

Au-delà de l'essentiel :

*Guide-ressources sur l'éducation en matière
de santé sexuelle et reproductive*



Canadian Federation
for Sexual Health



Fédération canadienne
pour la santé sexuelle

Au-delà de l'essentiel : ***Guide-ressources sur l'éducation en matière*** ***de santé sexuelle et reproductive***



deuxième édition

Canadian Federation
for Sexual Health



Fédération canadienne
pour la santé sexuelle

© 2006 Fédération canadienne pour la santé sexuelle / Canadian Federation for Sexual Health.

Tous droits réservés. Aucune partie de cet ouvrage ne peut être reproduite ni transmise à des fins commerciales sous quelque forme, par quelque procédé (électronique, sonore ou mécanique, y compris par photocopie) ou sur quelque système de mise en mémoire ou de recherche de l'information que ce soit connu ou inventé à l'avenir, et ce, sans l'autorisation écrite de l'éditeur. Cette autorisation est accordée pour un usage non commercial.

Le Guide-ressources s'adresse aux personnes et aux organismes qui œuvrent dans le domaine de la santé sexuelle et reproductive. Les documents les plus récents ont servi à sa préparation; cependant, les lecteurs doivent savoir que l'information évolue rapidement. Par conséquent, nous encourageons les utilisateurs à consulter un vaste éventail de documentation ou à communiquer avec nous au (613) 241-4474 pour de plus amples renseignements. Les lecteurs qui se fient entièrement à la présente information le font à leurs propres risques. La Fédération canadienne pour la santé sexuelle n'acceptera aucune responsabilité pour les torts ou dommages pouvant résulter de l'usage ou du mauvais usage de cette information.

ISBN 0-9688118-5-X

Santé Canada a financé la présente publication.

Les opinions exprimées ici sont celles des auteurs et ne traduisent pas nécessairement le point de vue officiel de Santé Canada.

On peut se procurer des exemplaires supplémentaires de ce document auprès de :

Fédération canadienne pour la santé sexuelle, 1, rue Nicholas, bureau 430
Ottawa (Ontario) K1N 7B7 Téléphone : (613) 241-4474 Télécopieur : (613) 241-7550 Courriel : admin@cfsh.ca Site Web : <http://www.cfsh.ca>

This document is available in English.

Avant-propos et remerciements

La Fédération canadienne pour la santé sexuelle est heureuse de publier *Au-delà de l'essentiel : Guide ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive (deuxième édition)*. Ce programme d'étude, élaboré sous la direction d'un comité consultatif d'experts canadiens, a été parrainé par la FCSS et subventionné grâce au Fonds pour la santé de la population de Santé Canada.

La FCSS est une organisation nationale bénévole qui œuvre en collaboration avec divers membres dans 68 collectivités du Canada. Nous cherchons à favoriser une société qui mette en valeur la santé et la diversité sexuelle, et qui favorise une image sexuelle de soi positive pour toute la vie. Notre mission consiste à promouvoir la santé et les droits en matière de sexualité et de reproduction en vue d'améliorer la qualité de vie de tous et de toutes.

Nous avons produit ce document en espérant offrir aux éducateurs les outils dont ils ont besoin pour enseigner un programme d'éducation sexuelle efficace. Nous remercions Santé Canada du financement qui a permis de concrétiser ce projet, ainsi que toutes les personnes qui y ont participé.

A handwritten signature in black ink that reads "Linda Capperauld". The signature is written in a cursive, flowing style.

Linda Capperauld
Directrice générale
Fédération canadienne pour la santé sexuelle

Table des matières

Avant-propos et remerciements

Au Sujet du Guide-Ressources

Collaborateurs

Programmes participants

Module 1: Les préliminaires

Module 2: Valeurs et sexualité

Module 3: Puberté et santé génésique

Module 4: Estime de soi

Module 5: Identité sexuelle

Module 6: Relations, communication et prise de décisions

Module 7: Contraception et sexualité à risques réduits

Module 8: ITS et VIH

Annexes

Annexe A	Glossaire
Annexe B	Modèle de lettre à l'intention des parents
Annexe C	Activités liées à l'évaluation des besoins
Annexe D	Activités d'exploration communautaire
Annexe E	Utiliser Internet pour trouver de l'information sur la santé sexuelle
Annexe F	Activités «brise-glace»
Annexe G	Diagrammes anatomiques

Ressources

Au sujet du *Guide-ressources*

Des études menées à l'échelle internationale révèlent que les interventions adéquatement conçues à l'intention des adolescent-e-s, en matière de santé sexuelle, réduisent le risque de grossesse non désirée, d'infections transmissibles sexuellement et d'infection par le VIH, en contribuant à une utilisation accrue du condom et d'autres méthodes contraceptives et en retardant les premières relations sexuelles¹. Malgré cela, l'éducation sexuelle se fait de façon fragmentée et irrégulière au Canada. Jeunes, enseignants, bénévoles, infirmières et organisations professionnelles et communautaires au pays s'entendent pour reconnaître à quel point le besoin se fait sentir de disséminer davantage d'information sur la prestation et le contenu des programmes d'éducation sexuelle. Au-delà de l'essentiel : Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive vise à combler cette lacune.

Le Guide-ressources, qui se veut un outil à l'intention des personnes qui enseignent l'éducation sexuelle aux jeunes de 9 à 18 ans, se fonde sur les Lignes directrices nationales pour l'éducation en matière de santé sexuelle de Santé Canada. Conçu comme un complément aux lignes directrices et aux programmes établis par les ministères provinciaux ou territoriaux chargés de l'éducation, il peut servir dans les écoles ou dans les organismes communautaires. Tous les efforts ont été déployés pour en assurer le contenu canadien, mais certains documents américains ont aussi servi à sa préparation. Certaines activités ont également été élaborées par la Fédération canadienne pour la santé sexuelle.

Nous espérons que le Guide-ressources permettra d'améliorer le contenu, la qualité et l'efficacité des cours d'éducation sexuelle au Canada, et ce, dans le meilleur intérêt de la santé des enfants et des jeunes.

Le *Guide-ressources*, subventionné par Santé Canada :

- respecte les diverses opinions sur la sexualité dans un contexte multiculturel;
- encourage la prise de décisions saines;
- met l'accent sur la confiance en soi et les aptitudes à la négociation;
- encourage une saine sexualité grâce à la dissémination d'information, à la prestation de conseils de motivation et à l'amélioration des compétences comportementales, dans un contexte propice à la santé sexuelle

¹ McKay, Alex (2004). <<Sexual Health Education in the Schools: Questions and Answers>>. *The Canadian Journal of Human Sexuality*. 13 (3-4): 132. Le document est reproduit dans son intégrité à l'adresse www.sieccan.org

Le droit à l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive

Nous sommes tous des êtres sexuels. D'après Santé Canada :

Une sexualité saine constitue une réalité positive et dynamique dans la vie de tout être humain. Elle englobe la connaissance de soi, les possibilités d'épanouissement et d'expérimentation de la sexualité, la faculté d'avoir des relations intimes et des relations interpersonnelles harmonieuses, de même que la capacité d'assumer diverses expressions de la sexualité comme l'amour, la joie, l'affection, la sensualité et le célibat. Notre attitude envers la sexualité, notre capacité de comprendre et d'accepter notre propre sexualité ainsi que notre propension à faire des choix éclairés et à respecter ceux des autres, sont autant d'aspects essentiels qui façonnent tant notre personnalité que la manière dont nous interagissons avec notre milieu².

Au bas mot, l'accès à de l'information qui peut contribuer à prévenir des problèmes de santé sexuelle et améliorer la santé sexuelle est un droit fondamental. C'est d'ailleurs ce qui justifie la prestation de cours d'éducation sexuelle aux jeunes. En élaborant ses *Lignes directrices nationales pour l'éducation en matière de santé sexuelle*, Santé Canada (1994) a entériné la santé sexuelle en tant qu'état de bien-être physique, émotionnel, mental et sociétal lié à la sexualité, qui ne saurait être réduit à l'absence de maladie, de dysfonction ou d'infirmité :

La santé sexuelle exige une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences agréables et sécuritaires, sans coercition, discrimination ni violence. Pour atteindre la santé sexuelle et la maintenir, il faut protéger et réaliser les droits sexuels de chacun³.

Le droit à la santé sexuelle passe sans équivoque par des cours qui inculquent aux jeunes les connaissances appropriées, qui les sensibilisent et les aident à acquérir les compétences dont ils ont besoin pour prendre des décisions éclairées au sujet de leur santé sexuelle. Le fait de reconnaître et d'affirmer le droit des jeunes à l'éducation sexuelle représente la pierre d'assise justifiant l'élaboration et la mise en œuvre de programmes d'éducation sexuelle par les écoles et d'autres organismes communautaires.

² Santé Canada. (1999) *Compte rendu des consultations menées pour un Cadre de référence en matière de santé sexuelle et génésique*. Ottawa, auteur, p. 2.

³ Santé Canada. (2003) *Lignes directrices nationales pour l'éducation en matière de santé sexuelle*. Ottawa, auteur, p. 7.

Principes directeurs de l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive

Sexualité

- La sexualité est étroitement liée au développement physique, émotif, spirituel et interpersonnel de chaque individu.
- La sexualité influence les pensées, les sentiments, les actions, les interactions et, par conséquent, notre santé physique et mentale.
- Dans chaque collectivité existe une diversité de croyances, de valeurs et de fondements moraux, tant personnels que sociaux, liés à la sexualité.
- Le rôle de la sexualité évolue en fonction des étapes de la vie des personnes.

Santé sexuelle

- La santé sexuelle passe par l'intégration des aspects physiques, émotifs et sociaux de la sexualité par des moyens qui contribuent à la santé et au bien-être d'ensemble de la personne.
- Dans une société démocratique, la santé sexuelle comprend l'aptitude de prendre des décisions éclairées au sujet de son comportement en matière de sexualité et de reproduction, et ce, dans le contexte de l'éthique sociale et personnelle.
- Pour faire des choix éclairés et propices à leur santé sexuelle, les gens doivent avoir accès à des renseignements au sujet de la santé sexuelle qui soient justes et qui conviennent à leur stade de développement.

Éducation en matière de santé sexuelle

- L'éducation en matière de santé sexuelle est une activité communautaire de vaste portée.
- L'éducation en matière de santé sexuelle est une responsabilité partagée par les parents, les élèves, les écoles, les lieux de culte, les services sociaux, juridiques et de santé, les médias et diverses autres organisations concernées.
- L'éducation en matière de santé sexuelle permet aux individus, aux couples, aux familles et aux collectivités d'acquérir les connaissances, la motivation, les compétences et la sensibilisation critique nécessaires pour rehausser leur santé sexuelle.
- L'éducation en matière de santé sexuelle doit respecter les croyances individuelles et être réceptive aux besoins de chacun ainsi qu'à la diversité des traditions communautaires, culturelles et religieuses.
- L'éducation en matière de santé sexuelle répond aux besoins individuels de tous les élèves.
- L'éducation en matière de santé sexuelle reconnaît, explore et favorise la responsabilité de l'individu de respecter les droits et les besoins d'autrui.
- L'éducation en matière de santé sexuelle met l'accent sur la valeur intrinsèque et la dignité de l'individu.
- L'éducation en matière de santé sexuelle est tout à la fois continue et séquentielle, reflétant les diverses étapes de développement de la personne.

- Vu le lien significatif qu'elle entretient avec presque tous les jeunes, l'école est un organisme dont le rôle est fondamental en terme d'éducation sexuelle.
- Les programmes efficaces d'éducation sexuelle à l'école primaire et secondaire sont enseignés dans le cadre de cours particuliers et sont liés à des champs d'étude connexes qui traitent de sexualité, de relations interpersonnelles et de développement personnel.

Justification de l'éducation sexuelle

Les preuves ne manquent pas pour confirmer que les Canadiens sont privés de l'information, du soutien et des services dont ils ont besoin pour assurer un développement sexuel sain. Les adolescents canadiens affichent des taux élevés d'infections transmissibles sexuellement (ITS), qui constituent une importante menace à leur santé et à leur bien-être. Par exemple, plus de la moitié des cas déclarés de chlamydia touchent des jeunes de 15 à 29 ans⁴. Le risque d'infection par le VIH demeure donc élevé, parmi les jeunes canadiens, étant donné la coexistence fréquente d'ITS et du VIH, et le fait que les ITS peuvent accroître le risque de transmission du VIH⁵. Bien que le taux de grossesse chez les adolescentes au Canada ait diminué (de 48,6 par 1 000 en 1994 à 30,6 par 1 000 en 2001)⁶, il s'agit encore d'une préoccupation importante en raison de ses implications pour la santé et le bien-être des jeunes femmes, ainsi que de ses répercussions économiques⁷. Ces grossesses non souhaitées et ces maladies transmises sexuellement, de même que l'image corporelle négative, la baisse de l'estime de soi et la violence sexuelle chez les adolescents représentent souvent la conséquence du manque d'information opportune et pertinente, de modèles positifs ou de soutien aux jeunes.

Définitions clés

Santé reproductive – État de complet bien-être physique, mental et social, et non pas seulement l'absence de maladie, pour tout ce qui touche au système reproducteur, à ses fonctions et à ses processus.

Droits génésiques – Droits de la personne reconnus par des documents juridiques ainsi que des ententes nationales et internationales sur les droits de la personne. On y inclut le droit des couples et des individus de décider librement et de façon responsable du nombre d'enfants désirés et de la différence d'âge entre eux ainsi que le droit d'obtenir l'information et les moyens leur permettant d'y arriver; le droit d'atteindre la meilleure santé sexuelle et reproductive; et le droit de prendre des décisions à l'abri de toute discrimination, coercition ou violence.

Santé sexuelle – Réalisation d'objectifs positifs (p. ex. : l'estime de soi, le respect de soi et d'autrui, une satisfaction sexuelle respectueuse de l'autre, des relations humaines épanouissantes, la joie d'une grossesse désirée) et évitement de résultats négatifs (p. ex. : les grossesses non désirées, les maladies transmises sexuellement, la coercition sexuelle)⁸.

Éducation en matière de santé sexuelle – L'éducation en matière de santé sexuelle permet aux individus, aux couples, aux familles et aux collectivités d'acquérir les connaissances, la motivation, les compétences et la sensibilisation critique nécessaires pour rehausser leur santé sexuelle et éviter les problèmes dans ce domaine⁹.

⁴ Santé Canada. (2004) *2002 Canadian Sexually Transmitted Infections (STI) Surveillance Report: Pre-Release*. Ottawa, auteur.

⁵ Santé Canada. (2000). *Rapport de surveillance canadien 1998/1999 sur les infections transmises sexuellement : pré-publication*, auteur.

⁶ Statistique Canada (2005). *Issues de la grossesse, selon le group d'age 1997-2001*.

⁷ Heather Dryburgh (2000). *Grossesse chez les adolescents*. Rapports sur la santé, Vol. 12, No. 1. Santé Canada.

⁸ Santé Canada. (1994) *Lignes directrices nationales pour l'éducation sexuelle en matière de santé*. Ottawa, auteur, p. 29.

⁹ *Ibid.*, p. 7.

Utilisation du *Guide-ressources*

Le Guide-ressources se compose de huit modules ou chapitres. Chacun d'eux aborde des sujets précis, allant des compétences plus générales (p. ex. : valeurs, estime de soi, relations) aux questions plus complexes (contraception, ITS, VIH). Voici un aperçu des sujets couverts :

Niveau I :
Enfants entre
9 et 11 ans
Entre la 4^e et la
6^e année

- Valeurs et sexualité
- Puberté et santé génésique
- Estime de soi
- Identité sexuelle
- Relations, communication et prise de décisions
- Contraception et sexualité à risques réduits
- ITS et VIH
- Ressources

Niveau II :
Enfants entre
12 et 14 ans
Entre le
Secondaire
I et III
(entre la 7^e et la
9^e année)

Chaque module contient une introduction d'une ou de deux pages qui sert à souligner les problèmes clés pouvant surgir pendant l'enseignement du chapitre.

Il est fortement recommandé de prendre le temps de lire cette section!

L'introduction précise les objectifs, donne de l'information documentaire et indique de quelle façon inclure les activités des autres modules dans le cadre de plans de cours plus exhaustifs.

Niveau III :
Adolescents de
plus
de 15 ans
Secondaire IV et
plus
(10^e année et plus)

En plus de cette introduction, chaque module contient une série d'activités¹⁰ pour les participants ainsi que la clé des réponses et des instructions pour l'enseignant. Toutes les activités et les documents de travail peuvent être reproduits. Les activités des modules sont divisées en trois niveaux :

Niveau I : 9 à 11 ans; entre la 4^e et la 6^e année

Niveau II : 12 à 14 ans; entre le Secondaire I et III (entre la 7^e et la 9^e année)

Niveau III : 15 ans et plus; Secondaire IV et plus (10^e année et plus)

Étant donné que les enfants et les adolescents se développent sur les plans physique, sexuel et émotif à des rythmes différents, l'âge et le degré d'étude associés à chaque niveau ne doivent être interprétés que comme des recommandations.

Le glossaire à l'annexe A constitue une autre caractéristique du Guide-ressources. Comme toutes les autres matières, l'éducation sexuelle possède un vocabulaire qui lui est propre. Conçu spécialement à l'intention de l'enseignant, ce glossaire servira à assurer l'utilisation du mot juste et à définir les termes répétés dans tout le Guide-ressources.

¹⁰ Il est fortement recommandé que les enseignants consultent les lignes directrices régissant leur programme avant de choisir des activités du Guide-ressources, car ces directives varient d'une région à l'autre.

Un mot sur les activités

Au cours des vingt dernières années, de nombreuses recherches ont été consacrées à l'identification des principaux ingrédients permettant le succès de l'éducation sexuelle. En ce qui concerne la prévention des grossesses non désirées, du VIH et du sida ainsi que des ITS, un consensus semble s'être établi au sujet des deux démarches les plus efficaces, qui ont d'ailleurs été incluses au cœur du Guide-ressources:

1. Les programmes de prévention efficaces mettent nettement l'accent sur les façons d'enrayer les comportements risqués au niveau sexuel. Ils offrent une information directement pertinente et donnent l'occasion aux jeunes de trouver la motivation et la sagesse d'utiliser ces renseignements en plus de les aider à développer les compétences nécessaires pour adopter des comportements favorables à la santé.
2. Les programmes de prévention efficaces suivent une double approche visant d'une part à offrir aux jeunes l'éducation nécessaire les incitant à retarder les premiers rapports sexuels et d'autre part à les encourager à se servir systématiquement de moyens de contraception ou de préservatifs pour leurs rapports sexuels. L'abstinence y est présentée comme une option, mais la pertinence et l'efficacité des programmes « d'abstinence à tout prix », qui n'offrent pas de choix ni d'information au sujet de la prévention des grossesses et des ITS (grâce aux moyens contraceptifs par exemple), n'ont pas été démontrées.¹¹

Outre ce qui précède, les activités du Guide-ressources se fondent aussi sur le modèle « information, motivation, compétences comportementales » en matière d'éducation sexuelle¹², qui offre une base théorique claire pour l'élaboration et la mise en œuvre de programmes efficaces. Essentiellement, ce modèle affirme que l'acquisition d'information liée à la santé sexuelle, la motivation et les compétences comportementales, dans un contexte propice à la santé sexuelle, constituent les éléments essentiels de la prévention des problèmes et de l'amélioration des comportements liés à la santé sexuelle. Pour changer les comportements, l'éducation sexuelle doit comporter chacun des quatre éléments du modèle.

Par exemple, en ce qui concerne la prévention des grossesses non désirées et des ITS ou du VIH, le modèle suggère ce qui suit:

1. Un élève doit disposer d'une **information** qui présente un rapport direct avec la question de la prévention et qui peut facilement se traduire, dans son contexte social, par un comportement menant à la réduction des risques.
2. Une fois l'information pertinente obtenue, l'élève doit avoir assez de **motivation** pour s'en inspirer concrètement. Cela inclut la motivation personnelle l'incitant à adopter des comportements de prévention (p. ex. : utilisation systématique d'un condom, fait de différer les rapports sexuels), la

¹¹ McKay, Alex (2004). <<Sexual Health Education in the Schools: Questions and Answers>>. *The Canadian Journal of Human Sexuality*. 13 (3-4): 132. Le document est reproduit dans son intégrité à l'adresse www.sieccan.org

¹² Ce modèle se veut une base pour comprendre les éléments psychologiques fondamentaux justifiant les comportements en matière de santé sexuelle et reproductive ainsi qu'une méthode pour établir des programmes d'éducation théoriques et empiriques. Il sert à mettre l'accent sur une vaste gamme de comportements et peut être adapté selon les besoins de divers groupes cibles. Le modèle IMCC bénéficie d'un important soutien empirique et il a été prouvé que les programmes s'en inspirant aident les gens à modifier leur comportement en matière de santé sexuelle et reproductive en vue d'améliorer leur santé sexuelle. Pour tout complément d'information sur ce modèle théorique, voir les Lignes directrices nationales pour l'éducation en matière de santé sexuelle, ci-jointes.

motivation sociale l'incitant à agir de façon préventive (p. ex. : perception d'un appui social parce qu'il adopte une telle attitude) et la perception d'une vulnérabilité personnelle quant aux grossesses non désirées et aux ITS.

3. Lorsqu'il est assez informé et motivé en matière de réduction des risques, l'élève doit acquérir les **compétences comportementales** nécessaires pour adopter un comportement de prévention. Parmi ces compétences, mentionnons : l'aptitude à négocier les limites sexuelles ou l'utilisation d'un préservatif avec l'autre, ainsi que l'aptitude à renforcer les modèles de comportement préventif pour lui et pour son partenaire.
4. L'acquisition d'information et le développement de la motivation, de la sagesse personnelle et des compétences comportementales visant la santé sexuelle devraient se produire dans un contexte propice à la santé sexuelle. Par exemple : offrir des occasions d'examiner comment certaines circonstances peuvent contribuer ou nuire aux efforts individuels pour atteindre et maintenir la santé sexuelle, et favoriser un climat de respect où les participants sont à l'aise de poser des questions, de discuter de leurs valeurs et de partager leurs points de vue avec autrui.

Un mot sur l'évaluation

La tâche peut revenir aux enseignants d'évaluer les élèves participant à leurs cours d'éducation sexuelle. Bien que le Guide-ressources présente certaines idées d'évaluation, l'essentiel des modalités d'évaluation reste à la discrétion des enseignants. Chaque module contient plusieurs documents de travail (questionnaires, devoirs, etc.) qu'il est assez facile de noter. Cependant, nombre de modules présentent des activités pour lesquelles le participant doit demander l'aide d'un adulte en qui il a confiance. Veuillez noter que même si le formulaire de déclaration confirme que le devoir a été fait et que la vie privée des participants sera respectée, les jeunes ne seront pas toujours en mesure de faire ces devoirs (p. ex. : pour des raisons de sécurité ou s'ils n'ont personne à qui parler). Soyez sensible aux divers besoins et circonstances associés à votre groupe.