c'est accepter de s'exposer à une situation qui peut amener des conséquences.

Est-ce que certaines de ces situations comportent de plus grands risques que d'autres ? De plus grandes conséquences ?**Comme parents, craignez-vous la prise de certains risques plus que d'autres pour votre jeune ?**

L'adolescence est une période de découvertes. L'adolescent désire expérimenter de nouvelles réalités qui peuvent l'amener à tester ses limites et à vivre de nouvelles émotions. Comme parent, rappelez-vous votre adolescence. À cette période, vous avez probablement aussi été exposé à de nouvelles situations pouvant comporter certains risques et vous avez eu à prendre des décisions.

Comment réagiriez-vous si vos jeunes prenaient certains de ces risques ?

Des risques, chacun d'entre nous en prend, et ce, de différentes façons. Parfois, on prend des risques de manière consciente, par exemple lorsqu'on est à la recherche d'un plaisir ou d'une sensation forte. Pour la sexualité, c'est un peu la même chose : nous pouvons être amenés à vivre une situation qui procure du plaisir, mais qui peut aussi présenter des risques : le risque de ne pas être prêt, le risque d'être déçu, le risque de décevoir l'autre, le risque de ne pas aimer, le risque de faire rire de soi, le risque d'être rejeté, etc. Vivre une relation sexuelle, c'est aussi accepter des risques liés à la santé, notamment celui de contracter une ITS.

Pour un jeune, un comportement qui entraîne un risque pour sa « santé » (ici le risque étant de contracter une ITS) n'est pas une réalité tangible. Par contre, le risque de faire rire de lui par des amis s'il refuse un comportement, le risque de se faire étiqueter ou le risque de perdre son amoureux ou amoureuse sont des risques bien réels et importants pour l'adolescent.

Bien que certains jeunes se disent, par pensée magique, que, quelles que soient leurs pratiques sexuelles, rien ne leur arrivera, il est possible et souhaitable d'adopter des comportements à moindre risque. Comment ? En utilisant le condom. Par contre, l'utilisation du condom dépend d'une foule de facteurs que nous verrons ensemble tout au long de la rencontre.

3. LE CONDOM. POURQUOI OUI ? POURQUOI NON ?

Durée : 15 minutes

- Animer une tempête d'idées avec les parents à partir des questions ci-dessous.
- Recueillir et noter leurs réponses au tableau.

Selon vous, pour quelles raisons les jeunes n'utilisent pas de condom dans leurs relations sexuelles ?

Réponses possibles : relation sexuelle non planifiée, absence de condom en sa possession, utilisation d'une autre méthode de contraception³¹, consommation d'alcool ou de drogues³², coût élevé, odeur désagréable, gêne d'en parler avec le ou la partenaire, refus du partenaire de l'utiliser, partenaire qui dit avoir déjà passé un test de dépistage, gêne de s'en procurer, crainte d'être perçu comme une personne qui a plusieurs partenaires sexuels et qui a peut-être une ITS, réduction des sensations, irritation vaginale (si le condom n'est pas lubrifié, par exemple), réaction allergique au latex, perte d'érection, diminution de la spontanéité, peu familier avec la façon de l'utiliser, etc.

Selon vous, pour quelles raisons les jeunes décident d'utiliser le condom ?

Réponses possibles : méthode de protection contre les ITS, méthode de contraception pour éviter une grossesse, méthode qui démontre une preuve de respect pour la santé et le bien-être de l'autre et de soi, méthode qui retarde l'éjaculation, méthode valorisée des parents et des amis, méthode efficace, méthode accessible, méthode peu coûteuse, méthode facile à utiliser, méthode facile à transporter, variété de condoms disponible, etc.

- Compléter avec les informations proposées ci-dessous.

Lorsqu'un adolescent choisit le condom comme méthode de protection, il fait face à différentes barrières qui peuvent en freiner l'utilisation. La décision du jeune peut être influencée par son environnement (ce qu'en pensent sa famille, ses amis, facilité ou non à s'en procurer, etc.), ses propres attitudes face au condom, ses peurs quant à sa capacité de l'utiliser, ses habiletés pour le faire³³. Pour utiliser le condom, il ne suffit pas d'en avoir sur soi!

4. VRAI OU FAUX ?

Durée: 20 minutes

Outil: Cartons de couleur

- Souligner aux parents que pour faciliter la promotion du condom auprès de leur adolescent, il est important de posséder certaines connaissances minimales sur les infections transmises sexuellement (ITS).
- Remettre à chaque parent deux cartons de deux couleurs différentes, l'une signifiant que l'énoncé est vrai, l'autre que l'énoncé est faux.
- Lire les phrases à voix haute, en demandant aux parents de lever le carton correspondant à leur réponse.
- Compléter au besoin avec les informations fournies ci-dessous.

Le principal symptôme de plusieurs ITS est l'absence de symptôme.

VRAI³⁴. *Plusieurs personnes pensent à tort que si elles n'ont pas de symptômes (rougeur, démangeaison, boutons, etc.), elles ne sont pas atteintes d'une ITS. Par contre, la majorité des personnes infectées n'en ont... aucun! Une ITS non traitée peut entraîner l'infertilité³⁵. C'est pourquoi il est important que les jeunes connaissent les ressources pour se faire dépister afin d'éviter des conséquences à long terme.*

Les jeunes doivent aussi savoir qu'il est possible d'être réinfectés à plusieurs reprises, et ce, du même partenaire, d'un partenaire différent ou d'une même ITS³⁶.

La chlamydia et la gonorrhée sont les deux ITS les plus fréquentes chez les jeunes.

VRAI. *Chlamydia, gonorrhée... peut-être n'avez-vous jamais entendu ces noms. Chez les jeunes de 16 à 24 ans, tant les garçons que les filles, il s'agit des ITS les plus fréquentes³⁷. L'herpès et le virus du papillome humain (VPH) sont aussi des ITS présentes chez les jeunes.*

Il existe d'autres infections transmissibles sexuellement et par le sang. Par contre, dans le cadre de la rencontre, les infections les plus fréquentes chez les adolescents ont été ciblées.

Outre l'absence de relations sexuelles, la seule façon de se protéger des ITS, c'est le condom.

VRAI. *Le condom est la seule méthode qui protège des ITS. De plus, il protège contre les grossesses non planifiées. C'est la seule méthode contraceptive pouvant être utilisée par les garçons. Cependant, pour protéger efficacement, cette méthode doit être utilisée correctement³⁸ (vérifier la date de péremption, conserver dans un endroit à l'abri de la chaleur et du froid, manipuler avec soin).*

Les relations orales-génitales font partie des différentes expériences sexuelles que peuvent vivre les jeunes. Par contre, il y a un risque de contracter une ITS si le condom n'est pas utilisé³⁹. Cependant, il est vrai que le risque de contracter une ITS par voie orale est moindre que par voie génitale, notamment pour celui qui reçoit cette caresse orale.

Les modes de transmission des ITS sont par contact sexuel (pénétration vaginale, orale ou anale), contact avec un liquide biologique infecté (liquide prééjaculatoire, pertes vaginales, sang), contact peau à peau avec une région infectée, relation orale-génitale, et, en cas de grossesse, transmission de la mère à l'enfant.

Ce sont seulement ceux qui ont plusieurs partenaires qui ont des ITS.

FAUX⁴⁰. *Avoir une vie sexuelle non protégée expose à des risques. Pour un jeune, il est parfois difficile de comprendre qu'une seule relation sexuelle non protégée avec une personne, c'est aussi avoir une relation*

avec les anciens partenaires de cette personne, et avec les anciens partenaires des anciens partenaires... et ainsi de suite. Si finalement tout ce monde ne s'est jamais protégé, cela équivaut à beaucoup de risques dans une seule relation sexuelle.

Souvent, pour justifier la non-utilisation du condom, les jeunes vont donner comme argument : mon partenaire est « clean », il est gentil, je peux lui faire confiance. La plupart du temps, les personnes ne savent pas qu'elles ont contracté une ITS, car elles n'ont pas de symptômes⁴¹. Il n'y a qu'une seule façon de s'assurer que notre partenaire n'a pas d'ITS : un test de dépistage.

Le partenaire peut utiliser cet argument (j'ai passé un test de dépistage et je n'ai rien) pour ne pas mettre de condom. À quel moment ce partenaire a-t-il passé un test de dépistage ? A-t-il eu des relations sexuelles à risque depuis ? Afin d'éviter de demander à son partenaire la « preuve » de ses tests négatifs, pourquoi ne pas suggérer au jeune que lui et son partenaire aillent passer un test de dépistage ?

Le rôle du parent est d'être un expert en ITS.

FAUX. Quel est-ce rôle, selon vous ? Comme parent, vous pouvez poser différentes actions afin de sensibiliser votre jeune à l'importance de favoriser une méthode de protection contre les ITS, soit le condom. Cependant, tous ne sont pas à l'aise d'exercer les mêmes rôles. Il n'existe pas de modèle de parent idéal et de recette clé en main. Les prochaines activités vous donneront un éventail de rôles à jouer ; à vous de voir ce qui correspond le plus à vos valeurs et à votre aisance !

5. RÔLE DES PARENTS

Durée : 20 minutes

Outils : Feuilles B et C

- Mettre dans un bol ou un sac les cartons de la **feuille B** que vous avez préalablement découpés.
- Indiquer aux parents que les énoncés inscrits sur les cartons représentent les comportements que les jeunes doivent adopter pour utiliser le condom. L'activité permettra de faire ressortir ce que les parents peuvent faire pour soutenir leur jeune dans l'adoption de chacun de ces comportements.
- Piger un carton, lire l'énoncé et réfléchir ensemble à ce que peut faire un parent pour soutenir son jeune dans l'étape visée.
- Pour ce faire, poser les questions suivantes aux parents :
 - Que pouvez-vous faire à cette étape ? L'avez-vous déjà fait ?
 - Comment vous sentiriez-vous dans cette action ? Seriez-vous à l'aise ? Pourquoi ?
- Compléter, au besoin, les réponses à l'aide de la **feuille C**.
- Poursuivre jusqu'à ce que tous les énoncés soient pigés.
- Terminer l'activité avec l'information suivante :

En conclusion, plus les jeunes se sentent soutenus par des adultes et peuvent discuter avec eux au sujet du condom, plus ils ont de chance de l'utiliser. Encourager l'utilisation de la contraception ne veut pas dire encourager le début des relations sexuelles, mais diminuer les risques d'ITS lorsque votre jeune aura des relations sexuelles⁴². Donc, n'attendez pas que votre jeune soit actif sexuellement avant de lui en parler !

6. ET ACTION !

Durée : 30 minutes

Outil : Feuille D

- Distribuer à chaque parent au moins deux situations préalablement découpées sur la **feuille D** en vous assurant qu'au moins deux parents ont la même situation. Leur demander de réfléchir à leur réaction et à leur action pour chacune des situations et, s'ils le souhaitent, d'en prendre note par écrit.
- Lire chaque situation en demandant aux deux parents qui ont cette situation de partager leurs réactions et leurs actions face à celle-ci.

- Animer ensuite une discussion à partir des questions suivantes :
 - Que remarquez-vous ?
 - Peut-on réagir et agir différemment dans la même situation ?
 - Est-ce facile d'intervenir ?
 - Qu'est-ce qui peut être aidant ?

Il peut y avoir différentes façons de réagir à une même situation. La façon dont les messages sont transmis (ne pas juger, écouter, utiliser l'humour, avoir de l'ouverture) et le contexte (trouver un bon moment, partir d'une situation x, attendre d'être seul avec son jeune, etc.) peuvent être des éléments qui facilitent l'implication des parents.

7. CONCLUSION

Durée : 10 minutes

Outils : Feuille E et liste des ressources

- Pour conclure, demander aux parents ce qu'ils retiennent de la rencontre.
- Les inviter également à réfléchir à deux messages qu'ils aimeraient transmettre à leur adolescent au sujet du condom et des ITS.
- Compléter avec les informations suivantes :

Vous savez maintenant que pour utiliser un condom, un jeune doit adopter une série de comportements. Il ne suffit pas d'avoir un condom en sa possession pour l'utiliser ! Une foule de facteurs viendront influencer l'utilisation du condom. Dans un monde idéal, le condom devrait être utilisé en tout temps. Pourquoi ? Entre autres, parce que les tests ne dépistent pas toutes les ITS, que l'exclusivité de la relation n'est jamais certaine et que des circonstances peuvent affecter l'efficacité de la contraception hormonale et sa prise régulière. Par contre, on sait très bien que l'utilisation adéquate et constante du condom n'est pas toujours réaliste. Les jeunes devraient du moins utiliser le condom jusqu'au moment où les deux partenaires passent des tests de dépistage, pour autant que leur relation soit exclusive.

Comme parent, vous pouvez promouvoir le condom auprès de votre jeune, lui démontrer que vous trouvez important que lui et son ou sa partenaire se protègent. C'est à vous de trouver la façon d'intervenir qui vous convient le mieux et de décider des rôles que vous vous sentez à l'aise de jouer auprès de votre jeune.

- Leur distribuer la **liste des cliniques jeunesse** et des endroits dans la région où il est possible de passer un test de dépistage.
- Leur demander de remplir la feuille portant sur l'évaluation de la rencontre (**feuille E**).
- Leur distribuer le [*Bulletin Mosaïk n° 18: Comment parler du condom avec mon jeune ?*](#) sur le condom.
- Remercier les parents de leur participation à la rencontre et les informer de la date et du sujet de la prochaine rencontre, si tel est le cas.



Condom
FEUILLE A

PARMI LES SITUATIONS SUIVANTES, RÉFLÉCHISSEZ À CELLES QUE VOUS AVEZ DÉJÀ VÉCUES. VOUS POUVEZ LES COCHER.

- Conduire une automobile au-delà des limites de vitesse permises
- Consommer trop d'alcool en une seule soirée
- Fumer
- Sauter des repas pour perdre du poids
- Dépenser au casino ou aux jeux en ligne plus que le budget prévu initialement
- Manger de la malbouffe plusieurs fois par semaine
- Ne pas porter de casque à vélo
- Ne pas mettre sa ceinture de sécurité
- Être inactif physiquement durant une longue période de temps
- Avoir une relation sexuelle sans condom
- Faire du parachute (ou autre sport extrême)



Condom
FEUILLE B

COMPORTEMENTS À ADOPTER POUR UTILISER LE CONDOM

Consignes à l'intervenant

Découper les affirmations suivantes.

Mon ado devra être constant dans l'utilisation du condom (à chaque relation sexuelle, en tout lieu, avec chaque partenaire) : comment l'aider ?



Mon ado devra négocier l'utilisation du condom avec tous ses partenaires : comment l'aider ?



Mon ado devra être convaincu de l'importance d'utiliser un condom lorsqu'il aura des relations sexuelles : qu'est-ce que je peux faire ?



Mon ado a des condoms en sa possession : quel est mon rôle ?



Mon ado devra se procurer des condoms : comment l'aider ?



Mon ado devra utiliser correctement le condom : comment en parler ?





LE RÔLE DES PARENTS FACE AUX DIFFÉRENTS COMPORTEMENTS DES JEUNES QUANT À L'UTILISATION DU CONDOM

Mon ado devra être convaincu de l'importance d'utiliser un condom lorsqu'il aura des relations sexuelles

- Parler de l'importance d'utiliser un condom lors des relations sexuelles, en approuver et en valoriser l'utilisation.
- Parler des avantages du condom (ex. : protège des ITS permet d'éviter une grossesse, est accessible, abordable et facile à transporter).
- Déconstruire certains mythes sur les ITS : il est facile de savoir si une personne a une ITS (FAUX) ; seulement ceux qui ont plusieurs partenaires ont des ITS (FAUX) ; le principal symptôme des ITS est de ne pas avoir de symptômes (VRAI), etc.

Mon ado devra se procurer des condoms

- Donner de l'argent pour l'achat de condoms.
- Fournir des condoms (ex. : en mettre dans la pharmacie).
- Repérer les endroits où se procurer des condoms gratuitement ou non (pharmacie, infirmière, CLSC, etc.).

Mon ado a des condoms en sa possession

- Expliquer comment conserver un condom adéquatement : ne pas le mettre dans un portefeuille, ni dans une poche de pantalon de façon prolongée, le garder à l'abri du froid ou de la chaleur, porter attention aux objets qui pourraient le percer (par exemple, s'il est déposé dans un sac à main).

Mon ado devra négocier l'utilisation du condom avec tous ses partenaires

- Indiquer à son ado les professionnels qui peuvent le conseiller dans sa négociation du condom (ex. : intervenant de l'école, infirmière de l'école ou de la clinique ITS du CLSC).
- Sonder sa réaction dans l'éventualité où son partenaire ne voudrait pas utiliser le condom.
- Sonder sa réaction dans l'éventualité où aucun ne posséderait de condoms.

Mon ado devra utiliser correctement le condom⁴³

- Indiquer à son jeune les professionnels qui peuvent l'informer sur la bonne façon d'utiliser un condom (ex. : infirmière de l'école ou de la clinique ITS du CLSC).
- Montrer comment utiliser un condom.
- Dire à son garçon qu'il peut se pratiquer lorsqu'il sera seul.
- Dire à sa fille qu'elle doit s'assurer que le condom est bien installé.

Mon ado devra être constant dans l'utilisation du condom, soit à chaque relation sexuelle, en tout lieu, avec chaque partenaire

- Souligner qu'il est important d'utiliser le condom à chacune des relations sexuelles.
- Indiquer à son jeune les professionnels (ex. : intervenant de l'école, infirmière de l'école ou de la clinique ITS du CLSC) ou autres personnes (ex. : frère ou sœur) qui peuvent le soutenir dans le maintien de cette méthode de protection.
- Discuter de l'importance du dépistage avant d'arrêter d'utiliser le condom.
- Discuter des lieux possibles de dépistage s'il décide de cesser d'utiliser le condom.
- Affirmer la possibilité de l'accompagner pour le test de dépistage.



Condom
FEUILLE D

CONSIGNES À L'INTERVENANT

- Faire deux copies de la feuille support.
- Découper chacune des situations.
- Distribuer aux parents deux mises en situation différentes en s'assurant qu'au moins deux parents ont la même situation.

----- ✂ -----
Vous trouvez une enveloppe de condom ouverte dans la poubelle de la chambre de votre ado.

Ma réaction.

Mon action.

----- ✂ -----
Vous trouvez une boîte de condoms, pas encore ouverte, dans votre sous-sol.

Ma réaction.

Mon action.

----- ✂ -----
Votre jeune vous confie sa crainte d'avoir une ITS.

Ma réaction.

Mon action.

----- ✂ -----
Vous croyez que votre jeune a eu une relation sexuelle sous l'effet de la drogue ou de l'alcool dans un party.

Ma réaction.

Mon action.

----- ✂ -----
Votre ado parle d'une fille de son école qui change de partenaire tous les mois et mentionne qu'elle ne doit pas être propre.

Ma réaction.

Mon action.

----- ✂ -----
Votre fille vous dit que son chum ne veut pas utiliser le condom.

Ma réaction.

Mon action.

----- ✂ -----
Vous parlez à votre adolescent de l'importance d'utiliser le condom. Il vous répond que sa blonde prend la pilule et qu'il s'agit de leur première fois à tous les deux.

Ma réaction.

Mon action.



Condom
FEUILLE E

**NOUS AIMERIONS CONNAÎTRE VOTRE DEGRÉ DE SATISFACTION AU SUJET
DES ÉLÉMENTS SUIVANTS DE CETTE RENCONTRE :**

	TRÈS INSATISFAISANT ☹☹	INSATISFAISANT ☹	SATISFAISANT ☺	TRÈS SATISFAISANT ☺☺
Thème abordé				
Contenu de la rencontre				
Place faite aux interventions des parents				
Correspondance entre vos besoins et la rencontre				
Qualité de l'animation				
Satisfaction générale				

Commentaires et suggestions

Merci de votre participation !



NOTES

1. GAGNON, Geneviève, et Sarah RAYMOND. *Guide de soutien pour planifier et implanter des actions concrètes auprès des parents : Stratégie d'action jeunesse 2009-2014*, Agences de la santé et des services sociaux de Lanaudière et de Laval, Directions de santé publique, 2012, 20 p.
2. EASTMAN, Karen L., Rosalie CORONA et Mark A. SCHUSTER. « Talking Parents, Healthy Teens : A worksite-based Program for Parents to Promote Adolescent Sexual Health », *Preventing Chronic Disease*, vol. 3, n° 4, 2006, p. 1-10.
3. GREEN, Christa L., et autres. « Parents Motivations for Involvement in Children's Education : An Empirical Test of a Theoretical Model of Parental Involvement », *Journal of Educational Psychology*, 99(3), 2007, p. 532-544.
4. GAGNON, Geneviève et Sarah RAYMOND. *op. cit.* 20 p.
5. *Ibid.*
6. BLAIS, Martin, et autres. « La sexualité des jeunes québécois et canadiens : regard critique sur le concept "d'hypersexualisation" », *Globe Revue internationale d'études québécoises*, 2009, p. 23-26.
7. Tiré et adapté de BUREAU DE CONSULTATION JEUNESSE INC. *Dans les coulisses de l'intimité sexuelle*, Clinique des jeunes Saint-Denis, 1988, 77 p.
8. Tiré de GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *Entre les transformations, les frissons, les passions... et toutes les questions. Petit guide à l'usage des parents pour discuter de sexualité avec leur adolescent*, 2008, 42 p.
9. *Ibid.*
10. Tiré et adapté DE BUREAU DE CONSULTATION JEUNESSE INC. *op. cit.* 77 p.
11. GAGNON, Geneviève et Sarah RAYMOND. *op. cit.* 20 p.
12. SIMONEAU, Marie-Ève, et autres. *Comportements sexuels, usage de la contraception et ITS. Portrait de situation dans Lanaudière et ses territoires de RLS à partir de l'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2008*, Joliette, Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière, Direction de santé publique et d'évaluation, Service de surveillance, recherche et évaluation, septembre 2011, 20 p.
13. *Ibid.*
14. KIM, Catherine, et autres. « Longitudinal influences of friends and parents upon unprotected vaginal intercourse in adolescents », *Contraception*, vol. 83, 2011, p. 138-144.
15. KIRBY, Douglas, et autres. *Reducing adolescent sexual risk. A theoretical guide for developing and adapting curriculum-based programs*, ETR Associates, 2011, 149 p.
16. *Ibid.*
17. *Ibid.*
18. KIRBY, Douglas, et autres. *op. cit.* 149 p.
19. KIM, Catherine, et autres. *op. cit.* p. 138-144
20. SIMONEAU, Marie-Ève, et autres. *op. cit.* 20 p.
21. KIRBY, Douglas, et autres. *op. cit.* 149 p.
22. *Ibid.*
23. Vous pouvez aussi former les équipes sans tenir compte du sexe des enfants.
24. Tirées et adaptées du site Web : www.masexualite.ca
25. *Ibid.*
26. GAGNON, Geneviève et Sarah RAYMOND. *op. cit.* 20 p.
27. BOYCE, William, Maryanne DOHERTY-POIRIER, Christian FORTIN et coll. *Étude sur les jeunes, la santé sexuelle, le VIH et le sida au Canada. Facteurs influant sur les connaissances, les attitudes et les comportements*, Ottawa, Conseil des ministres de l'Éducation du Canada, Stratégie canadienne sur le VIH-sida, 2003, 162 p.
28. *Ibid.*
29. WALEWYNS, Emilie et Olivier KLEIN. « Les jeunes et le préservatif. Us et coutumes de la négociation. Quels facteurs peuvent influencer les jeunes à s'engager dans des comportements sexuels à risque ? », *Prospective Jeunesse Drogues/Santé/Prévention*, vol. 54, 2009, p. 17-20.
30. *Ibid.*
31. BOYCE, William, Maryanne DOHERTY-POIRIER, Christian FORTIN et coll. *op. cit.* 162 p.
32. *Ibid.*
33. KIRBY, Douglas, et autres. *op. cit.* 149 p.

34. AGENCE DE SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA. *Lignes directrices canadiennes sur les infections transmissibles sexuellement*, 2010, 534 p.
35. *Ibid.*
36. INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX (INESS). *Guide sur le traitement pharmacologique des ITSS*, 2012.
37. GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *L'épidémie silencieuse : les infections transmissibles sexuellement et par le sang. Quatrième rapport national sur l'état de la population du Québec*, 2010, 76 p.
38. AGENCE DE SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA. *op. cit.* 534 p.
39. *Ibid.*
40. *Ibid.*
41. GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. *op. cit.* 76 p.
42. KIRBY, Douglas, et autres. *op. cit.* 149 p.
43. Si vous le souhaitez, vous pouvez effectuer devant les parents une démonstration de la pose du condom.

