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

IMPLIQUER LES PARENTS
DANS L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ
DE LEURS JEUNES

LE BULLETIN Nº 17

Comment parler de contraception avec mon jeune ?

QUE VIT MON JEUNE ?

L'adolescence est une période où certains jeunes commencent leur vie sexuelle. C'est aussi à cet âge que garçons et filles auront à réfléchir aux moyens de contraception à utiliser. Une relation sexuelle où il y a absence ou utilisation inadéquate de la contraception peut entraîner une grossesse. Dans un tel cas, vivre une interruption volontaire de grossesse (avortement) ou décider de devenir parent à l'adolescence sont des événements qui amènent des conséquences.

Mon jeune doit savoir que pour éviter une grossesse, des moyens de contraception sont disponibles (condom, pilule contraceptive, anneau vaginal, timbre contraceptif ou contraceptif injectable). Il est important qu'il sache où s'en procurer et comment bien les utiliser. De plus, mon soutien facilitera l'utilisation d'une méthode de contraception chez mon jeune.

Questions que les jeunes peuvent se poser

- Quelle méthode de contraception choisir ?
- Où dois-je aller pour me procurer la pilule contraceptive ?
- Ma copine prend la pilule : est-ce qu'on doit aussi utiliser un condom ?
- Est-ce que le médecin le dira à mes parents si j'utilise une méthode de contraception ?
- Nous n'avons pas utilisé le condom : quoi faire ?

Importance de parler de contraception à mon jeune

En tant que parent, il est normal d'avoir des inquiétudes à aborder la contraception : craindre de l'inciter à avoir des relations sexuelles, craindre de lui donner la permission d'avoir des relations sexuelles ou trouver son enfant trop jeune. Il n'est pas facile d'accepter que son jeune est ou sera actif sexuellement.

Parler de contraception ne veut pas dire encourager son jeune à avoir des relations sexuelles. C'est plutôt lui montrer l'importance d'utiliser une méthode et le soutenir en ce sens. C'est aussi lui faire comprendre que la contraception est un outil qui permet d'avoir un enfant au moment désiré et dans des conditions souhaitées.

Saviez-vous que ?

- L'infirmière peut offrir aux filles une méthode de contraception à l'école ou au CLSC.
- Seul le condom protège des infections transmissibles sexuellement (ITS).
- La contraception orale d'urgence (pilule du lendemain) peut être prise jusqu'à 5 jours à la suite d'une relation sexuelle où il y a eu absence de contraception ou mauvaise utilisation de la contraception.

Québec

QUOI FAIRE EN TANT QUE PARENT ?

Connaître les ressources disponibles en matière de contraception

Il est possible que je ne connaisse pas toutes les méthodes de contraception ni leurs modes d'utilisation. Cependant, il est important de bien connaître les ressources qui existent et qui sont disponibles selon mes besoins et ceux de mon jeune.

- **Pour de l'information sur les différentes méthodes de contraception ➔** Je dirige mon jeune vers l'infirmière de son école, une clinique des jeunes ou vers le site Internet www.masexualite.ca
- **Pour obtenir une méthode de contraception ➔** Je le dirige vers l'infirmière de son école, une clinique des jeunes, une clinique médicale, etc.
- **Pour la contraception orale d'urgence ➔** Je le dirige vers l'infirmière de son école, une clinique des jeunes, une pharmacie, un CLSC, une clinique médicale, etc.

Soutenir mon jeune à chacune des étapes qui l'amèneront à utiliser une méthode de contraception

Voici des pistes pour m'aider dans cette démarche :

- Lui souligner mon accord à ce qu'il utilise une méthode de contraception, notamment pour éviter qu'il soit confronté à une grossesse et à des ITS durant son adolescence.
- Lui remettre un dépliant d'information sur les méthodes de contraception et les ressources disponibles.
- Lui parler de mes assurances (privées ou publiques) qui pourraient l'aider financièrement à se procurer un moyen de contraception.
- Lui expliquer comment utiliser le condom et l'aider à s'en procurer.
- Lui demander s'il a parlé de contraception avec son ou sa partenaire. Sinon, l'aider à trouver des façons de lui en parler.
- Explorer différentes façons de réagir si son ou sa partenaire refuse d'utiliser une méthode de contraception.
- Demander à ma fille si elle a des effets secondaires liés à sa méthode de contraception et m'assurer qu'elle l'utilise correctement lors des premiers mois.

Astuces

Parler de contraception avant que mon jeune soit actif sexuellement. Je n'attends pas qu'il me pose des questions sur le sujet pour lui en parler. Même si ces conversations peuvent parfois créer des inconforts, il est important d'en parler. Mon jeune doit savoir que je suis en accord avec l'utilisation de la contraception.

Parler aussi aux garçons. Même si c'est la fille qui utilise la méthode de contraception, le garçon a aussi un rôle à jouer. Par exemple, il peut : discuter avec sa partenaire de la ou des méthodes de contraception à utiliser, lui dire que c'est important pour lui, s'assurer que sa partenaire utilise la contraception d'une manière constante, avoir toujours des condoms en sa possession, etc.

QU'EST-CE QUI PEUT M'AIDER ?

Sites Web

www.itss.gouv.qc.ca

www.masexualite.ca

J'ai besoin d'une ressource professionnelle ?

Je peux appeler le service Info-Santé 811 ou LigneParents au 1 800 361-5085.

Rédaction : Sarah Raymond, Direction de santé publique de l'Agence de Laval
Geneviève Gagnon, Direction de santé publique de l'Agence de Lanaudière

Mise en page : Alphatek

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

Santé et Services sociaux Québec

18-314-02W © Gouvernement du Québec, 2019