



Ressources pour l'éducation à la sexualité

Projet pour les soignants

Le rôle des soignants dans l'éducation à la sexualité Boîte à outils

Développé par Autism Nova Scotia
Juin 2022





Table des matières

Introduction.....	1
Pourquoi les soignants devraient-ils être impliqués?.....	4
Quels sont les obstacles auxquels les soignants peuvent être confrontés?.....	5
Quels sont les sujets qu'une aide-soignante doit couvrir?.....	6
Comment savoir si un membre de votre famille est prêt à discuter de la sexualité?.....	8
Quel est votre objectif en tant qu'aidant ?.....	9
Qu'est-ce que cela signifie d'être un soignant sexuellement positif?.....	10
Pourquoi est-il important d'être un fournisseur de soins sexuellement positif?...10	
Quand faut-il commencer à dispenser des soins sexuellement positifs?.....	11
Comment être un soignant respectueux de la sexualité?.....	11
Références.....	24





Introduction

Les ressources d'éducation sexuelle pour les soignants se composent de quatre boîtes à outils et de deux webinaires. Le projet vise à développer des ressources accessibles d'éducation sexuelle complète qui répondent aux besoins des soignants de personnes autistes, des personnes autistes et d'autres intervenants. Nous espérons que ces ressources renforceront leur capacité à fournir des informations complètes sur l'éducation sexuelle à la ou aux personnes autistes de leur entourage.

Ces ressources permettront d'examiner comment il existe une lacune dans l'accès à une éducation sexuelle complète pour les personnes ayant un autisme et pour les personnes qui s'occupent d'elles afin de les soutenir en matière d'éducation sexuelle. Chaque boîte à outils et chaque webinaire porteront sur des sujets distincts mais connexes qui permettront aux soignants de personnes autistes de mieux comprendre comment s'informer et fournir une éducation sexuelle complète et positive aux membres de leur famille.





Boîte à outils & Webinaire

Boîte à outils 1 : Fondements et principes directeurs de l'éducation sexuelle complète et de la positivité sexuelle

Boîte à outils 2 : Le rôle des soignants dans l'éducation sexuelle de leur enfant/membre de la famille

Webinaire 1 : Le rôle des soignants dans l'éducation sexuelle de leur enfant / membre de la famille

Boîte à outils 3 : Soutenir l'acquisition de connaissances dans des domaines reflétant l'éducation sexuelle complète

Boîte à outils 4 : Soutenir le développement des compétences personnelles de votre enfant / membre de la famille

Webinaire 2 : Le rôle des soignants dans le soutien du développement de l'autonomie de la sexualité de leur enfant / membre de la famille





Boîte à outils 2 : Le rôle des soignants dans l'éducation sexuelle de leur enfant/membre de la famille

Cette boîte à outils décrit le rôle des soignants dans l'éducation sexuelle de leur enfant ou du membre de leur famille.

Tout au long de cette trousse à outils, nous examinons le rôle que doit jouer un aidant, les sujets qu'il doit aborder lorsqu'il fournit des informations sur l'éducation sexuelle et l'objectif qu'il doit poursuivre lorsqu'il fournit une éducation sexuelle complète aux membres de sa famille.

En outre, en nous appuyant sur le kit d'outils précédent, le kit d'outils 1 : Fondements et principes directeurs de l'éducation sexuelle complète et de la sexualité positive, nous revisitons le concept de sexualité positive et donnons des conseils sur la manière d'être un soignant sexuellement positif.





Pourquoi les soignants devraient-ils être impliqués ?

En tant que soignant, vous êtes le premier enseignant du membre de votre famille. De nombreuses leçons concernant la santé, la sexualité, les normes de genre, les valeurs et bien d'autres choses encore ont lieu avant que votre enfant ne commence l'école dans le secteur de l'éducation formelle. C'est pourquoi il est important de défendre et de soutenir son apprentissage de la sexualité à la maison (Action Canada pour la santé et les droits sexuels [ACSHR], s.d. a).



Il a été constaté que le fait de participer à l'éducation sexuelle des membres de votre famille réduit les comportements à risque. Par exemple, les enfants qui parlent de sexe et de sexualité avec leurs parents sont plus susceptibles d'utiliser des préservatifs ou des moyens de contraception lorsqu'ils deviennent sexuellement actifs et d'avoir une meilleure communication avec leur(s) partenaire(s) romantique(s) (Widman et al., 2013 ; 2016 dans SIECCAN, 2020 pg. 71).



De plus, le membre de votre famille souhaite probablement que vous jouiez un rôle dans son éducation sexuelle. La plupart des jeunes au Canada croient que l'éducation sexuelle est une responsabilité partagée entre leur école et les adultes de leur foyer (Foster et al., 2011 dans SIECCAN, 2020 pg. 71). Lorsqu'on leur a posé la question, les jeunes de la 6e à la 8e année de tout le Canada ont accordé une meilleure note à l'éducation sexuelle reçue d'un aidant qu'à celle reçue de leur école (Foster et al., 2011 dans SIECCAN, 2020 p. 71).



Quels sont les obstacles auxquels les soignants peuvent être confrontés ?

Il est important de reconnaître que parler de sexualité avec le membre de votre famille peut être difficile pour vous et pour lui. Les soignants disent souvent qu'ils rencontrent des obstacles pour parler de sexualité. Cela peut être dû au fait qu'ils " s'inquiètent de ne pas en savoir assez sur la sexualité eux-mêmes ", " pensent que leurs enfants ne sont pas prêts à parler de santé sexuelle " et/ou " se sentent gênés ou mal à l'aise de parler de sexualité avec leurs enfants " (Jerman et Constantine (2010) ; Malacane et Beckmeyer (2016) ; et Wilson et al. (2010) dans SIECCAN 2020 pg. 71).



Les personnes handicapées déclarent souvent ne pas bénéficier de l'éducation sexuelle régulièrement dispensée dans les écoles. Cela serait dû à la stigmatisation liée au handicap, qui fait croire que les autistes ne sont pas des personnes sexuelles ou ne veulent pas avoir de relations amoureuses ou sexuelles (Esmail et al., 2010 ; Frawley & Wilson, 2016 ; et Secor-Turner et al., 2017 dans SIECCAN 2020 pg. 58). De ce fait, une explication plus approfondie de la sexualité et du bien-être sexuel peut être nécessaire. En outre, l'enseignement que vous dispenserez devra peut-être être adapté au style d'apprentissage spécifique du membre de votre famille (Sala et al., SIECCAN, 2020 pg 58). Cela peut rendre l'enseignement de la sexualité au membre de votre famille encore plus difficile, surtout si vous êtes déjà mal à l'aise avec le sujet.



Quels sont les sujets qu'une aide-soignante doit couvrir ?

En tant que soignant, vous devez faire de votre mieux pour que le membre de votre famille reçoive des informations sur tous les aspects d'une éducation sexuelle complète.

On pourrait espérer que tout le monde apprend ces sujets dans le cadre scolaire, mais ce n'est souvent pas le cas, surtout pour les personnes handicapées.

Il peut être utile d'examiner une copie de leur programme d'éducation sexuelle et de voir s'il couvre tous les sujets mentionnés ci-dessous ou dans la première boîte à outils de cette série. Si ce n'est pas le cas, vous devez vous attacher à combler les lacunes.

Si le membre de votre famille a déjà eu une introduction approfondie à tous ces sujets, il peut être utile de s'éloigner des discussions plus générales et de se concentrer sur ses expériences physiques et émotionnelles (Rayne, 2015, p. 8).





Quels sont les sujets qu'une aide-soignante doit couvrir ?

La plupart des aidants naturels au Canada (plus de 85 %) conviennent que les membres de leur famille devraient recevoir une éducation sexuelle complète dans les écoles (SIECCAN, 2020, p. 51).



En particulier sur les thèmes suivants :

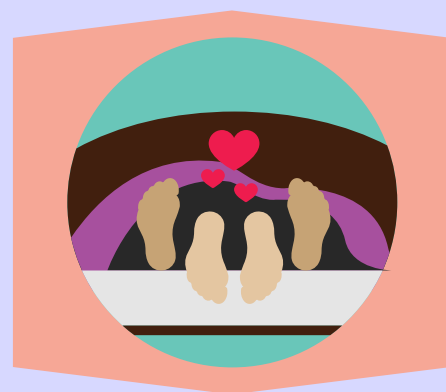
- Puberté
- Estime de soi et image corporelle
- Sécurité personnelle et prévention de la traite des êtres humains
- Termes appropriés pour désigner les organes génitaux et autres éléments anatomiques
- Compétences en matière de communication et de prise de décision
- Résolution non violente des conflits dans les relations
- Autonomie corporelle, consentement sexuel et pression pour avoir des rapports sexuels
- Les composantes émotionnelles des relations
- Violence sexiste/harcèlement/coercition
- Méthodes sexuelles plus sûres et régulation des naissances
- Reproduction
- IST
- Attraction, amour et intimité
- Sexualité et handicap
- Problèmes ou préoccupations sexuels
- Comportements sexuels (y compris l'abstinence) à l'intérieur et à l'extérieur des relations.
- Préparation à la sexualité
- Sexualité et technologies de communication (par exemple, le sexting)
- Éducation aux médias et sexualité
- Rôles et stéréotypes de genre
- Orientation sexuelle et identité de genre
- Masturbation
- Le plaisir sexuel

(SIECCAN, 2019, pg. 51)



Comment savoir si un membre de votre famille est prêt à discuter de la sexualité ?

Il n'y a aucun moyen de savoir exactement à quel stade d'apprentissage se trouve le membre de votre famille en matière d'éducation sexuelle. Vous ne voulez pas être en retard, mais vous ne voulez pas non plus être en avance. Bien que ce ne soit pas parfait, il existe quelques moyens de savoir quelles parties de la sexualité aborder avec eux et à quels moments.



Le Dr Karen Rayne (2015), célèbre éducatrice et défenseur de la sexualité, recommande quelques moyens de déterminer **ce qui est "adapté à l'âge" de votre jeune :**

- Faites attention aux types de questions qu'ils vous posent (le cas échéant).
- Observez discrètement les conversations qu'ils ont avec leurs amis.
- Soyez conscient de la culture sociale dans laquelle votre enfant grandit.
- Demandez aux autres parents et aux enseignants qui côtoient votre enfant à quel âge moyen les enfants commencent à discuter de certains sujets liés à la sexualité

(Rayne, 2015)



Quel est votre objectif en tant qu'aidant ?

En tant que soignant, votre objectif est de fournir à votre enfant/membre de la famille les informations et les compétences dont il a besoin pour **développer une sexualité adulte saine sur le plan physique et émotionnel** (Rayne, 2015).

L'éducation que vous fournissez tout au long de l'enfance et de l'adolescence ne sera probablement pas utilisée immédiatement, mais elle soutiendra le développement de compétences décisionnelles pour assurer un avenir sain (Rayne, 2015).



Cette éducation doit être dispensée de manière complète et positive sur le plan sexuel, de sorte qu'elle soit inclusive, accessible et axée à la fois sur les aspects agréables de la sexualité et sur les risques encourus. Adopter une approche équilibrée peut vous donner une crédibilité accrue auprès du membre de votre famille, ce qui peut favoriser une relation de confiance et de soutien avec lui (Rayne, 2015, p. 98).



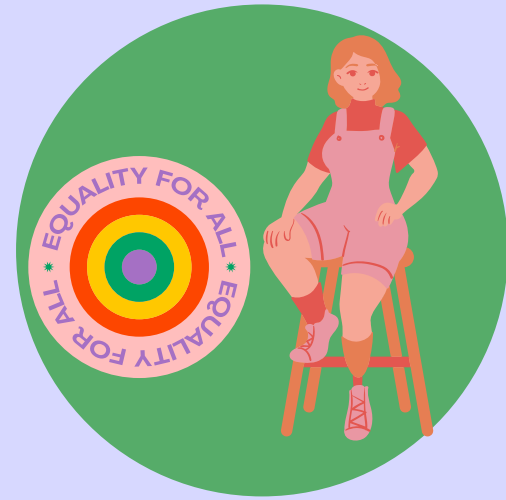
La **sexualité positive** ou **sex-positivité** est un cadre ou une perspective qui reconnaît et affirme le droit de chaque personne à vivre et à définir sa sexualité tout au long de sa vie, de la manière qu'elle choisit (SERC, 2022).

La positivité sexuelle est inclusive et respectueuse d'un large éventail d'expériences, d'expressions, d'activités consensuelles (y compris la non-activité) et d'identités sexuelles (y compris l'asexualité). Une approche positive du sexe tient compte des aspects de la sexualité qui peuvent améliorer la vie et présente la sexualité comme quelque chose à valoriser et à célébrer (SERC, 2022).

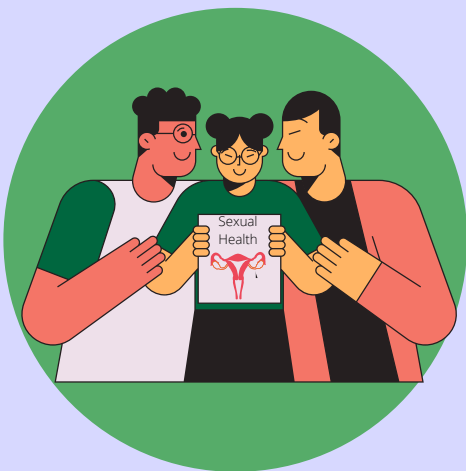


Qu'est-ce que cela signifie d'être un soignant sexuellement positif ?

Être un soignant sexuellement positif, c'est enseigner, de manière adaptée à l'âge et au développement, que notre corps, nos relations et notre sexualité sont une partie naturelle et saine de la croissance (ACSHR, n.d.b). Cela signifie également comprendre que la personne dont vous vous occupez est ou deviendra un adulte autonome avec sa propre sexualité, son identité de genre et son expression de genre. L'objectif est de les soutenir tout au long de l'enfance et de l'adolescence de manière à les aider à devenir des adultes ayant une sexualité saine (ACSHR, n.d.b).



Pourquoi est-il important d'être un fournisseur de soins sexuellement positif ?



Il est important d'être un soignant sexuellement positif car cela aide à enseigner aux personnes dont nous nous occupons leur corps, leurs relations et leur vie sexuelle (ACSHR, n.d.b). Cela permet d'améliorer l'estime de soi et de soutenir les jeunes à mesure qu'ils grandissent dans leur authenticité. Les soins sexuellement positifs aident également à comprendre et à contester les normes de genre, le sexisme et la discrimination fondée sur le genre, et à se protéger contre les abus. Enfin, ils aident à contrer les messages négatifs sur la sexualité qui peuvent avoir des effets involontaires et durables sur une personne (ACSHR, n.d.b).



Quand faut-il commencer à dispenser des soins sexuellement positifs ?

Les soins sexuellement positifs doivent commencer dès le plus jeune âge, ce qui signifie avoir des conversations sexuellement positives dès que quelqu'un commence à poser des questions. Cependant, il faut être intentionnel et ne fournir que les informations pertinentes à l'âge et au stade de développement de la personne. La prestation de soins sexuellement positifs peut commencer par l'enseignement du consentement, de l'autonomie et des termes appropriés pour désigner les parties du corps. À mesure que la personne dont vous vous occupez grandit et mûrit, il en va de même pour les conversations et les réponses que vous lui donnez (ACSHR, n.d.c).



Comment devenir un soignant respectueux de la sexualité ?

- Évaluer et réfléchir à vos valeurs
- Répondez honnêtement aux questions en des termes que le membre de votre famille comprendra.
- Cultiver l'intelligence émotionnelle
- Commencez à discuter de la sexualité dès le début et créez une ligne de communication ouverte.
- Adopter et promouvoir la positivité corporelle pour soi-même et pour les autres.
- Informez-vous
- Respecter la vie privée du membre de votre famille et promouvoir son autonomie
- Mettre des ressources et des informations à la disposition du membre de votre famille
- Soyez attentif à vos réactions et résistez aux stéréotypes nuisibles.
- Défendre, soutenir et protéger la personne dont vous vous occupez, quelle que soit son orientation sexuelle ou son identité de genre.

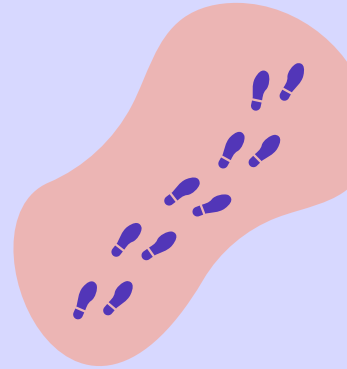
(ACSHR, n.d.b;d)



1

Vous pouvez devenir un soignant positif sur le plan sexuel en évaluant vos valeurs en matière de sexualité et de relations.

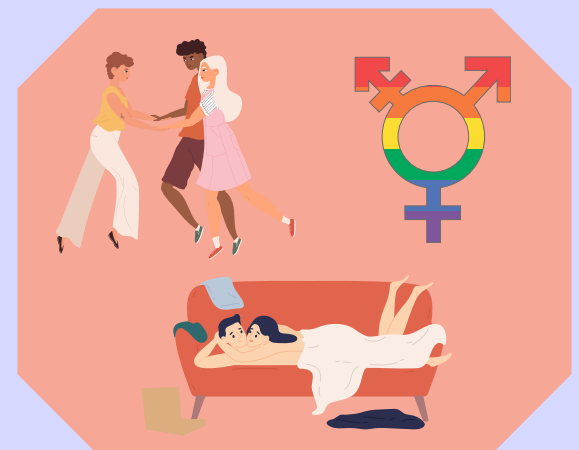
Chacun a ses valeurs et ses croyances en matière de sexualité et de relations. Lorsque vous commencez votre voyage vers des soins sexuellement positifs, il est important de prendre du recul et de considérer vos valeurs (ACSHR, n.d.b;d).



Vous devez avoir conscience et comprendre vos propres croyances et attitudes à l'égard du sexe, du genre, de l'anatomie, des relations, de l'activité sexuelle, et de tous les stéréotypes ou suppositions que vous pouvez avoir (ACSHR, n.d.b;d). Cela peut vous aider à savoir pourquoi certaines conversations peuvent vous mettre mal à l'aise, afin que vous puissiez faire preuve d'esprit critique à l'égard de vos jugements ou suppositions potentiels. Le fait d'être curieux au sujet de ces suppositions peut vous aider à soutenir et à informer les personnes dont vous vous occupez avec un esprit ouvert et impartial (ACSHR, n.d.b;d).

Lorsque vous évaluez vos valeurs et vos hypothèses, considérez vos opinions sur des sujets tels que :

- Amour
- Monogamie
- Virginité
- Normes de genre
- Le sexe pour le plaisir
- Identité de genre et orientation sexuelle
- Formes et tailles du corps





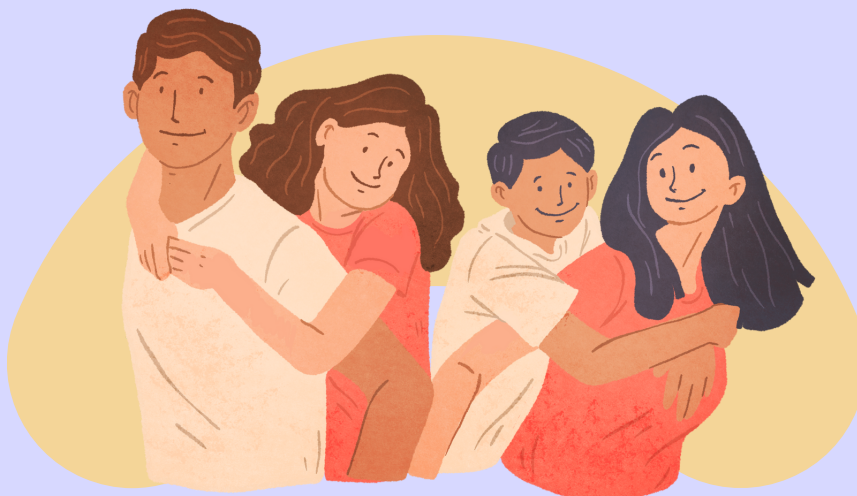
Vous pouvez devenir un soignant sexuellement positif en répondant honnêtement aux questions dans des termes qui seront compris en fonction de leur âge et de leur stade de développement.

2



L'honnêteté est la meilleure politique ! Donnez des informations importantes sur la santé et répondez aux questions de manière directe, en étant sincère et en utilisant un langage simple (ACSHR, n.d.b;d). Cela peut signifier utiliser des explications véridiques qui n'ont pas recours aux métaphores ou à la peur. L'honnêteté est essentielle pour établir et maintenir des relations saines (ACSHR, n.d.b;d).

Il est important de donner l'exemple de l'honnêteté au membre de votre famille, car il s'agit d'une compétence essentielle pour établir et maintenir des relations saines (ACSHR, s.d. e). Des conversations honnêtes sur tous les aspects de la sexualité, qu'ils soient positifs ou négatifs, augmentent la confiance des membres de votre famille en vous et leur permettent de vous considérer comme plus crédible (Rayne, 2015).





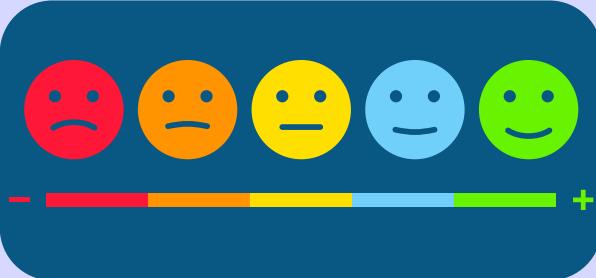
3

Vous pouvez devenir un soignant sexuellement positif en cultivant son intelligence émotionnelle.

En tant que soignant, il est important d'apprendre à la personne dont vous vous occupez à comprendre et à réguler ses émotions. L'augmentation de l'intelligence émotionnelle peut contribuer à renforcer la confiance en soi, améliorer la santé mentale et physique et conduire à des relations plus saines en général (ACSHR, n.d.b;d). Il est fréquent que les personnes autistes rencontrent des difficultés à développer leur intelligence émotionnelle. L'intéroception et l'alexithymie sont deux concepts qu'il est important de connaître pour cultiver son intelligence émotionnelle.



L'intéroception est le huitième sens qui permet à une personne de percevoir des sensations à l'intérieur de son corps. Il peut s'agir, par exemple, d'un rythme cardiaque accéléré, d'une respiration lourde, d'un estomac qui gronde, d'une vessie pleine, etc. L'intéroception permet ensuite à une personne de relier ces sensations corporelles à ses émotions (Mahler, 2018).



L'alexithymie est un état dans lequel les personnes ont des difficultés à identifier et à décrire les émotions qu'elles ressentent. Essentiellement, l'alexithymie est une différence dans le traitement des émotions (Yang et al., 2022).



3

Vous pouvez devenir un soignant sexuellement positif en cultivant son intelligence émotionnelle.

L'alexithymie et la faible conscience des signaux intéroceptifs sont courantes chez les personnes autistes. L'alexithymie est une difficulté à identifier les sentiments, à distinguer les sentiments des sensations corporelles d'excitation émotionnelle et à décrire les sentiments aux autres (Yang et al., 2022). L'intéroception est la capacité à percevoir l'état interne de son corps et est associée à la régulation émotionnelle (Mahler, 2018). Une faible conscience intéroceptive peut avoir un impact sur la capacité d'une personne à traiter ses émotions, car elle peut avoir du mal à comprendre comment les sensations corporelles sont liées aux émotions (Mahler, 2018). Par exemple, une sensation corporelle telle qu'une crispation des muscles et une augmentation de la respiration et du rythme cardiaque peut signaler qu'une personne se sent anxieuse (Yang et al., 2022).



Des recherches ont montré que le fait de souffrir d'alexithymie et/ou d'une faible conscience intéroceptive peut avoir un impact sur la compréhension par une personne de ce qu'elle ressent à propos de ses expériences sexuelles et de celles de son ou ses partenaires (Berenguer et al., 2019). Par exemple, une faible conscience intéroceptive pourrait les empêcher de savoir quand ils sont excités ou éprouvent du plaisir. De même, l'alexithymie et une faible conscience intéroceptive peuvent entraîner des difficultés à comprendre les indices non verbaux de consentement ou de désir de leur(s) partenaire(s) (Kathol, s.d.).



Développez une compréhension de la conscience intéroceptive chez vous et chez le membre de votre famille. Cela les aidera à en apprendre davantage sur leur intelligence émotionnelle par des moyens non conventionnels qui valident leur expérience vécue (Mahler, 2018). La méthode la mieux établie pour développer la conscience intéroceptive est la pleine conscience corporelle (Mahler, 2018).



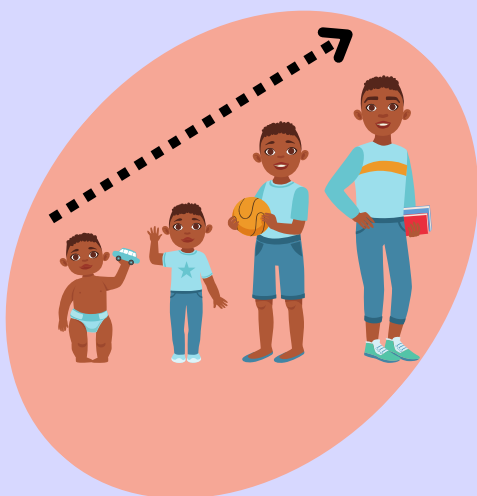
Vous pouvez devenir un soignant positif sur le plan sexuel en entamant très tôt des discussions sur le sexe et la sexualité et en créant une ligne de communication ouverte.

4

La prestation de soins sexuellement positifs s'éloigne de l'idée que le sexe et la sexualité sont des conversations ponctuelles qui doivent être cochées sur une liste (ACSHR, n.d.b;d). La prestation de soins sexuellement positifs consiste à discuter avec les membres de votre famille, dès leur plus jeune âge, de la sexualité, de la santé, du genre, de l'identité, des relations et du consentement.



À mesure qu'ils vieillissent et grandissent, ces conversations continues les aident à donner un sens à leurs expériences et à formuler leurs pensées et leurs idées. C'est une occasion importante de les aider à acquérir des compétences pour être en bonne santé, ainsi qu'à créer et entretenir des relations saines en vieillissant (ACSHR, n.d.b;d).



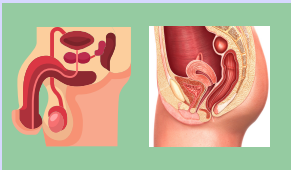
Soyez un soignant qui sait demander. En tant qu'aidant sollicité, saisissez toutes les occasions de lui montrer votre amour, votre compréhension et votre soutien (Rayne, 2015). Assurez-vous que la personne dont vous vous occupez se sent vue, entendue, engagée et soutenue. Un aidant qui sait demander est capable d'arrêter de parler et de commencer à écouter. Lorsque vous parlez, soyez intentionnel. Assurez-vous que vos conversations équilibrent les aspects agréables de la sexualité et les risques qu'elle comporte. Ainsi, la personne se sentira probablement plus à l'aise pour vous parler de tout problème à l'avenir (Rayne, 2015).



Vous pouvez devenir un soignant positif sur le plan sexuel en entamant très tôt des discussions sur le sexe et la sexualité et en créant une ligne de communication ouverte.

4

Types de discussions que vous pourriez envisager :



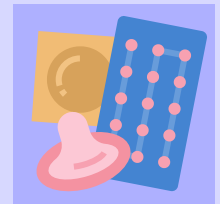
Des enfants :

- Enseignez les termes appropriés pour désigner les parties du corps de votre enfant (c'est-à-dire le pénis et la vulve), afin qu'il sache que son anatomie fait partie de la science et n'est pas honteuse (SERC, 2018).
- Discutez du consentement et du fait que les adultes ne doivent toucher leurs organes génitaux que pour des raisons médicales et d'hygiène.
- Expliquez que toutes les relations et les familles sont différentes, mais que c'est sain et normal (SERC, 2018).



Pré-adolescents/adolescents :

- Discutez des IST, de la grossesse et de l'activité sexuelle. N'oubliez pas les pratiques sexuelles à moindre risque (SERC, 2018).
- Parlez des relations saines, donnez l'exemple et expliquez que vous n'êtes pas obligé de rester dans une relation si vos besoins ne sont pas satisfaits.
- Modèle de positivité corporelle
- Parlez de l'intimidation et de la façon d'utiliser les médias numériques en toute sécurité (SERC, 2018).





5

Vous pouvez devenir un soignant sexuellement positif en adoptant et en promouvant la positivité corporelle pour vous-même et pour les autres.

La positivité corporelle consiste à apprécier et à promouvoir tous les types de corps (Kinross, 2021). Les enfants écoutent et commencent à comprendre ce qu'ils voient et entendent autour d'eux dès leur plus jeune âge. Cela signifie que le fait de mal parler de votre corps ou de celui des personnes qui vous entourent commencera rapidement à influencer la façon dont le membre de votre famille se voit. La négativité corporelle étant très présente dans les médias, il est important d'entretenir une image corporelle positive chez votre enfant (Kinross, 2021). Il existe de nombreuses façons de le faire, par exemple

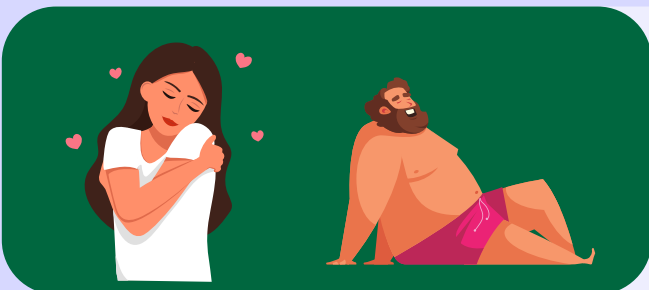


Adopter un mode de vie sain en mangeant bien et en étant physiquement actif.

Réfléchir de manière critique aux normes de beauté et apprendre aux autres à faire de même.



Ne parlez pas mal de votre corps ou des autres.





Vous pouvez devenir un soignant sexuellement positif en vous informant sur la sexualité et les soins sexuellement positifs.

6



De nombreuses ressources intéressantes sont disponibles pour améliorer ou élargir vos connaissances sur la sexualité et les soins sexuellement positifs.

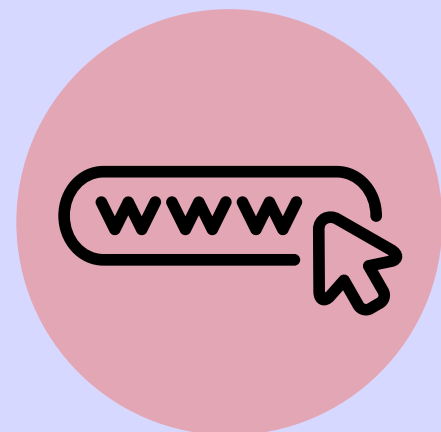
- SEICCAN
- Parentalité planifiée
- Action Canada

7

Vous pouvez devenir un soignant positif sur le plan sexuel en mettant à disposition des ressources et des informations.

Il arrive parfois que le membre de votre famille veuille avoir la possibilité de chercher des informations par lui-même. Respectez son indépendance et donnez-lui la possibilité de grandir et d'apprendre. Il existe de nombreux sites Web utiles, factuels et positifs sur le plan sexuel, sur lesquels ils peuvent s'informer.

- www.scarleteen.com
- www.sexandu.ca/
- www.actioncanadashr.org/resources/sexual-health-hub





8

Vous pouvez devenir un soignant sexuellement positif en respectant leur vie privée et en favorisant leur autonomie.

Le respect est une partie importante des soins sexuellement positifs, y compris le respect des droits des personnes à l'information, à la vie privée, à un choix significatif, à l'agence et à l'autonomie (ACSHR, n.d.b;d). Instiller le respect par le biais de l'éducation sexuelle peut aider le membre de votre famille à apprendre à se respecter et à respecter les autres et à acquérir les connaissances nécessaires pour prendre des décisions sexuelles respectueuses (UNESCO, 2021).



Le respect est un élément fondamental d'une relation saine (ACSHR, n.d. e), donc en le cultivant dans votre foyer, vous aidez le membre de votre famille à acquérir les compétences dont il a besoin pour son avenir.

Moyens de promouvoir la vie privée et l'autonomie



- frapper avant d'entrer dans leur chambre si la porte est fermée
- Leur faire savoir qu'ils n'ont pas besoin de partager tous les aspects de leur vie privée avec vous ou toute autre personne avec laquelle ils ne sont pas à l'aise (par exemple, des informations sur leur sexualité ou leurs expériences sexuelles).
- Fixer des limites quant au partage des informations personnelles en toute sécurité.
- Leur permettre d'aller chez le médecin en privé
- Leur donner de l'espace pour se débrouiller seuls



9

Vous pouvez devenir un soignant positif sur le plan sexuel en étant conscient des stéréotypes et des normes de genre nuisibles et en résistant à leur utilisation.

Les normes et les stéréotypes liés au genre sont partout, et les enfants les assimilent dès leur plus jeune âge. Une partie des soins sexuellement positifs consiste à être conscient de ces messages et à encourager la pensée critique afin de pouvoir remettre en question ces idées et faire de notre mieux pour ne pas les renforcer (ACSHR, n.d.b;d).



Les normes de genre sont un ensemble " d'attentes, de règles et de scripts qui sont spécifiques à une culture et qui informent sur ce qui est considéré comme normal dans une culture. Souvent, dans le monde occidental, les normes de féminité/féminines sont appliquées aux personnes perçues comme des femmes/filles et les normes de masculinité/masculines aux personnes perçues comme des hommes/garçons " (ACSHR, 2017, p. 123).

Un **stéréotype de genre** est une " croyance sur la façon dont les hommes/garçons et les femmes/filles, ou des groupes entiers de personnes, se comportent typiquement ou devraient se comporter " (ACSHR, 2017, p. 123).



Les stéréotypes de genre sont influencés par les normes de genre et supposent que tout un groupe de genre se comporte ou se comportera d'une certaine manière (par exemple, les filles ne peuvent pas faire de sport et n'aiment que le shopping ; les garçons ne peuvent pas jouer à la poupée et n'aiment que le sport) (ACSHR, 2017, p. 124). Être un soignant sexuellement positif signifie développer une conscience critique des normes et stéréotypes de genre. En résistant à ces stéréotypes, vous pouvez créer un respect mutuel entre vous, le membre de votre famille et ses pairs, ses partenaires, etc.



9

Vous pouvez devenir un soignant positif sur le plan sexuel en étant conscient des stéréotypes et des normes de genre nuisibles et en résistant à leur utilisation.

Un bon exemple de la façon de procéder consiste à utiliser "les livres et les médias pour amorcer la conversation sur les normes de genre, à encourager les amitiés entre les sexes, à multiplier les activités accessibles à tous les enfants, à remettre en question les généralisations et à aider [ceux dont nous nous occupons] à acquérir les compétences nécessaires pour remettre en question les stéréotypes" (ACSHR, n.d.b;d).

Généralisation :

"Le rose, c'est pour les filles !"

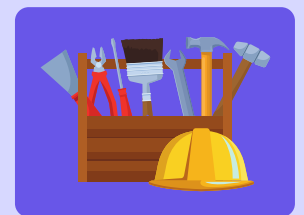
"Les hommes réparent les choses"

Façons de réagir :

"Les couleurs n'ont pas de genre, elles appartiennent à tout le monde".

"Maman doit réparer l'évier, tu veux bien me passer les outils pendant que je travaille ?"

(ACSHR, n.d.b;d)

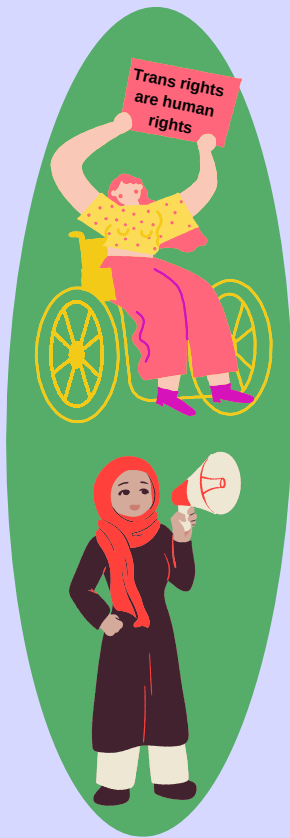


La remise en question des stéréotypes et des normes de genre dans l'éducation sexuelle est importante car elle permet de lutter contre la discrimination et l'inégalité de traitement fondées sur le sexe ou le genre supposé d'une personne (Planned Parenthood, n.d.). Elle peut contribuer à prévenir la violence sexuelle et sexiste, à lutter contre l'homophobie, la transphobie et d'autres formes de discrimination et d'intolérance à l'égard des personnes ayant des identités sexuelles diverses, et à créer un espace permettant d'accepter et de nourrir les expressions positives de la masculinité (Save the Children, n.d.).



Vous pouvez devenir un aidant sexuellement positif en défendant, soutenant et protégeant la personne dont vous vous occupez, quelle que soit son orientation sexuelle ou son identité de genre.

10



La défense, le soutien et la protection de la personne dont vous vous occupez reposent en grande partie sur le respect (ACSHR, n.d.b;d). Le respect de leur agence, de leur autonomie et de ce qu'ils sont.

Les gens peuvent penser que le fait d'atténuer ou de limiter l'expression de leur genre dans des situations publiques les protégera de l'adversité ou du jugement, mais il s'avère que cela peut être très préjudiciable au bien-être d'une personne. Si la personne dont vous vous occupez a une expression de genre ou une orientation sexuelle différente, défendez-la et trouvez des moyens de créer un espace où elle peut être célébrée pour ce qu'elle est (ACSHR, n.d.b;d).

Le consentement est une leçon importante à apprendre dès le plus jeune âge et pour laquelle vous pouvez apporter votre soutien. Il est important de défendre votre enfant s'il ne veut ou ne peut pas mettre en pratique vos leçons concernant le consentement. Par exemple, rappeler à un membre de la famille ou à un ami qu'il n'est pas obligé de lui faire un câlin d'adieu s'il ne le souhaite pas (ACSHR, n.d.b;d).





Références

Action Canada for Sexual Health and Rights. (2017). Beyond the Basics: A Resource for Educators on Sexuality and Sexual Health.

Action Canada for Sexual Health & Rights. (n.d.). Do parents support sex-ed? Retrieved May 24, 2022, from <https://www.actioncanadashr.org/resources/sexual-health-info/sex-ed/do-parents-support-sex-ed>

Action Canada for Sexual Health & Rights. (n.d.). Sex positive parenting. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.actioncanadashr.org/resources/sexual-health-info/hub/sex-positive-parenting>

Action Canada for Sexual Health & Rights. (n.d.). Sex positive parenting: why does it matter?. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.actioncanadashr.org/resources/sexual-health-info/hub/impacts-sex-positive-parenting>

Action Canada for Sexual Health & Rights. (n.d.). It's easier than you think: become sex-positive parents in 12 easy steps!. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.actioncanadashr.org/resources/sexual-health-info/hub/become-sex-positive-parents-12-easy-steps>

Action Canada for Sexual Health and Rights. (n.d.). Healthy relationships: Key ingredients. Healthy Relationships: Key Ingredients. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.actioncanadashr.org/resources/sexual-health-info/hub/healthy-relationships-key-ingredients>



Références

Berenguer, C., Rebôlo, C., & Costa, R. M. (2019). Interoceptive awareness, alexithymia, and sexual function. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 45(8), 729-738. doi:10.1080/0092623x.2019.1610128

Kathol, K. (n.d.). Sexuality through the senses: 15 ways disordered sensory processing affects intimacy. Retrieved June 13, 2022, from <https://sensoryhealth.org/node/1716>

Kinross, L. (2021, July 26). When your child says 'I don't like my body,' how do you respond? A new guide prepares parents. Holland Bloorview. Retrieved May 17, 2022, from <https://hollandbloorview.ca/stories-news-events/BLOOM-Blog/when-your-child-says-i-dont-my-body-how-do-you-respond-new-guide>

Mahler, K. (2018). What is Interoception and How does it Impact those with Autism? Autism Awareness Centre Inc.: Retrieved June 14, 2022, from <https://autismawarenesscentre.com/what-is-interoception-and-how-does-it-impact-autism/>

Planned Parenthood. (n.d.). Gender Identity & Roles: Feminine Traits & Stereotypes. Planned Parenthood. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.plannedparenthood.org/learn/gender-identity/sex-gender-identity/what-are-gender-roles-and-stereotypes>



Références

Rayne, K. (2015). Breaking the hush factor /: Ten rules for talking with teenagers about sex. Impetus Books.

Save the Children. (n.d.). How harmful gender norms create an unequal world for children. Save the Children. Retrieved May 24, 2022, from <https://www.savethechildren.org/us/charity-stories/how-gender-norms-impact-boys-and-girls#:~:text=Gender%20norms%20are%20social%20principles,universal%20and%20change%20over%20time>.

Sexuality Education Resource Centre (SERC) MB. (2018, July 26). Talking about sex. Sexuality Education Resource Center MB. Retrieved May 17, 2022, from <https://serc.mb.ca/sexual-health-info/for-parents-caregivers/communicating-with-children/>

Sexuality Education Resource Center MB. (2022). Sex-Positivity. Sexuality Education Resource Center MB. Retrieved May 17, 2022, from <https://serc.mb.ca/sexual-health-info/the-basics/what-is-sexuality/sex-positivity/#:~:text=SERC%20is%20committed%20to%20applying,in%20whatever%20way%20they%20choose>.

SIECCAN. (2020). Questions & Answers: Sexual Health Education in Schools and Other Settings. Toronto, ON: Sex Information & Education Council of Canada (SIECCAN).

SIECCAN. (2019). Canadian Guidelines for Sexual Health Education. Toronto, ON: Sex Information & Education Council of Canada (SIECCAN)



Références

UNESCO. (2021, September 1). Sexuality education is about respect and equality. UNESCO. Retrieved May 24, 2022, from <https://en.unesco.org/news/sexuality-education-about-respect-and-equality>

Yang, HX., Hu, HX., Zhang, YJ. et al. A network analysis of interoception, self-awareness, empathy, alexithymia, and autistic traits. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* 272, 199–209 (2022). <https://doi.org/10.1007/s00406-021-01274-8>