

LA SEXUALITÉ À MOINDRE RISQUE

Leçon 1

9^e
ANNÉE

RÉSULTATS D'APPRENTISSAGE ¹ W-9.12 :

Définir l'adoption de pratiques sexuelles « plus sûres »; par exemple, communiquer avec son partenaire, rester abstinent, limiter le nombre de partenaires, obtenir des condoms et des moyens de contraception et s'en servir de manière appropriée.



MATÉRIEL :

1. **DIAPOSITIVE** : Types de communication
2. **FICHES** : Scénarios de communication
3. **DOCUMENT DE COURS** : Détective de services de la santé



INTRODUCTION :

S'abstenir de toute activité sexuelle impliquant l'échange de fluides corporels ainsi que le contact des organes génitaux et/ou le contact de la peau avec les organes génitaux est la seule manière sûre d'éviter totalement le risque d'une grossesse ou d'infections transmissibles sexuellement (ITS). Les pratiques sexuelles plus sûres figurent dans les instructions à l'intention des élèves qui pourraient ne pas choisir l'abstinence sexuelle. Remettre à plus tard la première activité sexuelle, s'en tenir à un seul partenaire sexuel et avoir des relations sexuelles protégées sont les autres alternatives offertes à suivre dans l'ordre². Les programmes les plus efficaces lorsqu'il s'agit d'aider les jeunes gens à s'abstenir cherchent à éduquer au sujet de l'abstinence, des méthodes contraceptives et de la prise de décisions saines relatives à la santé sexuelle³. Cette leçon consiste à mettre en évidence les conséquences liées aux activités sexuelles et les diverses pratiques sexuelles « plus sûres ». Les élèves font la différence entre la communication passive, agressive et assertive, puis s'exercent à communiquer de manière assertive.



APPROCHES/STRATÉGIES :

A. RÈGLES DE BASE (5 à 10 minutes)

Assurez-vous d'établir des règles de base avant de commencer la leçon. Pour les classes ayant déjà établi les règles de base, les passer rapidement en revue peut favoriser le succès de la leçon.

B. QUESTIONS DE DISCUSSION SUR LES PRATIQUES SEXUELLES « PLUS SÛRES » (5 à 10 minutes)

Les élèves étudient la notion de pratiques sexuelles « plus sûres », puis ils dressent une liste de conséquences liées à l'activité sexuelle et de pratiques sexuelles « plus sûres ».

1. Pourquoi utilisons-nous l'expression pratiques sexuelles « plus sûres » au lieu de pratiques sexuelles « sécuritaires »?
 - L'abstinence ou s'abstenir de tout comportement sexuel intime impliquant un contact de la peau avec les organes génitaux, un contact génito-génital ou le contact de fluides corporels avec les organes génitaux est le seul comportement sexuel qui ne présente aucun risque. Toute forme de contact sexuel comporte un risque. La grossesse peut survenir même en l'absence de rapports sexuels si le sperme est éjaculé près de l'entrée du vagin. Les ITS comme l'herpès génital et le VPH peuvent être transmises par le contact cutané ou le contact de la peau avec les organes génitaux.
2. Quelles sont certaines des conséquences associées à la pratique d'une activité sexuelle?
 - Elle peut donner lieu, entre autres conséquences, à l'exposition à une ITS ou au VIH, à une grossesse et à des répercussions émotives.
3. Quelles sont certaines des pratiques sexuelles « plus sûres » qui relèvent de la seule responsabilité de la personne impliquée dans une relation sexuelle? The bullets weren't both showing here
 - Communiquer de manière assertive avec son partenaire.
 - Rester abstinent ou retarder l'activité sexuelle.



Plus de la moitié des jeunes Canadiens âgés de 15 à 19 ans ne sont pas actifs sexuellement⁴.



Bon nombre d'adolescents pensent que les rapports bucco-génitaux sont plus « sûrs » et sans risques. Les ITS comme l'herpès génital, la gonorrhée, le VIH et la syphilis peuvent être transmises par la bouche⁵. Il importe d'envisager les conséquences des rapports bucco-génitaux. Un homme sur qui l'on performe des rapports bucco-génitaux peut porter un condom, ce qui lui fournit une BONNE protection contre les ITS pour lui-même et sa ou son partenaire. Une femme sur qui l'on performe des rapports bucco-génitaux peut se fabriquer une protection génitale en coupant un condom dans le sens de la longueur (et en le plaçant par-dessus la vulve), ce qui lui fournit une BONNE protection contre les ITS pour elle-même et son ou sa partenaire.

- Limiter le nombre de partenaires.
- Obtenir des condoms et des moyens de contraception et s'en servir régulièrement de manière appropriée.

C. ÉTUDE DE LA COMMUNICATION ASSERTIVE⁶ (20 à 25 minutes)

Les élèves font la différence entre la communication passive, agressive et assertive, puis s'exercent à communiquer de manière assertive.

1. Projetez la diapositive **Types de communication**. Passez-la en revue avec les élèves et demandez-leur de fournir des exemples de comportements passifs, assertifs et agressifs. Précisez que les personnes ne se limitent pas à un seul style de communication. Ils peuvent les mélanger ou passer de l'un à l'autre selon la situation ou la personne avec laquelle ils interagissent. Par exemple, Jennifer peut être plus ferme avec sa meilleure amie, avec qui elle se sent plus à l'aise, mais plus agressive avec quelqu'un qu'elle n'aime pas ou qu'elle ne respecte pas.
2. Divisez les élèves en groupes de deux ou trois élèves.
3. Distribuez une fiche **Scénario de communication** à chacun des groupes. Demandez aux groupes de lire le scénario et de répondre par écrit aux questions posées.
4. Demandez à chaque groupe de se jumeler à un autre. Les groupes peuvent échanger leurs scénarios et leurs questions, puis réviser les réponses. Si le temps le permet, les élèves peuvent s'exercer, par des jeux de rôles, à s'exprimer de manière assertive à l'aide des réponses inscrites.
5. Passez en revue cette activité en posant les questions suivantes :
 - Quel type de communication est le plus efficace pour régler les problèmes liés aux relations?
 - Pourquoi les autres types de communication ne sont-ils pas aussi efficaces?



Peu importe la relation, tout le monde peut être confronté à des formes de communication saines et malsaines. Cette remarque n'est pas uniquement valide pour les relations intimes.



La culture, les expériences de vie, le sexe et les croyances familiales influent sur nos styles de communication. Bien que la communication assertive soit considérée comme l'une des formes de communication les plus saines et les plus directes, elle pourrait mettre une personne en danger dans certaines situations (p. ex., dans une culture où l'on enseigne aux femmes de se soumettre sans condition à l'autorité d'un homme ou d'un parent). Les élèves doivent comprendre qu'ils doivent choisir le style de communication qui leur convient le mieux dans une situation donnée.

- Quels sont les meilleurs exemples de communication assertive de chaque groupe combiné? (Demandez aux élèves de lire le scénario et la réponse.)
6. Encouragez les élèves à réfléchir au type de communication qui les représente le mieux et à penser à des façons d'utiliser la communication assertive dans leurs relations.

D. DÉTECTIVE DE SERVICES DE LA SANTÉ

Les élèves trouvent des ressources communautaires où ils peuvent se rendre pour passer des tests de dépistage et obtenir des renseignements sur les moyens de contraception. Vous pouvez consulter la section Agences communautaires dans le Portail des enseignants.

1. Distribuez le document de cours : **Détective de services de la santé**.
2. Invitez les élèves à faire ce devoir à la maison avec un parent ou un tuteur.
3. Assurez-vous de prendre le temps de discuter de l'activité au prochain cours.



Les enseignants d'élèves plus susceptibles d'adopter un comportement sexuel à risque doivent souligner l'importance des réseaux de soutien communautaires. Vous pourriez envisager de transformer cette activité en sortie éducative au cours de laquelle vous pourriez visiter des agences dans votre communauté.



BOÎTE AUX QUESTIONS (10 minutes)

Demandez aux élèves de répondre aux questions et abordez-les au cours suivant.



À FAIRE À LA MAISON

Les élèves remplissent le document de cours **Détective de services de la santé**.



Rappelez-vous que les élèves ne vivent pas tous dans une famille « traditionnelle » et qu'ils n'ont pas tous les mêmes chances en ce qui a trait à des discussions franches avec leur famille. Bien qu'il soit préférable que les élèves fassent ce devoir en compagnie d'un parent ou d'un tuteur en qui ils ont confiance, cela pourrait ne pas être possible. Soyez attentifs aux besoins de vos élèves.



RÉFLEXION PERSONNELLE

Pendant la leçon, avez-vous :

- suivi les règles de base?
- établi de bonnes pratiques concernant le travail et les discussions en équipe?

Que changerez-vous pour les prochains cours avec ce groupe?

Quels changements apporteriez-vous à la leçon pour son utilisation future?



ÉVALUATION DES ÉLÈVES

Pendant le cours, les élèves ont-ils :

Connaissances :

- défini la sexualité à moindre risque?
- défini certaines des conséquences associées à la pratique d'une activité sexuelle?
- fait la différence entre la communication passive, agressive et assertive et se sont-ils exercés à communiquer de manière assertive?

Compétences :

- utilisé des aptitudes d'affirmation lorsqu'ils rencontrent des difficultés dans leurs relations?

Attitudes :

- accepté la nécessité d'adopter des pratiques sexuelles plus sûres?
-

1. Alberta Education. (2002). *Health and life skills guide to implementation: Kindergarten to grade 9*. Extrait de <http://www.education.alberta.ca/media/352993/pos.pdf> (en anglais seulement)
2. SIECUS (2008). <http://www.communityactionkit.org/index.cfm?fuseaction=page.viewPage&pageId=887> *Community Action Kit: Responding to arguments against sexuality education*. Extrait de <http://www.communityactionkit.org/index.cfm?fuseaction=page.viewPage&pageId=887> (en anglais seulement)
3. SIECCAN. (2010). *Sexual health education in the schools: questions and answers* (3^e édition). Extrait de http://www.sieccan.org/pdf/she_q&a_3rd.pdf (en anglais seulement)

4. SIECCAN. (2010). *Canadian Journal of Human Sexuality*, Vol. 13 (2). Extrait de <http://www.sieccan.org/pdf/mckay.pdf>.
5. Agence de la santé publique du Canada. (2013). *Infections transmises sexuellement*. Extrait de <http://www.phac-aspc.gc.ca/std-mts/faq-fra.php>.
6. Traduction d'une adaptation de : Canadian Federation for Sexual Health. (2005). *Beyond the Basics: A sourcebook on sexuality and reproductive health education*. Ottawa : Auteur

TYPES DE COMMUNICATION

ASSERTIVE :

- défendre ses droits sans priver les autres de ces mêmes droits
- se respecter et respecter autrui
- exprimer ses besoins de façon directe
- exprimer ses émotions (positives et négatives) d'une manière saine

PASSIVE :

- céder et dire oui, même lorsqu'on ne le veut pas
- faire passer les sentiments et les inquiétudes des autres avant les siens
- ne pas montrer ses inquiétudes

AGRESSIVE :

- penser d'abord à soi, au détriment des autres
- dominer les autres
- se servir de menaces ou de force

Traduction d'une adaptation de : Canadian Federation for Sexual Health. (2005). *Beyond the Basics: A sourcebook on sexuality and reproductive health education*. Ottawa : Auteur

SCÉNARIO 1

John aimerait passer la soirée avec ses amis. Randy aimerait plutôt passer une soirée tranquille à regarder des films avec lui. Randy est très déçu à l'idée de passer ce samedi soir sans John.

Comment Randy exprimera-t-il sa déception à John en utilisant la :

communication passive?

communication agressive?

communication assertive?

SCÉNARIO 2

Mary est secrètement amoureuse de Christopher depuis plusieurs semaines. Elle le trouve très beau, sympathique et sociable. Ils se rendent tous les jours ensemble à l'école. Elle aimerait l'inviter à sortir un soir et lui faire part de ses sentiments.

Comment y procédera-t-elle en utilisant la :

communication passive?

communication agressive?

communication assertive?

SCÉNARIO 3

Par une chaude journée d'été, Helen choisit de porter une mini-jupe. Steven trouve que la jupe est un peu trop courte et lui dit qu'elle devrait porter autre chose.

Comment Helen répondra-t-elle à Steven en utilisant la :
communication passive?

communication agressive?

communication assertive?

SCÉNARIO 4

Silve et Mark se fréquentent depuis plusieurs mois. Ils discutent du moment où ils décideront d'avoir leur première relation sexuelle. Silve explique qu'ils devront utiliser un condom. Mark insiste sur le fait qu'il n'y a aucun danger de contracter une infection transmise sexuellement (ITS).

Comment Silve doit-elle réagir à la situation en utilisant la :

communication passive?

communication agressive?

communication assertive?

SCÉNARIO 5

Simon demande à sa copine Marlene de dormir chez lui en sachant que les parents de Marlene ne seront pas d'accord.

Comment Marlene réagira-t-elle envers Simon lorsqu'elle sera confrontée à cette situation, en utilisant la :

communication passive?

communication agressive?

communication assertive?

Nom de l'élève : _____

Parent/adulte participant : _____

DÉTECTIVE DE SERVICES DE LA SANTÉ

Supposons que votre meilleur ami vous dise qu'il songe à devenir sexuellement actif et qu'il souhaite obtenir des conseils au sujet des moyens de contraception. Vers qui proposeriez-vous qu'il se tourne pour obtenir de l'aide? Servez-vous du document de cours pour inscrire des renseignements au sujet d'une clinique de votre communauté. Si possible, demandez à vos parents ou à un tuteur de vous recommander un endroit.

1. Nom de la clinique :

2. Adresse et numéro de téléphone de la clinique :

3. Heures d'ouverture de la clinique :

4. Les services suivants sont offerts à la clinique :

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Contraception | <input type="checkbox"/> Dépistage des ITS |
| <input type="checkbox"/> Distribution de condoms | <input type="checkbox"/> Traitement des ITS |
| <input type="checkbox"/> Tests de grossesse | <input type="checkbox"/> Dépistage du VIH |
| <input type="checkbox"/> Soins prénataux | <input type="checkbox"/> Consultation en matière de VIH |
| <input type="checkbox"/> Aiguillage vers d'autres agences | <input type="checkbox"/> Groupes de soutien |

5. Quelle est la politique de la clinique en matière de confidentialité?

6. Est-ce que vous consulteriez cette clinique pour un examen médical ou au sujet des moyens de contraception? Rédigez 2 à 4 phrases pour justifier votre réponse.