

Standards pour l'éducation sexuelle en Europe de l'OMS et la BzGA

WAT
äntuieren?



Si vous avez des questions concernant l'âge auquel un-e jeune doit recevoir certaines informations sur la santé affective et sexuelle, vous pouvez vous référer au tableau suivant: La matrice de l'OMS qui énonce les standards pour l'éducation sexuelle en Europe. Elle reprend pour chaque âge le contenu qui devrait être adressé. À noter que ces standards servent d'orientation et doivent être adaptés en fonction du développement individuel de chaque jeune et du contexte dans lequel vous les utilisez. Plus d'information: voir QRCODE ci-contre.



Clé de lecture de la matrice

Pour structurer les contenus éducatifs, nous avons défini des groupes d'âge d'après la théorie des «tâches développementales». Les **groupes d'âge** 0-4, 4-6, 6-9, 9-12, 12-15 et 15 + sont ceux retenus par l'OMS, qui reflètent les étapes du développement. Il va sans dire que, selon leur niveau de développement individuel, certains enfants seront plus ou moins avancés par rapport à leur âge effectif, et donc que les groupes d'âge doivent être utilisés de manière flexible. Le traitement des mêmes thèmes à différents âges anticipe l'étape suivante ou une étape ultérieure du développement, afin de préparer les enfants/adolescents à mieux les appréhender et de tenir compte également de leur évolution cognitive.

Pour tous les groupes d'âge, les thèmes sont classés sous les **catégories thématiques** «Corps humain et développement», «Fertilité et reproduction», «Sexualité», «Emotions», «Relations et styles de vie», «Sexualité, santé et bien-être», «Sexualité et droits», «Déterminants sociaux et culturels de la sexualité». Ces thèmes ont été choisis parce qu'ils couvrent tous les aspects du processus dynamique du développement sexuel physique, social et émotionnel des jeunes.

Soulignons une fois encore l'importance de traiter tous les thèmes en fonction de l'âge et du niveau de développement. Dans le premier groupe d'âge (0-4 ans), par exemple, les enfants doivent acquérir l'attitude «égalité entre les sexes». Cela peut sembler beaucoup demander à des en-

fants aussi jeunes. Mais à cet âge, il s'agit simplement d'apprendre que les filles et les garçons sont égaux, qu'ils ont la même valeur. Cette attitude doit être acquise dès le début, car elle est le fondement des valeurs et normes qui seront développées par la suite. En clair: certains thèmes sont introduits dès la petite enfance pour être repris et consolidés lors des stades suivants.

Plusieurs marquages sont utilisés dans la matrice: Les thèmes en caractères gras noirs sont les thèmes principaux ou les standards minimaux à couvrir par l'éducation sexuelle. Les thèmes en caractères noirs normaux sont des thèmes additionnels dont l'introduction dans les curricula est optionnelle. Les thèmes en caractères gras gris indiquent qu'il s'agit d'un thème nouveau abordé pour la première fois et les thèmes en caractères normaux gris, que le thème, la compétence ou l'attitude ont déjà été introduits précédemment (groupe d'âge antérieur). Cela est souvent le cas étant donné que plusieurs thèmes reviennent, mais avec un accent différent ou de manière plus détaillée.

- **Thème principal (nouveau)**
- **Thème principal (consolidation)**
- **Thème additionnel (nouveau)**
- **Thème additionnel (consolidation)**

Certains thèmes sont transversaux et peuvent figurer dans différentes catégories. Exemple: l'abus sexuel dont certains aspects sont traités dans la catégorie «Sexualité, santé et bien-être», d'autres dans la catégorie «Sexualité et droits».

*Les tâches développementales correspondent aux problèmes que l'individu rencontre à chaque étape de son développement. S'il les accomplit avec succès, il sera heureux et la société l'approuvera, ce qui l'aidera à accomplir les tâches ultérieures. Par contre, s'il échoue, il sera malheureux et la société le désapprouvera, ce qui va rendre difficile l'accomplissement des tâches ultérieures. Cf. Havighurst (1971)

0-4 ans

INFORMATION

Informer l'enfant sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'enfant de

ATTITUDES

Aider l'enfant à développer

Corps humain et développement

- toutes les parties du corps et leurs fonctions
- les différents corps et différents sexes
- l'hygiène corporelle
- la différence entre soi-même et les autres

- nommer les parties du corps
- pratiquer l'hygiène (laver chaque partie de son corps)
- reconnaître les différences physiques
- exprimer ses besoins et désirs

- une image positive de son corps et de soi-même : estime de soi
- le respect des différences
- une bonne estime de son propre corps
- une bonne considération du sentiment de bien-être, de proximité et de confiance créé par l'expérience
- physique et celle de l'attachement
- le respect de l'égalité entre les sexes

Fertilité et reproduction

- la grossesse, la naissance, les bébés
- les connaissances de base concernant la reproduction humaine (d'où viennent les bébés)
- les différentes manières de faire partie d'une famille (p. ex. adoption)
- le fait que certaines personnes ont des enfants et d'autres pas

- discuter de ces thèmes avec le vocabulaire adéquat

- l'acceptation des différentes manières de devenir enfant d'une famille

Sexualité

- le plaisir et la satisfaction liés au toucher de son propre corps, la masturbation infantile précoce
- la découverte de son propre corps et de ses parties génitales
- le fait que le plaisir lié au contact physique est un aspect normal de la vie de chacun
- la tendresse et le contact physique comme une expression de l'amour et de l'affection

- devenir conscient de son identité sexuelle
- parler des sensations (dés) agréables dans son propre corps
- exprimer ses propres besoins, désirs et limites, par exemple en «jouant au docteur»

- une attitude positive vis-à-vis de son corps et de toutes ses fonctions = image positive de son corps
- le respect des autres
- une curiosité pour son corps et le corps des autres

Emotions

- les différents types d'amour les sensations/sentiments
- «oui» et «non»
- le langage des sentiments
- le sentiment du besoin de vie privée

- sentir et montrer de l'empathie
- dire oui/non
- exprimer et communiquer ses propres émotions, désirs et besoins
- exprimer son propre besoin de vie privée

- la compréhension de la diversité d'expression des émotions
- un sentiment positif envers le fait d'être une fille ou un garçon
- l'opinion qu'il est juste d'exprimer et expérimenter ses émotions
- une attitude positive envers différentes émotions dans diverses circonstances

0-4 ans

INFORMATION

Informier l'enfant sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'enfant de

ATTITUDES

Aider l'enfant à développer

Relations et styles de vie	<ul style="list-style-type: none">• les différentes sortes de relations• les différentes sortes de relations familiales	<ul style="list-style-type: none">• parler de ses propres relations et de sa propre famille	<ul style="list-style-type: none">• un sentiment de proximité et de confiance fondé sur l'expérience de l'attachement• une attitude positive envers les différents styles de vie la conscience de la diversité des relations
Sexualité, santé et bien-être	<ul style="list-style-type: none">• les bonnes et mauvaises expériences de son corps / qu'est-ce qui provoque un bon ressenti/sensation? (écouter son corps)• le droit de refuser si l'expérience ou le ressenti n'est pas plaisant	<ul style="list-style-type: none">• faire confiance à son instinct• appliquer le modèle des 3 pas (dire non, partir, parler avec quelqu'un-e de confiance)• se sentir bien	<ul style="list-style-type: none">• une appréciation de son corps• la conscience qu'il est juste de demander de l'aide
Sexualité et droits	<ul style="list-style-type: none">• le droit d'être en sécurité et protégé• la responsabilité des adultes envers la sécurité des enfants• le droit de poser des questions sur la sexualité• le droit d'explorer les identités sexuelles• le droit d'explorer la nudité et le corps, d'être curieux	<ul style="list-style-type: none">• dire oui et non• développer des compétences de communication• exprimer besoins et désirs• faire la différence entre les bons et les mauvais secrets	<ul style="list-style-type: none">• une conscience de ses propres droits qui contribue à une meilleure assurance• l'attitude « mon corps m'appartient »• le sentiment qu'il est possible de décider pour soi
Déterminants sociaux et culturels de la sexualité (valeurs/normes)	<ul style="list-style-type: none">• les règles sociales et les valeurs et normes culturelles• les rôles sexuels• la distance sociale à maintenir avec différentes personnes• l'influence de l'âge sur la sexualité et le comportement adapté à l'âge• les normes concernant la nudité	<ul style="list-style-type: none">• faire la différence entre les comportements en privé et en public• respecter les règles sociales et les normes culturelles• se comporter de manière adaptée au contexte• savoir que les touchers intimes ne sont pas acceptables dans n'importe quel endroit	<ul style="list-style-type: none">• le respect de son propre corps et de celui des autres• l'acceptation des règles sociales concernant la vie privée et l'intimité• le respect du « non » ou « oui » des autres

• thème principal (nouveau)

• thème principal (consolidation)

• thème additionnel (nouveau)

• thème additionnel (consolidation)

4-6 ans	INFORMATION Informer l'enfant sur	COMPÉTENCES Permettre à l'enfant de	ATTITUDES Aider l'enfant à développer
Corps humain et développement	<ul style="list-style-type: none"> • toutes les parties du corps et leurs fonctions • les différents corps et les différents sexes • l'hygiène corporelle • les différences physiques et développementales liées à l'âge 	<ul style="list-style-type: none"> • nommer les parties du corps • pratiquer l'hygiène (laver chaque partie de son corps) • reconnaître les différences physiques • exprimer ses besoins et désirs • reconnaître son besoin de vie privée et celui des autres 	<ul style="list-style-type: none"> • une identité sexuelle positive • une image positive de son corps et de soi-même : estime de soi • le respect des différences • le respect de l'égalité entre les sexes
Fertilité et reproduction	<ul style="list-style-type: none"> • les mythes relatifs à la reproduction (p. ex. dans certains pays on dit aux enfants que les bébés sont apportés par la cigogne) • la vie : grossesse, naissance et bébés ; fin de la vie • les connaissances de base en matière de reproduction humaine 	<ul style="list-style-type: none"> • discuter de ces thèmes en lui assurant le vocabulaire adéquat 	<ul style="list-style-type: none"> • le respect des différences : certaines personnes ont des enfants, d'autres pas
Sexualité	<ul style="list-style-type: none"> • le plaisir et la satisfaction liés au toucher de son propre corps, la masturbation enfantine précoce • la découverte de son propre corps et de ses parties génitales • la signification et l'expression de la sexualité (p. ex. l'expression des sentiments d'amour) • le langage sexuel approprié • les sensations liées à la sexualité (proximité, plaisir, excitation) comme faisant partie de la gamme des sensations humaines (elles doivent être positives, n'inclure aucune coercition et ne pas faire mal) 	<ul style="list-style-type: none"> • discuter de sujets qui concernent la sexualité (compétences de communication) • consolider son identité sexuelle • utiliser le langage sexuel de manière non agressive 	<ul style="list-style-type: none"> • une image positive du corps • le respect des autres
Emotions	<ul style="list-style-type: none"> • la jalousie, la colère, l'agressivité, la déception • l'amitié et l'amour envers des personnes du même sexe • la différence entre amitié et amour • les amours secrètes, le premier amour (sentiment amoureux, «béguins», amour non réciproque) 	<ul style="list-style-type: none"> • gérer les déceptions • exprimer et communiquer ses propres émotions, désirs et besoins • gérer son besoin de vie privée et celui d'autrui • nommer adéquatement ses propres émotions et sentiments 	<ul style="list-style-type: none"> • l'acceptation du fait que les sentiments amoureux (en tant que partie de la gamme des émotions) sont naturels • l'opinion qu'il est juste d'exprimer et expérimenter ses émotions (valorisation de ses ressentis)

4-6 ans	INFORMATION Informer l'enfant sur	COMPÉTENCES Permettre à l'enfant de	ATTITUDES Aider l'enfant à développer
Relations et styles de vie	<ul style="list-style-type: none"> • l'amitié • les relations entre personnes du même sexe • les différentes sortes de relations (familiales) • les différentes conceptions de famille 	<ul style="list-style-type: none"> • développer des relations adéquates avec les autres, les membres de la famille, les amis • vivre ensemble en famille dans le respect mutuel • construire et maintenir des relations 	<ul style="list-style-type: none"> • l'acceptation de la diversité • le respect des différents modes de vie
Sexualité, santé et bien-être	<ul style="list-style-type: none"> • les bonnes et mauvaises expériences de son corps / qu'est ce qui provoque un bon ressenti/sensation ? (écouter son corps) • le droit de refuser si l'expérience ou le ressenti n'est pas plaisant 	<ul style="list-style-type: none"> • faire confiance à son instinct et appliquer le modèle des 3 pas (dire non, partir, parler avec quelqu'un-e de confiance) • réussir à ressentir le bien-être 	<ul style="list-style-type: none"> • la conscience de pouvoir choisir • la conscience des risques • une bonne estime de son corps • la conscience qu'il est juste de demander de l'aide
Sexualité et droits	<ul style="list-style-type: none"> • les abus ; il y a des personnes qui ne sont pas gentilles ; elles prétendent être bienveillantes, mais peuvent être violentes • ses propres droits (y compris le droit d'être informé et le droit d'être protégé) • la responsabilité des adultes envers la sécurité des enfants 	<ul style="list-style-type: none"> • poser des questions • s'adresser à quelqu'un-e de confiance en cas de problème • exprimer ses besoins et désirs 	<ul style="list-style-type: none"> • l'attitude «mon corps m'appartient» • la conscience de ses droits
Déterminants sociaux et culturels de la sexualité (valeurs/normes)	<ul style="list-style-type: none"> • les différences liées aux genres, à la culture et à l'âge • les différences de valeurs et de normes selon les pays et les cultures • tous les sentiments sont justes, mais toutes les actions résultant de ces sentiments ne le sont pas • les règles sociales et les valeurs/normes culturelles 	<ul style="list-style-type: none"> • reconnaitre les différentes valeurs et composer avec elles • respecter les règles sociales et les normes culturelles • discuter au sujet des différences 	<ul style="list-style-type: none"> • un comportement socialement responsable • une attitude ouverte et non jugeante • l'acceptation de l'égalité des droits • le respect de différentes normes en matière de sexualité • le respect de son corps et de celui des autres

6-9 ans	INFORMATION Informer l'enfant sur	COMPÉTENCES Permettre à l'enfant de	ATTITUDES Aider l'enfant à développer
Corps humain et développement	<ul style="list-style-type: none"> • les changements physiques, menstruation, éjaculation, variations individuelles au cours du développement • les différences (biologiques) entre hommes et femmes (internes et externes) • l'hygiène corporelle 	<ul style="list-style-type: none"> • connaître et être capable d'utiliser les mots justes pour nommer les parties du corps et leurs fonctions • percevoir les changements du corps • examiner son propre corps et en prendre soin 	<ul style="list-style-type: none"> • l'acceptation des insécurités liées à la prise de conscience de son corps • une image positive de son corps et de soi-même : estime de soi • une identité sexuelle positive
Fertilité et reproduction	<ul style="list-style-type: none"> • les choix possibles en matière de parentalité, grossesse, infertilité, adoption • les connaissances de base en matière de contraception (on peut planifier et décider d'avoir ou non une famille) • les différentes méthodes de contraception • les connaissances de base du cycle de la fertilité • les mythes relatifs à la reproduction 	<ul style="list-style-type: none"> • développer des compétences de communication • comprendre que l'on peut avoir une influence sur sa fertilité 	<ul style="list-style-type: none"> • l'acceptation de la diversité : certaines personnes choisissent d'avoir des enfants, d'autres pas
Sexualité	<ul style="list-style-type: none"> • l'amour, être amoureux • la tendresse • le sexe dans les médias (y compris sur Internet) • le plaisir et la satisfaction liés au toucher de son propre corps (masturbation, autostimulation) • le langage sexuel approprié • les rapports sexuels 	<ul style="list-style-type: none"> • accepter son propre besoin d'intimité et celui des autres • apprendre à composer avec le sexe dans les médias • utiliser le langage sexuel de manière non agressive 	<ul style="list-style-type: none"> • la compréhension du concept de «sexualité acceptable» (mutuellement consentie, volontaire, égalitaire, adaptée à l'âge, au contexte et respectueuse de soi) • la conscience que la sexualité est représentée de différentes manières dans les médias
Emotions	<ul style="list-style-type: none"> • la différence entre amitié, amour et désir • la jalousie, la colère, l'agressivité, la déception • l'amitié et l'amour envers des personnes du même sexe les • amours secrètes, le premier amour (sentiment amoureux, «béguins», amour non réciproque) 	<ul style="list-style-type: none"> • exprimer et communiquer ses propres émotions, désirs et besoins • gérer les déceptions • nommer adéquatement ses propres émotions et sentiments • gérer son besoin d'intimité et celui des autres 	<ul style="list-style-type: none"> • l'acceptation du fait que les sentiments amoureux (en tant que partie de la gamme des ressentis) sont naturels • l'opinion qu'il est juste d'exprimer et expérimenter ses émotions (valorisation de ses propres ressentis)

6-9 ans	INFORMATION Informer l'enfant sur	COMPÉTENCES Permettre à l'enfant de	ATTITUDES Aider l'enfant à développer
Relations et styles de vie	<ul style="list-style-type: none"> • les différentes relations amoureuses, amicales, etc. • les différentes relations familiales • le mariage, le divorce, vivre ensemble 	<ul style="list-style-type: none"> • se réaliser dans les relations • être capable de négocier des compromis, faire preuve de tolérance et d'empathie • développer des contacts sociaux et des amitiés 	<ul style="list-style-type: none"> • la reconnaissance de l'engagement, de la responsabilité et de l'honnêteté comme bases de toute relation • le respect des autres • l'acceptation de la diversité
Sexualité, santé et bien-être	<ul style="list-style-type: none"> • l'influence positive de la sexualité sur la santé et le bien-être • les maladies liées à la sexualité • les violences et agressions sexuelles • les adresses ressources pour obtenir de l'aide 	<ul style="list-style-type: none"> • poser des limites • faire confiance à son instinct et appliquer le modèle des 3 pas (dire non, partir, parler avec quelqu'un-e de confiance) 	<ul style="list-style-type: none"> • le sentiment de sa propre responsabilité pour sa santé et son bien-être • la conscience des choix et des possibles • la conscience des risques
Sexualité et droits	<ul style="list-style-type: none"> • le droit à l'expression de soi • les droits sexuels des enfants (information, éducation sexuelle intégrité physique) • les abus • la responsabilité des adultes envers la sécurité des enfants 	<ul style="list-style-type: none"> • demander de l'aide et des informations • se tourner vers quelqu'un-e de confiance en cas de problème • nommer ses droits • exprimer ses propres besoins et désirs 	<ul style="list-style-type: none"> • le sentiment de responsabilité envers soi-même et les autres • la conscience des droits et des choix
Déterminants sociaux et culturels de la sexualité (valeurs/normes)	<ul style="list-style-type: none"> • les rôles socialement associés aux genres • les différences culturelles • les différences liées à l'âge 	<ul style="list-style-type: none"> • discuter de ses propres expériences, besoins et désirs en relation avec les normes culturelles • reconnaître les différences et composer avec elles 	<ul style="list-style-type: none"> • le respect des différents modes de vie, valeurs et normes

• thème principal (nouveau)

• thème principal (consolidation)

• thème additionnel (nouveau)

• thème additionnel (consolidation)

9-12 ans

INFORMATION

Informer l'enfant sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'enfant de

ATTITUDES

Aider l'enfant à développer

Corps humain et développement	<ul style="list-style-type: none">• l'hygiène corporelle (menstruation, éjaculation)• les signes précurseurs de la puberté (changement mental, physique, social émotionnel diversité des changements)• les organes sexuels et reproductifs internes et externes et leurs fonctions	<ul style="list-style-type: none">• intégrer ces changements dans sa propre vie• connaître et utiliser le vocabulaire adéquat/correct• communiquer sur les changements liés à la puberté	<ul style="list-style-type: none">• la compréhension et l'acceptation des changements et différences physiques (la forme et la taille du pénis, des seins, de la vulve peuvent varier; les canons de beauté changent d'une époque et d'une culture à l'autre).• une image positive de son corps et de soi-même: estime de soi
Fertilité et reproduction	<ul style="list-style-type: none">• la reproduction et la planification familiale• les différents types de contraception et leur usage; les mythes relatifs à la contraception• les symptômes de la grossesse, les risques et les conséquences de rapports sexuels non protégés (grossesse non prévue)	<ul style="list-style-type: none">• comprendre le rapport entre menstruation /éjaculation et fertilité• utiliser de manière efficace des préservatifs et des contraceptifs dans le futur	<ul style="list-style-type: none">• la compréhension que la contraception relève de la responsabilité des deux sexes
Sexualité	<ul style="list-style-type: none">• la première expérience sexuelle• l'orientation sexuelle• le comportement sexuel des jeunes (les différences de comportements sexuels)• l'amour, être amoureux• le plaisir, la masturbation, l'orgasme• les différences entre l'identité sexuelle et le sexe biologique	<ul style="list-style-type: none">• communiquer et comprendre différents ressentis liés à la sexualité et parler de sexualité de manière adéquate• décider consciemment d'avoir ou non des expériences sexuelles• refuser des expériences sexuelles non voulues• distinguer entre sexualité dans la vie réelle et sexualité dans les médias• utiliser les médias modernes (mobiles, Internet) et être conscient de leurs risques et avantages	<ul style="list-style-type: none">• l'acceptation, le respect et la compréhension de la diversité en matière de sexualité et d'orientation sexuelle (la sexualité devrait être mutuellement consentie, volontaire, égalitaire, adaptée à l'âge, au contexte et respectueuses de soi)• la compréhension de la sexualité comme un processus d'apprentissage• l'acceptation des différentes expressions de la sexualité (embrasser, toucher, caresser, etc.)• la compréhension que chacun a son propre rythme de développement sexuel
Emotions	<ul style="list-style-type: none">• les différentes émotions, p. ex. la curiosité, tomber amoureux, l'ambivalence, l'insécurité, la honte, la crainte, la jalousie• les différences individuelles par rapport au besoin de vie privée et d'intimité• la différence entre amitié, amour et désir sexuel• l'amitié et l'amour envers des personnes du même sexe	<ul style="list-style-type: none">• exprimer et reconnaître différentes émotions chez soi et chez les autres• exprimer ses besoins, désirs et limites et respecter ceux des autres• gérer les déceptions	<ul style="list-style-type: none">• une compréhension des émotions et des valeurs (p. ex. ne pas sentir gêné ou coupable d'avoir des sentiments ou des désirs sexuels)• le respect de la vie privée des autres

9-12 ans	INFORMATION Informer l'enfant sur	COMPÉTENCES Permettre à l'enfant de	ATTITUDES Aider l'enfant à développer
Relations et styles de vie	<ul style="list-style-type: none"> • les différences entre amitié, camaraderie et relations, et les différents types de rencontre • les différentes sortes de relations plaisantes et déplaisantes (influence des inégalités (liées au genre) sur les relations) 	<ul style="list-style-type: none"> • exprimer l'amitié et l'amour de différentes manières • nouer des contacts sociaux, se faire des amis, développer et entretenir des relations • communiquer ses propres attentes et besoins dans les relations 	<ul style="list-style-type: none"> • une attitude positive en lien avec l'égalité des sexes dans les relations et le libre choix du/de la partenaire • la reconnaissance de l'engagement, de la responsabilité et de l'honnêteté comme bases de toute relation • le respect des autres • la compréhension de l'influence du sexe, de l'âge, de la religion, de la culture, etc. sur les relations
Sexualité, santé et bien-être	<ul style="list-style-type: none"> • les symptômes, risques et conséquences de rapports sexuels non protégés, non voulus ou déplaisants (infections sexuellement transmissibles [IST], VIH grossesse non prévue, conséquences psychologiques) • la prévalence et les différents types d'abus sexuels, comment les éviter et où trouver de l'aide • l'influence positive de la sexualité sur la santé et le bien-être 	<ul style="list-style-type: none"> • assumer sa responsabilité de développer des expériences sexuelles plaisantes et sans risque pour soi et les autres. • exprimer ses limites et envies, et éviter des expériences sexuelles non protégées et non voulues • demander aide et soutien en cas de problèmes (puberté, relations, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • la conscience des choix et des possibles • la conscience des risques • le sens de la responsabilité mutuelle par rapport à la santé et au bien-être
Sexualité et droits	<ul style="list-style-type: none"> • les droits sexuels (selon la définition de l'IPPF et de la WAS¹) • lois et réglementations nationales (p. ex. âge de consentement) 	<ul style="list-style-type: none"> • agir dans le cadre de tels droits et responsabilités • demander aide et information 	<ul style="list-style-type: none"> • la conscience des droits et des choix • l'acceptation des droits sexuels pour soi et pour les autres
Déterminants sociaux et culturels de la sexualité (valeurs/normes)	<ul style="list-style-type: none"> • l'influence de la pression de groupe (pairs), des médias, de la pornographie, de la culture, de la religion, du sexe, des lois et du statut socio-économique sur les décisions, les relations et le comportement liés à la sexualité 	<ul style="list-style-type: none"> • discuter ces influences externes et faire une évaluation personnelle • acquérir des compétences dans l'usage et la maîtrise des médias modernes (mobiles, Internet, composer avec la pornographie) 	<ul style="list-style-type: none"> • le respect de différents styles de vie, valeurs et normes • l'acceptation de différents avis, idées et comportements en matière de sexualité

¹International Planned Parenthood Federation (IPPF): Sexual Rights: an IPPF declaration. London 2008 et World Association for Sexual Health (WAS): Declaration of Sexual Rights. Hongkong 1999

12-15 ans

INFORMATION

Informier l'adolescent·e sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'adolescent·e de

ATTITUDES

Aider l'adolescent·e à développer

Corps humain et développement

- les connaissances liées au corps, l'image du corps, les modifications corporelles (mutilations génitales féminines, circoncision, hymen et reconstruction, anorexie, boulimie, piercing, tatouages)
- le cycle menstruel: caractéristiques physiques et sexuelles secondaires, leurs fonctions chez l'homme et la femme et sentiments correspondants
- les messages sur la beauté véhiculés par les médias; les modifications corporelles au cours de la vie
- les services auprès desquels il/elle peut trouver de l'aide par rapport à ces questions

- **décrire comment le ressenti par rapport à son propre corps peut influencer sur sa santé, son image de soi et son comportement**
- accepter la puberté et résister à la pression du groupe (pairs)
- être critique par rapport aux messages médiatiques et à l'industrie cosmétique

- un esprit critique par rapport aux modifications corporelles
- l'acceptation et l'appréciation des différentes formes corporelles

Fertilité et reproduction

- l'impact de la maternité/ paternité (précoce) (signification de l'éducation des enfants, planification familiale, planification de carrière, contraception, prise de décision et aide en cas de grossesse non prévue)
- l'information sur les services de conseil en matière de contraception
- la contraception inefficace et ses causes (usage d'alcool, méconnaissance des effets secondaires, oubli, inégalités entre les sexes, etc.)
- la grossesse (aussi dans les couples de même sexe) et l'infertilité
- les faits et les mythes (fiabilité, avantages et inconvénients) relatifs aux différents contraceptifs (yc. contraception d'urgence)

- reconnaître les signes et les symptômes de la grossesse
- se procurer des moyens contraceptifs dans des endroits appropriés (p. ex. auprès de professionnel·le·s de la santé)
- décider consciemment de vivre ou non des expériences sexuelles
- communiquer au sujet de la contraception
- choisir consciemment un moyen de contraception et l'utiliser de manière efficace

- des attitudes personnelles (normes et valeurs) en ce qui concerne la maternité/ paternité (précoce), la contraception, l'avortement et l'adoption
- une attitude positive concernant la responsabilité mutuelle au sujet

Sexualité

- les rôles et comportements attendus en lien avec l'excitation sexuelle et les différences liées au sexe
- l'identité sexuelle et l'orientation sexuelle, y compris le coming out et l'homosexualité
- comment jouir de la sexualité de manière adéquate (en respectant son propre rythme)
- la première expérience sexuelle
- le plaisir, la masturbation, l'orgasme

- **développer des compétences de communication et de négociation dans les relations intimes**
- faire des choix libres et responsables après l'évaluation des conséquences, avantages et inconvénients (partenaires, comportement sexuel)
- apprécier le respect dans la sexualité
- distinguer entre sexualité dans la vie réelle et sexualité dans les médias

- la compréhension de la sexualité comme un processus d'apprentissage
- l'acceptation, le respect et la compréhension de la diversité en matière de sexualité et d'orientation sexuelle (sexualité mutuellement consentie, volontaire, égalitaire, adaptée à l'âge, au contexte et respectueuse de soi)

Emotions

- la différence entre l'amitié, l'amour et le désir sexuel
- les différentes émotions, p. ex. la curiosité, tomber amoureux, l'ambivalence, l'insécurité, la honte, la crainte, la jalousie

- exprimer l'amitié et l'amour de différentes façons
- exprimer ses propres besoins, désirs et limites et respecter ceux des autres
- gérer des émotions, des sentiments, des désirs différents ou conflictuels

- **l'acceptation du fait que les ressentis des gens peuvent varier (selon leur sexe, leur culture, leur religion, etc., et leur interprétation de ceux-ci)**

12-15 ans

INFORMATION

Informar l'adolescent·e sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'adolescent·e de

ATTITUDES

Aider l'adolescent·e à développer

Relations et styles de vie

- **l'influence de l'âge, du sexe, de la religion, de la culture**
- les différents styles de communication (verbale, non verbale) et comment les améliorer
- comment développer et entretenir des relations
- les structures familiales et leurs transformations (p. ex. les familles monoparentales)
- les différentes sortes de relations (plaisantes et déplaisantes), de familles et de modes de vie

- **aborder l'injustice, la discrimination et l'inégalité**
- exprimer l'amitié et l'amour de différentes façons
- nouer des contacts sociaux, se faire des amis, développer et entretenir des relations
- communiquer ses propres attentes et besoins dans les relations

- **l'envie de construire des relations satisfaisantes et fondées sur l'égalité**
- la compréhension de l'influence du sexe, de l'âge, de la religion, de la culture, etc. sur les relations

Sexualité, santé et bien-être

- **l'hygiène corporelle et l'autoexamen**
- la prévalence et les différents types d'abus sexuels, comment les éviter et où trouver de l'aide
- les comportements (sexuels) à risque et leurs conséquences (alcool, drogues, pression des pairs, harcèlement, prostitution, médias)
- les symptômes, la transmission et la prévention des infections sexuellement transmissibles (IST), y compris le VIH
- les systèmes et services de santé
- l'influence positive de la sexualité sur la santé et le bien-être

- **prendre des décisions responsables et faire des choix informés (en rapport avec le comportement sexuel)**
- demander aide et soutien en cas de problème
- développer des compétences en communication et en négociation dans l'optique de vivre des relations sexuelles agréables et protégées
- refuser ou stopper des contacts sexuels déplaisants ou non protégés
- obtenir des contraceptifs et des préservatifs et les utiliser correctement
- reconnaître les situations à risque et être capable de les gérer
- reconnaître les symptômes des infections sexuellement transmissibles (IST)

- **un sentiment de responsabilité mutuelle concernant la santé et le bien-être**
- un sentiment de responsabilité concernant la prévention des IST/VIH
- un sentiment de responsabilité concernant la prévention d'une grossesse non prévue
- un sentiment de responsabilité concernant la prévention des abus sexuels

Sexualité et droits

- les droits sexuels (d'après la définition de l'IPPF et du WAS¹)
- les lois et réglementations nationales (p. ex. l'âge de consentement)

- **reconnaître les droits sexuels, pour soi et pour les autres**
- demander aide et information

- l'acceptation des droits sexuels pour soi et pour les autres

Déterminants sociaux et culturels de la sexualité (valeurs/normes)

- l'influence de la pression du groupe (pairs), des médias, de la pornographie, de la culture (urbaine), de la religion, du sexe, des lois et du statut socioéconomique sur les décisions, les relations et les comportements liés à la sexualité

- **gérer des normes et valeurs (inter)personnelles conflictuelles entre la famille et la société**
- acquérir des compétences en matière de médias et composer avec la pornographie

- **un point de vue personnel sur la sexualité (en restant flexible) dans une société qui évolue ou un groupe**

¹International Planned Parenthood Federation (IPPF): Sexual Rights: an IPPF declaration. London 2008 et World Association for Sexual Health (WAS): Declaration of Sexual Rights. Hongkong 1999

15 ans +

INFORMATION

Informier l'adolescent·e sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'adolescent·e de

ATTITUDES

Aider l'adolescent·e à développer

Corps humain et développement

- **les changements psychologiques à la puberté**
- les connaissances liées au corps, l'image du corps, les modifications corporelles
- les mutilations génitales féminines, la circoncision, l'anorexie, la boulimie, l'hymen, la reconstruction de l'hymen
- les messages sur la beauté véhiculés par les médias; les modifications corporelles au cours de la vie
- les services auprès desquels les adolescent·e·s peuvent trouver de l'aide par rapport à ces questions

- **identifier les différences entre les images dans les médias et la vie réelle**
- accepter la puberté et résister à la pression de groupe (pairs)
- être critique face aux messages des médias, de l'industrie cosmétique et de la publicité, ainsi qu'aux risques potentiels des modifications corporelles

- **un regard critique face aux normes culturelles relatives au corps humain**
- l'acceptation et l'appréciation des différentes formes corporelles

Fertilité et reproduction

- **les modifications de la fertilité liées à l'âge (reproduction médicalement assistée, gestation pour autrui, dons de sperme)**
- la grossesse (aussi dans les couples de même sexe) et l'infertilité, l'avortement, la contraception, la contraception d'urgence (information plus approfondie)
- la contraception inefficace et ses causes (usage d'alcool, méconnaissance des effets secondaires, oubli, inégalités entre les sexes, etc.)
- l'information sur les services de conseil en matière de contraception
- la planification d'une famille et d'une carrière professionnelle/avenir personnel
- les conséquences d'une grossesse pour les adolescents (filles et garçons)
- les «bébés sur mesure», la génétique

- **communiquer sur un pied d'égalité avec son/sa partenaire; discuter de sujets sensibles avec respect pour les opinions différentes**
- **activer ses compétences de négociation**
- **prendre des décisions éclairées en termes de contraception et en cas de grossesse (non prévue)**
- choisir consciemment un moyen de contraception et l'utiliser de manière efficace

- **la volonté de prendre en compte les différences liées au sexe en ce qui concerne la fertilité, la reproduction et l'avortement**
- un point de vue critique face aux différentes normes culturelles/religieuses en rapport avec la grossesse, la parentalité, etc.
- une prise de conscience de l'importance du rôle positif des hommes pendant la grossesse et l'accouchement; de l'influence positive des pères engagés
- une attitude positive concernant la responsabilité mutuelle au sujet de la contraception

Sexualité

- **la relation sexuelle comme plus qu'un simple coït**
- **la signification des relations sexuelles aux différents âges et selon qu'on est une femme ou un homme**
- **la sexualité et le handicap, l'influence de certaines pathologies sur la sexualité (diabète, cancer, etc.)**
- **les relations sexuelles de nature transactionnelle (prostitution, mais aussi sexe en échange de petits cadeaux, repas, sorties, petites sommes d'argent), la pornographie, l'addiction ou la dépendance sexuelle**
- les variations dans le comportement sexuel; les différentes phases de l'excitation

- **discuter des différents types de relations et des raisons qui poussent à avoir ou non des relations sexuelles**
- **faire son coming out (parler de ses sentiments homosexuels ou bisexuels)**
- développer des compétences de communication et de négociation dans les relations intimes
- **gérer les difficultés lors d'une prise de contact; gérer des désirs conflictuels**
- être capable d'exprimer respectueusement ses propres souhaits et limites, et prendre en compte ceux des autres
- réfléchir aux dimensions de pouvoir inhérentes à la sexualité

- **une approche positive envers la sexualité et le plaisir**
- l'idée qu'il existe différentes orientations et identités sexuelles
- l'acceptation de l'idée que la sexualité est présente sous diverses formes à chaque âge
- la transformation d'éventuels sentiments négatifs, de dégoût ou de haine envers l'homosexualité en acceptation des différences sexuelles

15 ans +

INFORMATION

Informer l'adolescent·e sur

COMPÉTENCES

Permettre à l'adolescent·e de

ATTITUDES

Aider l'adolescent·e à développer

Emotions	<ul style="list-style-type: none">• les différentes sortes d'émotions (amour, jalousie); la différence entre ressentis et actions• la prise de conscience de la différence entre pensées rationnelles et ressentis• les sentiments d'insécurité que peuvent provoquer les débuts d'une relation	<ul style="list-style-type: none">• gérer le fait d'être amoureux, l'ambivalence, la déception, la colère, la jalousie, la trahison, la confiance, la culpabilité, la peur, le sentiment d'insécurité; parler de ses émotions• gérer des émotions, des sentiments, des désirs différents ou conflictuels	<ul style="list-style-type: none">• accepter le fait que les ressentis des gens peuvent varier (selon leur sexe, leur culture, leur religion, etc., et leur interprétation de ceux-ci)
Relations et styles de vie	<ul style="list-style-type: none">• les comportements, attentes et malentendus liés aux rôles sexuels• les structures familiales et leurs transformations, les mariages forcés; l'homosexualité/la bisexualité/l'asexualité, la monoparentalité• comment développer et maintenir des relations	<ul style="list-style-type: none">• aborder l'injustice, la discrimination et l'inégalité• remettre en question l'injustice, et cesser ou faire cesser l'utilisation d'un vocabulaire dégradant ou de blagues dénigrantes• explorer ce que signifie être mère ou père• rechercher une relation équilibrée• devenir un·e partenaire soutenant·e et rempli·e de sollicitude	<ul style="list-style-type: none">• une ouverture d'esprit par rapport à différents types de relations et modes de vie• comprendre les déterminants historiques et sociaux des relations
Sexualité, santé et bien-être	<ul style="list-style-type: none">• les systèmes et les services de santé• les comportements sexuels à risque et l'impact qu'ils peuvent avoir sur la santé• l'hygiène corporelle et l'autoexamen• l'influence positive de la sexualité sur la santé et le bien-être• la violence sexuelle; les avortements non sûrs; la mortalité maternelle; les perversions sexuelles• le VIH/Sida et les infections sexuellement transmissibles (IST): transmission, prévention, traitements, soutien et aide	<ul style="list-style-type: none">• contrer le harcèlement sexuel; acquérir des compétences d'autodéfense• demander de l'aide en cas de problème• se procurer des préservatifs et les utiliser de manière efficace	<ul style="list-style-type: none">• l'intériorisation de l'idée de responsabilité pour sa propre santé sexuelle et celle de son/ sa partenaire
Sexualité et droits	<ul style="list-style-type: none">• les droits sexuels; accès, information, disponibilité, violation des droits sexuels• les notions de détenteurs de droits et de garants de droits• la violence à caractère sexiste• le droit à l'avortement• les organisations de défense des droits humains et la Cour européenne des droits de l'homme	<ul style="list-style-type: none">• comprendre le langage des droits humains• oser faire valoir ses droits sexuels• reconnaître des violations de droits et dénoncer les discriminations et la violence à caractère sexiste	<ul style="list-style-type: none">• l'acceptation de ses propres droits sexuels et de ceux des autres• la prise de conscience des dimensions de pouvoir des garants de droits vis-à-vis des détenteurs de droit• un sens de la justice sociale
Déterminants sociaux et culturels de la sexualité (valeurs/normes)	<ul style="list-style-type: none">• les limites sociales; les normes communautaires• l'influence de la pression du groupe (pairs), des médias, de la pornographie, de la culture, de la religion, du sexe, des lois et du statut socio-économique sur les décisions, les relations et les comportements liés à la sexualité	<ul style="list-style-type: none">• définir des valeurs et croyances personnelles• gérer des normes et des valeurs (inter)personnelles conflictuelles dans la famille et la société• tendre la main aux personnes marginalisées; traiter les membres de la communauté vivant avec le VIH ou le SIDA de manière équitable• acquérir des compétences pour gérer les médias	<ul style="list-style-type: none">• la conscience de l'influence de facteurs sociaux, culturels et historiques sur le comportement sexuel• le respect de systèmes de valeurs et de croyances qui diffèrent des siens• une appréciation de son indépendance et de son estime de soi au sein de son propre environnement culturel• la conscience de la responsabilité de son propre rôle et de ses propres points de vue en lien avec le changement sociétal