

Fiche parents et tuteurs.trices

10^e année - 2024-25

SANTÉ SEXUELLE ET CONSENTEMENT

LE CONSENTEMENT

Donner librement
sans pression ni influence, et
à l'âge légal

Enthousiaste
un silence ne veut pas dire
« oui »

Spécifique
le consentement pour un acte
sexuel n'est pas un accord
pour tous les actes sexuels

Informer
Connaissance de la santé
sexuelle de l'autre
(contraception, ISTs, etc.)

Réversible
chacun a le droit de changer
d'avis à tout moment

EST-CE NORMAL QUE MON ADO PENSE AU SEXE ?

Contrairement à ce qu'on pourrait penser, les ados au Canada n'ont pas leurs premières relations intimes plus tôt que les générations précédentes. Les tendances montrent qu'au cours des dix dernières années les jeunes commencent même légèrement plus tard. En Colombie-Britannique, le pourcentage de jeunes ayant déjà eu une relation sexuelle avec pénétration vaginale était de 16 %, alors que les jeunes ayant déjà pratiqué le sexe oral était de 17 % (BC Adolescent Health Survey 2023). Cependant, le fait que la sexualité soit accessible à plusieurs endroits (télévision, musique, magazines, internet, etc.) donne l'impression que les adolescents.es sont plus actifs sexuellement que par le passé.

Les jeunes peuvent également percevoir que la majorité des 15-16 ans ont déjà eu leurs premières relations sexuelles. S'ils pensent que c'est le cas, ils peuvent ressentir une pression pour avoir des relations sexuelles conformes à la norme, surtout s'il est important pour votre adolescent.e de s'en tenir au statu quo. Peut-être qu'ils vous diront que tous les jeunes de leur âge ont des relations sexuelles, que ce n'est pas comme à votre époque. Il peut être intéressant de partager les statistiques ci-dessus avec votre adolescent.e s'il/elle pense que tous les adolescents.es ont des relations sexuelles. Vous pourriez leur répondre qu'il est vrai qu'ils vivent dans une société où la sexualité est plus accessible, mais cela ne veut pas dire que tout le monde est sexuellement actif. Cependant, ce contexte peut pousser les jeunes à ressentir beaucoup de pression pour avoir des relations sexuelles, surtout si des personnes de leur cercle d'amis.es immédiats ont déjà vécu cette expérience.

ABORDER DES DISCUSSIONS DE SANTÉ SEXUELLE AVEC VOTRE ADO

Aborder le sujet de la sexualité avec les adolescents.es n'est pas toujours facile. Il est possible de se sentir gêné.e, de craindre de ne pas avoir les réponses à ses questions, ou simplement de vouloir éviter le sujet. Lors ou à proximité de leurs premières expériences amoureuses, intimes et sexuelles, les jeunes vivent une grande insécurité et s'interrogent sur plusieurs sujets. Dites-vous que s'ils ont besoin d'informations, ils iront les chercher. Si ce n'est pas avec vous, ce sera dans les livres, sur internet, avec des amis.es, la famille, un.e aidant.e ou leur partenaire. Être ouvert aux discussions et donner des réponses augmente les chances que votre adolescent.e se tourne vers vous en cas de besoin. Insistez sur le fait que vous n'avez pas besoin d'avoir toutes les réponses ou de vous sentir à l'aise avec toutes les discussions, d'où l'importance d'avoir des ressources en tête à donner à votre enfant lorsque vos limites sont atteintes.

JE M'INQUIÈTE DU COMPORTEMENT DE MON ADO

De temps en temps, vous pouvez vous inquiéter des comportements de votre adolescent.e en ce qui concerne son développement sexuel. Ces comportements peuvent varier en fonction de l'adolescent.e, alors voici quelques suggestions sur ce qu'il faut faire si vous vous inquiétez de son comportement :

- Nommez vos préoccupations. Ouvrir la discussion avec votre adolescent.e peut mener à des conversations intéressantes où vous en apprendrez plus à son sujet.
- Sécurité : Soulignez votre préoccupation pour leur sécurité. Discutez des dangers et des conséquences des comportements qu'ils manifestent actuellement.
- L'empathie est très importante dans ces discussions. Sachez que votre adolescent.e traverse son développement sexuel, il se peut donc qu'il ne soit pas conscient.e des répercussions de ses comportements.
- Vous pouvez toujours consulter LigneParents. Un.e conseiller.ère peut discuter avec vous de la situation spécifique de votre adolescent.e et savoir quoi faire ainsi que vous mettre en contact avec les bonnes ressources.

Sources : [CAMH](#) et [LigneParents](#)



JE NE SUIS PAS À L'AISE DE DISCUTER AVEC MON ADO

Les conversations sur le sexe avec votre adolescent.e peuvent être inconfortables et c'est tout à fait normal. Si ces conversations sont nouvelles, il est normal que vous ne vous sentiez pas à l'aise d'en discuter avec votre adolescent.e. Voici quelques suggestions de ce que vous pouvez faire :

- **Recherche** : Avant d'entamer des discussions, faites vos propres recherches. Vous pouvez commencer par les ressources de la page 3.
- **Établissez vos limites** : Établir vos limites avant de commencer vous aidera à savoir quand il est temps de référer votre adolescent.e à une ressource lorsque vous n'êtes plus à l'aise.
- **Vous n'avez pas toutes les réponses** : c'est bien de ne pas avoir toutes les réponses. Dirigez votre adolescent.e vers des ressources comme [MeetRoo](#), un site de discussion anonyme avec de nombreuses réponses aux questions sur le sexe, la puberté, la santé sexuelle, etc.

QUELQUES CONSEILS UTILES :

- Une relation sexuelle englobe plusieurs choses (embrasser, caresser, consentir, etc.). Il n'est pas nécessaire de tout faire dès le départ et il est important de ne pas se concentrer sur une partie en discutant avec votre adolescent.e.
- Encouragez-les à développer un esprit critique lorsqu'ils consomment des médias et à réfléchir aux relations qui se présentent devant eux.
- Rassurez votre adolescent.e qu'il est normal de ne pas se sentir à l'aise de discuter ou de tout faire. Dites-leur : « Je vous comprends, je me sens un peu bizarre aussi. Comment puis-je vous mettre plus à l'aise ? »
- Mieux vaut prévenir que guérir ! Même si vous pensez que votre adolescent.e n'a pas encore eu de relations sexuelles, ce n'est jamais une mauvaise idée d'en discuter.
- Évitez d'avoir une grande conversation. Il est préférable de garder la conversation toujours ouverte afin que votre adolescent.e sache qu'il peut toujours discuter avec vous. En discutant plus souvent, la conversation devient de moins en moins gênante et votre adolescent.e peut discuter à son propre rythme.

Ressources

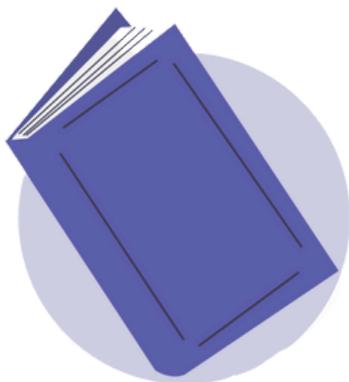
⚠ Important! Si vous êtes inquièt.e pour la santé de votre jeune, faites appel à de l'aide professionnelle ou appelez les lignes d'écoute mentionnées ci-dessous.

N'hésitez pas à communiquer avec le personnel de l'école : conseiller.e, l'enseignant.e ou la direction. Votre médecin de famille peut aussi aider, tout comme les ressources suivantes :

- Jeunesse, J'écoute : pour se confier, 24h/7j. Anonyme et bilingue.
Numéro sans frais : 1 800-668-6868
Site internet : jeunessejecoute.ca
- Sex sense line : un service gratuit, pro-choix, sex-positif et confidentiel. Une équipe d'infirmières, de conseillers et d'éducateurs sexuels offre des informations et des ressources sur le sexe, la sexualité et la santé sexuelle aux personnes vivant en Colombie-Britannique et au Yukon, au Canada
Appelez-les au 1-800-739-7367 ou au 604-731-7803 dans le Grand Vancouver
Soumettez votre question via le formulaire sur leur site internet

RESSOURCES EN FRANÇAIS

- Documentaire : [Ado, sexe et confiance](#)
- [LigneParents](#)
- [Le sexe et moi](#) : Ressource en matière de santé sexuelle (ressource bilingue)



RESSOURCES EN ANGLAIS

- [MeetRoo](#) : Anonymous chatting page for all questions about sexuality, sex, puberty, relationships, etc.
- [TedTalk](#) : A new metaphor for sex
- [Options for Sexual Health](#) : BC service offering current sexual and reproductive health care, information and education.

Communiquez avec nous :

Réseau-Femmes



Maryse Beaujeau-Weppenaar
direction@reseaufemmes.bc.ca



1555, 7e avenue Ouest
Vancouver, C.-B.



604-736-6912

JLRS



Questions générales : info@jlrs.ca
Claudya Leclerc : projets@jlrs.ca



www.jlrs.ca



@jeunesleadersrs



Agence de la santé
publique du Canada