

Oser... être soi-même!

De la recherche-action au développement d'outils en éducation à la sexualité

Par Anne-Marie Bérard, sexologue M.A. et Francine Duquet, Ph.D, sexologue et professeure au Département de sexologie de l'Université du Québec à Montréal (UQAM)

Depuis 2005, le Projet de recherche-action *Outils des jeunes face à l'hypersexualisation* de l'Université du Québec à Montréal (UQAM) a pour but de sensibiliser les jeunes et les adultes qui les accompagnent aux phénomènes de l'hypersexualisation sociale et de la sexualisation précoce, tout en proposant des pistes de réflexion et d'intervention en éducation à la sexualité. Ainsi l'outil *Oser être soi-même* a été créé en 2010 afin de répondre à l'un des objectifs du projet, soit de concevoir et diffuser des outils didactiques en éducation à la sexualité. Les auteures Duquet, Gagnon et Faucher mentionnent que cet outil vise à « ... favoriser une démarche globale d'éducation à la sexualité, travailler les repères et les limites, encourager le sentiment d'autonomie personnelle par le biais de l'esprit critique notamment et axer l'intervention sur le développement des rapports égaux, et ce, en outillant les adolescentes et les adolescents aussi bien que les intervenantes et les intervenants qui les accompagnent. »

La recherche-action : balises pour la conception de l'outil *Oser être soi-même*

Le rapport intitulé *Perceptions et pratiques de jeunes du secondaire face à l'hypersexualisation et à la sexualisation précoce* (Duquet et Quéniart, 2009), rend compte des résultats d'une recherche exploratoire effectuée auprès de 69 jeunes, 46 filles et 23 garçons, issus d'écoles secondaires montréalaises. Parmi ceux-ci, 46 (29 filles et 17 garçons) provenaient du 1^{er} cycle et 23 (17 filles et 6 garçons) du 2^e cycle. La moyenne d'âge de ces 69 jeunes était de 14,5 ans. Ils ont participé à une entrevue individuelle et répondu à un questionnaire écrit qui visaient à connaître leurs perceptions et leurs réalités en lien avec l'hypersexualisation, la sexualisation précoce et leurs impacts. Les résultats indiquent qu'il importe d'intervenir sur le plan des rôles et des stéréotypes sexuels, des rapports égaux, de la perception de l'amour et de l'intimité. S'ajoutent à cela les réalités et préoccupations qui gravitent autour de la sexualité adolescente. En somme, cette recherche aura permis de soulever des pistes d'intervention auprès des jeunes et de jeter les bases de l'outil d'éducation à la sexualité *Oser être soi-même*.

La conception d'un outil d'éducation à la sexualité : *Oser être soi-même*

Avant d'être diffusé, cet outil didactique a fait l'objet d'une validation auprès de jeunes, de membres du personnel enseignant ainsi qu'auprès d'intervenants et d'intervenantes jeunesse. Une attention particulière a été accordée à l'âge et au niveau de développement psychosexuel des jeunes et, de ce fait, l'outil a été conçu en trois sections correspondant à un niveau scolaire : 1^{er}, 2^e et 3^e cycle du secondaire. Ainsi, à travers 19 rencontres de 75 minutes s'adressant à des jeunes de 12 à 17 ans, *Oser être soi-même* couvre plusieurs thématiques pouvant s'arrimer aisément aux interventions de prévention des comportements sexuels à risque, dont la prévention des ITSS. Cet outil permet d'aborder :

- Le rapport au corps
 - Les relations amicales et la pression des pairs
 - Les rumeurs et l'intimidation
 - La séduction
 - Les relations amoureuses
-

- L'intimité
- Le désir et le plaisir
- L'érotisme et la consommation sexuelle
- Les conduites sexualisées et l'agir sexuel
- Le consentement et les relations où la disparité de l'âge est importante
- Les modèles médiatiques
- La sexualité et l'Internet

Il est important d'offrir aux jeunes plusieurs angles de réflexion pour mieux comprendre ce que représente la sexualité en général, et plus particulièrement à l'adolescence. Les auteures estiment qu'on ne peut espérer que ces jeunes adoptent des conduites sexuelles sécuritaires sans que ceux-ci puissent réfléchir et discuter librement des diverses facettes et enjeux de la sexualité ainsi que de la relation à l'autre. Bien que cet outil ne vise pas à prévenir spécifiquement les ITSS chez les jeunes, les interventions qu'il propose peuvent y être étroitement liées. Ces interventions abordent en effet des sujets en amont des comportements sexuels à risque, tels le rapport au corps, la pression des pairs, la séduction, le consentement, le désir et le plaisir instaurant ainsi « *une démarche éducative qui présente également les aspects positifs de la sexualité* » (Duquet, Gagnon et Faucher, 2010 : 22).

Oser être soi-même poursuit donc trois objectifs :

- Favoriser la réflexion sur ce que représentent et impliquent l'éveil amoureux et sexuel, la séduction, les relations amoureuses, l'intimité affective et sexuelle, les rapports égalitaires.
- Favoriser le développement d'un esprit critique face à la commercialisation de la sexualité et à ses impacts sur la construction de leur identité, leur perception des relations garçons-filles, et sur l'intimité amoureuse et sexuelle.
- Favoriser le développement d'habiletés à affirmer davantage leur point de vue et, s'il y a lieu, mieux négocier leurs activités sexuelles dans le respect de leur intimité, de leurs limites et de celles des autres.

Même si l'outil propose principalement des interventions de groupe, des intervenantes, dont les infirmières scolaires, disent en faire usage sur une base individuelle. Il est donc possible d'offrir aux jeunes l'occasion de discuter non seulement des aspects préventifs de la sexualité, mais également de « *... ce que peut représenter une sexualité " saine ", proche de leur réalité adolescente et de leurs besoins* » (Duquet, Gagnon et Faucher, 2010 : 24). Il sera intéressant de combiner ces activités à d'autres interventions axées sur la promotion des comportements sexuels sécuritaires et de prévention des ITSS.

L'offre de formation

Deux formations sont offertes par le projet, dont l'une permet d'accompagner les spécialistes de terrain dans l'utilisation de l'outil *Oser être soi-même*. Les formations et l'outil connaissent d'ailleurs un fort succès auprès des milieux de la santé et des services sociaux, des maisons de jeunes, du personnel enseignant, des animateurs et animatrices de vie spirituelle, des corps policiers, etc. Plus de 2550 personnes issues de ces milieux ont ainsi participé à l'une ou l'autre des formations offertes depuis 2007.

Les éléments clés

La recherche-action repose sur plusieurs étapes ayant mené à la conception d'*Oser être soi-même* :

- Une recherche exploratoire auprès des jeunes aura d'abord permis de lever le voile sur leurs préoccupations et leurs réalités vis-à-vis de la sexualité. Les résultats de cette recherche ont permis d'identifier des pistes d'intervention permettant ainsi de jeter les bases de l'outil *Oser être soi-même*.
- Les premières versions de l'outil ont fait l'objet d'une validation auprès de spécialistes de terrain et de jeunes, puis d'une bonification en regard de leurs commentaires. Des diaporamas d'accompagnement à l'animation de type *PowerPoint* ont ensuite été réalisés rendant ainsi la présentation plus dynamique. L'outil final a été déposé sur le site du projet *Outils des jeunes face à l'hypersexualisation* où il est téléchargeable gratuitement.
- Des formations ont été conçues par la suite pour préparer les professionnels à mieux intervenir auprès des jeunes sur des enjeux complexes et d'actualité liés à la sexualité. L'une d'elles permet spécifiquement l'appropriation de l'outil *Oser être soi-même*.
- Les personnes qui utilisent *Oser être soi-même* peuvent aussi en faire l'évaluation en ligne. Ceci permet de suivre le déploiement de l'outil et d'évaluer son impact auprès des jeunes. On constate, d'ailleurs, un taux de satisfaction très élevé à l'égard de l'outil. Les commentaires reçus traduisent l'appréciation générale de la diversité des méthodes pédagogiques qui « *permettent aux jeunes de parler* », ou « *d'apprendre en s'amusant* ». Les utilisateurs apprécient également la qualité du contenu le considérant « *bien documenté et structuré* », « *très cohérent avec ce que vivent les ados* ». Sans compter les divers impacts observés chez les jeunes selon lesquels « *ils prennent plus conscience de ce qu'est l'hypersexualisation. Ce n'est pas seulement les strings et les gilets bedaines* » ; « *ils réfléchissent davantage sur leurs comportements* » et ils seraient « *plus conscients de l'impact d'un consentement* ». D'autres encore voient des changements appréciables dans les attitudes entre garçons et filles.

Tirer profit de la richesse de l'analyse et de l'originalité des propositions des jeunes

Les auteures de l'outil concluent à la grande valeur de l'analyse et des propositions des jeunes. Elles notent que «... *Le développement de l'autonomie personnelle, d'une vision égalitaire des rapports garçons-filles et de la capacité à mieux vivre et protéger leur intimité doivent aller au-delà de simples messages "prescriptifs" [et] s'inscrire dans une démarche de réflexion concrète où l'on sera à même de constater la richesse de l'analyse et l'originalité des propositions des jeunes pour changer le monde et Oser... être soi-même!* »

LIENS

- [Site Web du projet](#)

Documents cités dans le texte :

- [Rapport de recherche](#)
 - [Outil didactique et diaporamas d'animation](#)
 - [Évaluation en ligne de l'outil Oser être soi-même](#)
 - [Bilan des réalisations \(2005-2013\) du projet Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation](#)
-