



Isabelle Hennaf et Adélaïde Amelot intervenantes au lycée général et au lycée professionnel pour EREAS

Parler vie affective et sexuelle au lycée

Séances animées l'EREAS

Depuis plus de 10 ans, l'Équipe de réflexion à l'éducation affective et sexuelle (EREAS) propose des séances d'Éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle aux lycéens du Likès.

Des séances pour aborder les questions de vie affective et sexuelle

Parler de sexualité entre adultes et adolescents ne va pas toujours de soi. Généralement pour les uns et les autres, parler de sexualité, ce serait parler de SA sexualité. Faute de savoir comment en parler autrement, on préfère parfois se taire ou en rire. Les séances d'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle, animées par des adultes formés pour aborder ces questions avec les jeunes, peuvent permettre d'y remédier en trouvant les mots justes.

Au cours de ces séances, les animatrices d'EREAS proposent aux jeunes un temps pour leur permettre d'échanger ensemble et de réfléchir à la manière dont ils souhaitent vivre leur vie affective et sexuelle. L'objectif : ouvrir des brèches de réflexion, de questionnement pour que chaque jeune trouve le chemin lui permettant de vivre, dans sa singularité, et en liberté, la vie affective et sexuelle qui lui correspond, dans le respect d'une égale liberté reconnue à l'autre.

Un temps pour prendre conscience et échanger et librement

Dans un premier temps, il s'agit de poser un cadre rassurant pour les élèves en explicitant le déroulement de la séance et les règles qui permettront à chacun de se sentir à l'aise (l'écoute, le respect de la parole ou du silence de l'autre, la confidentialité). Pour les membres d'EREAS il est capital que chaque élève, quelle que soit son expérience des relations amoureuses et/ou sexuelles, quelle que soit son orientation sexuelle, quelle que soit son identité de genre et sa manière de la vivre, se sente considéré.

Prendre conscience que chaque personne est différente et que toutes et tous n'ont pas nécessairement la même vision de ce qu'est une relation affective et/ou sexuelle est essentiel. L'entourage proche (la famille, les amis) mais aussi la société dans laquelle on vit (la culture, la religion, les médias, les réseaux sociaux ou encore la pornographie) influencent, chacun et chacune différemment, dans sa manière d'appréhender les normes autour de la féminité, la virilité, la relation affective, la sexualité. Il s'agit d'offrir à chaque élève, la possibilité de questionner ces normes, de voir qu'elles sont le produit d'une construction sociale et historique et de se demander quelles sont, parmi ces influences, celles qui sont en adéquation avec ce

qui lui procure du bien-être ou à l'inverse ce qui va constituer une source de mal-être.

Dans un second temps, la séance se poursuit par des échanges en petits groupes puis des mises en commun sur différents sujets. Ils permettent à celles et ceux qui rencontrent davantage de difficultés à s'exprimer en grand groupe de partager, souvent dans la bonne humeur, leurs idées, leurs inquiétudes, leurs doutes.

Ces temps permettent aux élèves d'identifier qu'une relation sexuelle est avant tout une relation entre deux êtres : elle passe par le corps et procure certes des sensations, mais engage aussi des pensées et des émotions pour chaque partenaire. Bien loin de ce qui est véhiculé par la pornographie. Cela permet aussi aux jeunes de s'exprimer autour du consentement. Pour une très large part, ils perçoivent cet impératif. Néanmoins, ils sont souvent pleins de questionnements sur la manière de le respecter : comment oser dire non ? Comment savoir qu'un oui est un vrai oui ? Les questions autour du plaisir, du désir sont aussi abordées : quels sont les signes de l'excitation ? Qu'est ce qui se passe dans le corps au cours d'une relation sexuelle ? Est-ce que c'est douloureux ? Comment réagir si tout ne se passe pas comme on l'avait prévu ?

Les jeunes sont souvent marqués par l'idée d'une forme de procédure du « bon rapport sexuel », d'un impératif de performance, des comportements à adopter et des injonctions à respecter. Ces séances leur permettent toutefois de dire ou d'entendre les autres exprimer qu'en réalité c'est moins une performance qu'ils recherchent qu'un moment de joie partagée avec un ou une partenaire. Ils parlent alors de communication, de confiance, de découverte, de respect de soi et de l'autre.

Les jeunes sont le plus souvent très satisfaits des séances qui leur sont proposées, de la possibilité qui leur est offerte de « parler sans tabou de sujets dont on ne parle pas souvent », de (re) découvrir qu'ils peuvent être, eux-mêmes, les acteurs de leur bonheur.

Adélaïde Amelot et Isabelle Le Henaff
pour l'équipe EREAS

EREAS, Équipe de réflexion sur l'éducation à la vie affective et sexuelle, est une association quimpéroise créée en 2009 dont les membres sont issus du secteur médico-social ou de l'enseignement. Chacune a suivi une formation (DUFES, Couple et Famille, AFCC, Sesame) lui permettant d'animer des séances d'Éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle. Depuis 2009, ce sont près de 15000 élèves que les membres d'EREAS ont rencontrés. L'association intervient chaque année dans différents établissements de l'enseignement catholique, principalement en Finistère sud.

Contact : www.ereas.fr/

Liens utiles : plusieurs sites utiles pour les adolescents :

Centre d'Éducation et de Planification familiale :

CDAS : 02 98 76 25 20

Centre hospitalier de Cornouaille
02 98 52 60 99

Service écoute jeunes en Finistère (PASAJ) :
www.pasaj.fr/

QuestionSexualité :
questionsexualite.fr/

Onsexprime :
www.onsexprime.fr/

Fil santé jeunes :
www.filsantejeunes.com/