



M'impliquer dans l'éducation à la sexualité de mon jeune : c'est possible !

POURQUOI M'IMPLIQUER DANS L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ DE MON JEUNE ?

Voici 5 bonnes raisons !

- Pour favoriser un climat de confiance entre nous.
- Pour que mon jeune sache qu'il peut me parler ouvertement de sexualité.
- Pour faciliter la discussion sur la sexualité lorsqu'il sera à l'adolescence.
- Parce que mes paroles et mes gestes ont une influence sur sa sexualité.
- Pour diminuer l'influence parfois négative des amis, des médias ou d'Internet.

Il n'est jamais trop tôt ni trop tard pour aborder la sexualité avec mon jeune !

Il n'est pas nécessaire d'être un « spécialiste de la sexualité » pour aborder le sujet avec mon jeune !

Comme parent, je suis le premier éducateur à la sexualité de mon jeune. Lorsque celui-ci est âgé entre 6 et 11 ans, c'est la période idéale pour établir la communication avec lui au sujet de la sexualité.

L'adolescence est aussi une période importante où j'aborde la sexualité avec mon jeune qui est susceptible de vivre alors plein d'expériences.

M'IMPLIQUER COMME PARENT DANS L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ DE MON JEUNE, C'EST :

- lui donner de l'information appropriée à son âge ;
- répondre à ses questions ;
- lui transmettre mes valeurs à travers mes actions et mon attitude (ex. : donner des marques d'affection à mon conjoint, éviter les commentaires sexistes, etc.) ;
- fixer des règles au quotidien (limiter le temps passé devant la télévision, exiger que l'ordinateur soit dans la salle familiale, etc.) ;
- donner mon opinion, manifester mon désaccord ou nommer mon inquiétude dans certaines situations ;
- réfléchir avec lui à différentes situations vécues ou entendues ;
- et plus encore !



COMMENT M'IMPLIQUER ?

- Je discute souvent avec mon jeune. Je l'écoute et je partage mon opinion avec lui. Un climat d'ouverture et de respect entre nous permet d'aborder plus facilement des sujets délicats.
- Je parle à mon jeune de la façon dont j'ai vécu mon adolescence :
 - les questions que je me posais à son âge ;
 - ce qui me rendait mal à l'aise ;
 - les personnes avec qui je pouvais parler de sexualité et qui répondaient à mes questions, etc.
- J'encourage mon jeune à me poser des questions. Je lui dis que je suis disponible pour y répondre ou pour l'aider à trouver de l'information (livres, Internet).
- Je profite de chacune des occasions qui s'offrent à moi pour amorcer une discussion avec mon jeune sur l'amour, l'amitié et la sexualité : émission de télévision, film, événement vécu à l'école, etc. Je lui demande ce qu'il en pense, ce qu'il ferait en pareil cas, s'il connaît quelqu'un qui a vécu cette situation, etc.
- Je laisse à la vue de mon jeune des livres qui traitent de sexualité (sur la table, dans la salle familiale, dans la bibliothèque, etc.).



Les jeunes souhaitent que leurs parents...

- les informent sur la sexualité ;
- prennent les devants pour aborder ce sujet ;
- soient ouverts à leurs questions ;
- les comprennent, les écoutent, les réconfortent et les conseillent ;
- acceptent leurs sentiments et leurs opinions même s'ils sont différents des leurs.

DES RÉFÉRENCES UTILES

Livres pour les jeunes

HARRIS, Robie H. *Le sexe ? Parlons-en !*, Les éditions Héritage inc., 1995.

ROBERT, Jocelyne. *Full sexuel – La vie amoureuse des adolescents*, Éditions de l'Homme, 2002.

Livre pour les parents

ROBERT, Jocelyne. *Parlez-leur d'amour et de sexualité.*, Éditions de l'Homme, 1999.

Site Web

www.masexualite.ca



Rédaction : Sarah Raymond, Agence de la Santé et des Services sociaux de Laval

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.