



Les clés du succès pour des services sensibles aux jeunes : Adopter une approche positive de la sexualité

Les clés du succès pour des services sensibles aux jeunes : Adopter une approche positive de la sexualité

La sexualité est un aspect fondamental de la vie de l'homme qui se rapporte aux rôles et aux identités de genre, à l'orientation sexuelle, à l'intimité et au plaisir. Elle se vit et s'exprime par le biais de pensées, de désirs, d'émotions, de croyances, de valeurs, de comportements, de rôles et de relations. La capacité d'exprimer sa sexualité librement et ouvertement est un élément central de l'être humain et compte pour beaucoup dans le bien-être, le bonheur et la santé d'un individu. Il s'agit là de réalités concrètes, dont l'acceptation constitue un point de départ pour adopter une approche sexuelle positive vis-à-vis de services de santé sexuelle et reproductive sensibles aux jeunes.

Le positivisme sexuel s'inscrit dans une attitude qui célèbre la sexualité comme un élément qui améliore la qualité de la vie et apporte bonheur, énergie et célébration. Les approches sexuelles positives s'efforcent de parvenir à des expériences idéales, plutôt que de s'attacher exclusivement à empêcher des expériences négatives. Dans le même temps, les approches sexuelles positives reconnaissent les inquiétudes et risques divers associés à la sexualité et y répondent, sans pour autant renforcer la peur, la honte ou le tabou qui entourent la sexualité des jeunes et l'inégalité entre les genres.

Droits sexuels



Les droits sexuels relèvent d'un ensemble en constante évolution de droits liés à la sexualité qui découlent des droits humains reconnus sur le plan international et qui sont les droits à la liberté, à l'égalité, au respect de la vie privée, à l'autonomie, à l'intégrité et à la dignité. La reconnaissance de la sexualité comme un aspect central de l'être humain est l'un des sept principes directeurs de la Déclaration des droits sexuels de l'IPPF. L'adoption d'une approche positive vis-à-vis de la sexualité se traduit par votre appropriation de ce principe et son application dans le travail que vous faites.

L'article 6 de la Déclaration est le droit à la liberté de pensée, d'opinion et d'expression. Cet article reconnaît que tous les jeunes ont le droit d'exprimer leurs pensées, opinions, besoins et désirs liés à la sexualité sans limitations relevant de croyances culturelles ou d'idéologies politiques dominantes. Tous les jeunes ont le droit d'explorer leur sexualité et devraient être en mesure d'avoir des rêves et des fantasmes, et d'exprimer volontairement leur sexualité sans peur, sans honte et sans culpabilité, tout en respectant les droits d'autrui.

Les rapports sexuels comme source de plaisir

Le plaisir physique est souvent un motif ou un objectif central d'une relation sexuelle. Comprendre les désirs sexuels et ceux d'un partenaire sexuel contribue à développer une intimité qui, à son tour, peut accroître la satisfaction sexuelle.

Les jeunes peuvent goûter à des types de plaisir autres que physiques à travers l'expression de leur sexualité. Ainsi par exemple, avoir des rapports sexuels peut être un moyen d'exprimer son amour ou de vivre quelque chose d'intime avec son partenaire. Les rapports sexuels peuvent aussi être un moyen pour les jeunes de mieux connaître et contrôler leur corps. Il peut s'agir aussi d'une forme d'expression qui améliore la vie des jeunes et contribue à leur autonomisation.

L'expérience du plaisir sexuel chez les jeunes est quelque chose de très important car ces premières expériences peuvent façonner la manière dont ils vivent et expriment leur sexualité à l'avenir. Il est important pour leur santé et leur bien-être de s'assurer que tous les jeunes comprennent qu'ils ont droit au plaisir sexuel et à comprendre comment goûter à différentes formes de plaisir sexuel.

Les rapports sexuels comme source de douleur

La sexualité et les rapports sexuels ne sont pas toujours des sources de plaisir pour les jeunes et ils peuvent être le résultat de relations abusives ou de rapports d'exploitation. De nombreux jeunes sont contraints ou forcés d'avoir des rapports sexuels, souvent par une personne plus âgée qu'eux. Les rapports sexuels exercés sous la contrainte sont plus susceptibles que les rapports sexuels consentis de résulter dans une grossesse non désirée, des infections sexuellement transmissibles ou le VIH. Ils peuvent aussi engendrer des problèmes affectifs et sociaux pour tout le restant d'une vie.

Des expériences négatives de la sexualité peuvent aussi naître de certaines pratiques sexuelles, comme s'attendre à ce que les jeunes femmes aient le vagin sec pendant les rapports sexuels ou les mutilations génitales féminines, ce qui peut rendre les rapports sexuels douloureux. Une connaissance limitée de son corps et de la manière de s'y prendre pour goûter au plaisir ou en donner peut également signifier que les jeunes s'adonnent à des pratiques sexuelles peu satisfaisantes, douloureuses voire même aliénantes.¹

Une approche sexuelle positive vis-à-vis des services de santé sexuelle et reproductive

Les informations et les services destinés aux jeunes portant sur la santé sexuelle et reproductive ont tendance à se concentrer sur ce qu'il ne faut pas faire et comment éviter les infections et les préjugés, plutôt que sur les aspects positifs de la sexualité. Ce qu'il manque souvent dans les échanges entre les jeunes et les professionnels de santé, ce sont des informations sur les rapports sexuels comme source de plaisir.

Il est bien possible que les professionnels de santé éprouvent de la gêne à discuter de la sexualité, se sentant dépourvus des compétences nécessaires, mal à l'aise, inquiets de choquer ou tout simplement limités par le temps.ⁱⁱ Fort heureusement, les professionnels de santé possèdent déjà beaucoup des compétences nécessaires pour communiquer efficacement avec les jeunes et les aider. En plus de compétences en matière d'écoute, il convient que vous connaissiez les problèmes physiques et émotionnels les plus courants auxquels les jeunes clients sont confrontés en ce qui concerne la sexualité et les rapports sexuels, et il vous revient d'être là pour les soutenir et les habiliter.

Des échanges ouverts font partie intégrale de l'approche sexuelle positive dans le cadre d'une prestation de services. C'est en affichant une attitude réfléchie et en parlant ouvertement de la sexualité, y compris des rapports sexuels, que vous pouvez fournir les services et les informations les plus appropriés en fonction de chaque jeune qui vous interpelle.ⁱⁱⁱ

En vous mettant à l'écoute de ses préoccupations, désirs, besoins et réalités, vous vous donnez les moyens de fournir des informations qui répondent aux questions directes du jeune, ainsi que des informations qui abordent des questions connexes, que le jeune les aient soulevées ou non.

Une sexualité épanouie s'appuie sur la reconnaissance de l'autonomie et de l'individualité. Il arrive parfois que les jeunes n'optent pas toujours pour les choix que vous prendriez si vous étiez à leur place, mais ce sont leurs choix, et vous devez les respecter. Au bout du compte, il importe que les jeunes se sentent confiants et positifs à propos des choix qu'ils ont pris.

Obstacles et solutions

Dans le tableau ci-dessous, nous relevons certains obstacles fréquents que vous pouvez rencontrer en adoptant une approche sexuelle positive à la prestation de services auprès de jeunes, et nous vous proposons des suggestions sur la façon de les surmonter.

| OBSTACLES | SOLUTIONS |
|---|--|
| Un sentiment de gêne à discuter de rapports sexuels et de sexualité avec les jeunes clients | Parler de rapports sexuels peut être quelque chose de gênant et d'embarrassant. C'est souvent dû au fait que d'après nous, nous ne détenons pas les « bonnes » réponses. Un bon moyen d'améliorer vos compétences en matière de communication avec les jeunes clients consiste à comprendre les valeurs, l'expérience et l'expertise qui vous sont propres en matière de rapports sexuels et de sexualité. |
| La normalisation des valeurs et croyances personnelles | Il est important de bien faire la distinction entre vos propres croyances et les besoins et droits de vos clients. Chacun a des pratiques et des préférences sexuelles qui lui sont propres, et il importe de ne pas faire de suppositions sur l'orientation sexuelle de vos clients. |
| La conviction que la sexualité est une affaire personnelle dont les jeunes ne veulent pas parler dans le cadre d'une clinique | Les jeunes s'interrogent beaucoup, et ils doivent pouvoir poser leurs questions sans crainte de jugement. Ce qui compte avant tout, c'est de créer un échange et un climat de confiance avec le jeune. Voici quelques questions simples à poser pour lancer une conversation portant sur la sexualité : <ul style="list-style-type: none"> • Êtes-vous actuellement dans une relation ? Si oui, est-elle de nature sexuelle ? • Vos relations sexuelles actuelles vous satisfont-elles ? • Avez-vous des rapports sexuels avec des hommes, des femmes, ou les deux ? • Avez-vous des préoccupations sur le plan sexuel dont vous souhaiteriez discuter ? |
| Une concentration exclusive sur les aspects négatifs de la sexualité ou sur la prévention | Il arrive parfois aux professionnels de santé d'oublier les raisons qui améliorent la qualité de vie pour lesquelles les jeunes ont des rapports sexuels, comme l'amour, l'intimité ou un désir de satisfaire sa curiosité. Au lieu de cela, l'accent est mis sur les risques, la maladie et les sévices. Discutez des aspects positifs de la sexualité et des rapports sexuels avec vos jeunes clients de différentes façons : <ul style="list-style-type: none"> • en expliquant comment les gens éprouvent du plaisir de différentes façons • en discutant des facteurs qui peuvent améliorer le plaisir sexuel • en reconnaissant qu'une sexualité à moindre risque va bien plus loin que des rapports sexuels protégés. On entend par là le sentiment de sécurité et de plaisir à être avec son partenaire, et l'instauration d'un rapport de confiance, de communication, et de bonheur • en expliquant que personne n'a le droit d'avoir des rapports sexuels avec un partenaire dans le but de l'avilir et d'en faire un objet impersonnel et tout le monde a le droit de refuser des rapports sexuels à tout moment |
| L'idée que les jeunes ne sont pas sexuels ou ne devraient pas être sexuellement actifs | Les jeunes ne se ressemblent pas et ils évoluent à des rythmes différents. Pour cette raison, nous devons remettre en question nos suppositions à propos du comportement sexuel des jeunes du style « les jeunes n'arrêtent pas d'avoir des rapports sexuels », « les jeunes adorent prendre des risques », « les jeunes sont des hédonistes égoïstes » et « les jeunes ne veulent pas discuter de leur sexualité avec des adultes ». |
| L'idée que les rapports sexuels ont toujours lieu sur une base volontaire et entre partenaires égaux | Il arrive que les jeunes se trouvent dans des relations de violence et qu'ils craignent peut-être de nous en parler. S'abstenir de porter tout jugement à propos de rapports sexuels est un moyen de les aider à s'ouvrir. Affirmez haut et fort que tout le monde a le droit de refuser des rapports sexuels à tout moment. Croyez-les, félicitez-les de venir demander de l'aide et insistez sur le fait que parfois, pour résoudre des problèmes, il convient d'avancer par petites étapes. |

OBSTACLES

L'idée que les jeunes ne veulent pas utiliser de préservatifs

SOLUTIONS

Assurez-vous de mettre des préservatifs dans un endroit pratique et discret pour les jeunes clients. Ou bien remettez-en à chaque jeune qui vient vous voir et donnez-leur la possibilité de les déposer dans une boîte à un endroit discret près de la sortie de la clinique. Ne présumez pas que tous les jeunes savent comment utiliser un préservatif. Quelques suggestions pour améliorer l'usage du préservatif :

- Expliquez comment mettre et enlever un préservatif, et quand l'utiliser pendant les rapports sexuels.
- Incitez les jeunes à s'entraîner seul avant d'essayer avec un partenaire.
- Discutez avec le jeune client de la raison pour laquelle, d'après lui, son/sa partenaire veut ou ne veut pas utiliser de préservatifs. Si ça peut être utile, mettez-vous dans un jeu de rôle avec le client, ce dernier jouant son ou sa partenaire.
- En cas d'utilisation d'un préservatif, certains jeunes hommes ont du mal à maintenir leur érection et des femmes ont du mal à avoir un orgasme. Suggérez que le fait d'enfiler un préservatif peut devenir une partie intégrante des préliminaires.
- Suggérez d'utiliser des lubrifiants à l'intérieur et à l'extérieur du préservatif pour accroître le plaisir des deux partenaires.
- Expliquez la nécessité d'avoir plusieurs préservatifs à portée de main, que faire au moment de changer de position et que faire en cas de rupture d'un préservatif.

Un professionnel de santé sensible aux jeunes...



- Accepte les jeunes en tant qu'êtres sexués.
- Écoute et respecte les valeurs, expériences, préoccupations et désirs des jeunes en matière de sexualité.
- Donne des informations ouvertes et honnêtes sur la santé sexuelle, y compris des informations sur plaisir sexuel et l'intimité.
- Aide les jeunes clients, surtout les jeunes clientes, à comprendre comment l'inégalité dans les relations sexuelles peut nuire au plaisir sexuel ainsi qu'à l'intimité entre les partenaires.
- Fait la distinction entre ses convictions morales et les besoins, les préoccupations et les désirs des jeunes clients.
- Accepte que certains jeunes sont sexuellement actifs.
- Évite de normaliser tout genre quelconque de pratique, de préférence ou d'orientation sexuelles.
- Répond aux questions des jeunes sur la sexualité de façon ouverte et honnête.

Bibliographie



Association of Reproductive Health Professions (2005) What you need to know: talking to patients about sexuality and sexual health. (Ce que vous devez savoir : parler aux patients à propos de la sexualité et de la santé sexuelle). Disponible à : <http://www.arhp.org/publications-and-resources/clinical-fact-sheets/sexuality-and-sexual-health>
Consultation le 2 mars 2011

K. Moore and J. Helzner (1996) What's sex got to do with it? Challenges for incorporating sexuality into family planning programs. (Qu'est-ce que les rapports sexuels ont à voir avec ? Les défis d'incorporer la sexualité dans les programmes de planification familiale). New York, New York: Population Council.

Pop Council, IPPF (2009) It's All One Curriculum: Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV and human rights Education. (Un programme qui regroupe tout: Lignes de conduite et activités en vue d'une approche unifiée à la sexualité, au genre, au VIH et à l'éducation sur les droits humains).

Disponible sur : http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneActivities_en.pdf
Consultation le 2 mars 2011.

The Pleasure Project (2006) Promoting protection and pleasure: amplifying the effectiveness of barriers against sexually transmitted infections and pregnancy. (Promotion de la protection et du plaisir : amplifier l'efficacité des barrières contre les infections sexuellement transmissibles et les grossesses) *The Lancet*, 368: 9551, pp 2028–2031.

Population Council (2004) The Adverse Health and Social Outcomes of Coerced Sex: Young Women's Experiences of young women in developing countries. (Les effets néfastes sur la santé et les résultats sociaux des rapports sexuels forcés : Expériences de jeunes femmes dans les pays en développement). Disponible à : <http://www.popcouncil.org/pdfs/popsyn/PopulationSynthesis3.pdf>
Consultation le 2 mars 2011

ⁱ Population Council (2004) The Adverse Health and Social Outcomes of Coerced Sex: Young Women's Experiences of young women in developing countries. Disponible à : <http://www.popcouncil.org/pdfs/popsyn/PopulationSynthesis3.pdf>
Consultation le 2 mars 2011

ⁱⁱ Association of Reproductive Health Professions (2005) What you need to know: talking to patients about sexuality and sexual health. Disponible à : <http://www.arhp.org/publications-and-resources/clinical-fact-sheets/sexuality-and-sexual-health>
Consultation le 2 mars 2011

ⁱⁱⁱ K. Moore and J. Helzner (1996) What's sex got to do with it? Challenges for incorporating sexuality into family planning programs. New York, New York: Population Council.

^{iv} K. Moore and J. Helzner, Ibid.

^v Association of Reproductive Health Professionals, Ibid.

^{vi} K. Moore and J. Helzner, Ibid.

Publication en mai 2012 par la
Fédération internationale pour la planification familiale

IPPF
4 Newhams Row
Londres SE1 3UZ
Royaume-Uni
tél. + 44 (0)20 7939 8200
fax + 44 (0)20 7939 8300
e-mail info@ippf.org
web www.ippf.org

Œuvre de bienfaisance britannique
enregistrée sous le n° 229476