



# Secondaire

---

## Premier cycle 12-14 ans

### *Que se passe-t-il?*

- Développe sa façon d'exprimer sa féminité ou sa masculinité
- Désir d'acceptation de la part d'autrui (conformisme et loyauté)
- Importance des amis
- Désir de proximité (amis, amoureux)
- Questionnements sur son identité
- Tendance à tester ses limites (goût du risque) et celles des figures d'autorité (parents, enseignants, intervenants)
- Intérêt croissant pour la séduction, les relations amoureuses et les pratiques sexuelles
- Contact souvent délibéré avec la pornographie

### *Questions qu'ils peuvent se poser*

- Comment dire à quelqu'un qu'on l'aime?
- Suis-je normal si je n'ai pas encore embrassé quelqu'un?
- Comment savoir si on est homosexuel?
- Comment on peut attraper une ITS?
- Est-ce normal de regarder des films pornos?
- Comment on sait qu'on est prêt?
- Comment ça se passe la première fois?
- Pourquoi les gars pensent qu'on ne les aime pas si on ne fait pas l'amour?
- Est-ce que ça dérange d'avoir des relations sexuelles même si on est jeune?
- C'est quoi un orgasme?
- Est-ce que toutes les filles font des pipes?
- Comment dire à mes parents que je veux prendre la pilule?

## Thématiques essentielles et messages clés à transmettre à cet âge

Thématique	Objectifs	Messages clés 12-14 ans
<b>Globalité de la sexualité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les différents aspects de la sexualité (aspects biologique, psychologique, socioculturel, relationnel et moral).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La sexualité ne concerne pas uniquement les relations sexuelles.</li> <li>• La sexualité touche aussi à nos sentiments, aux rôles sexuels et à notre identité, à l'image corporelle, à la séduction et aux relations amoureuses, aux valeurs et aux croyances.</li> </ul>
<b>Puberté et image corporelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les changements physiques, psychologiques et affectifs qui se produisent lors de la puberté.</li> <li>• Apprivoiser progressivement et accepter son image corporelle en transition.</li> <li>• Prendre conscience et poser un regard critique sur l'effet négatif que peuvent avoir les modèles stéréotypés et idéalisés du corps sur l'acceptation de sa propre image corporelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le rythme selon lequel les changements pubertaires se produisent est différent pour chacun.</li> <li>• Il est important de laisser son corps se développer sainement et naturellement (alimentation saine et suffisante et exercice physique).</li> <li>• Chaque corps est différent. Il n'existe pas de modèle standard qu'il s'agisse du poids, de la taille ou des organes génitaux!</li> <li>• Les corps d'hommes et de femmes présentés dans les médias ne représentent pas la diversité de l'apparence des corps qui existe.</li> </ul>
<b>Stéréotypes, rôles sexuels et médias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire preuve de discernement quant aux rôles exclusivement dévolus à l'un ou l'autre sexe : effet négatif et positif sur le développement personnel et sur la collectivité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tous les rôles peuvent être assumés par un garçon ou une fille.</li> <li>• Les stéréotypes sexuels véhiculés par la société ont une influence sur notre perception de ce qu'un homme ou une femme devrait être.</li> <li>• Les stéréotypes sexuels véhiculés par la société ne tiennent pas compte des différences individuelles.</li> <li>• Les modèles d'hommes et de femmes présentés dans les médias ne sont pas toujours réalistes.</li> <li>• Les compagnies utilisent des images stéréotypées pour vendre leurs produits.</li> </ul>

Thématique	Objectifs	Messages clés 12-14 ans
<b>Nouvelles technologies et sexualité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre les enjeux liés à l'utilisation des médias sociaux et des sites de clavardage.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Certaines règles de sécurité sont à observer (privatiser son compte, ne pas divulguer d'informations ou de photos que tu ne serais pas prêt à diffuser à ta famille, ne rien diffuser de compromettant pour soi ou pour les autres).</li> </ul>
<b>Vie affective et amoureuse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience de l'importance des relations interpersonnelles pour avoir une vie affective riche.</li> <li>• Réfléchir au désir de plaire et à la séduction à l'adolescence.</li> <li>• Prendre conscience des enjeux affectifs et relationnels des premières relations amoureuses et sexuelles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il est riche et positif d'entretenir des relations respectueuses avec ses amis, sa famille, etc.</li> <li>• Il est normal d'avoir envie de plaire, de séduire et d'être séduit, mais il est essentiel de demeurer authentique à soi-même.</li> <li>• <i>Premier amour et première relation sexuelle</i> : il n'y a pas d'âge pour tomber amoureux, vivre sa première relation amoureuse, embrasser ou vivre sa première relation sexuelle.</li> <li>• <i>Premier amour</i> : on peut choisir de révéler ses sentiments à l'autre ou non. L'important, c'est de choisir le bon moment pour le faire.</li> <li>• <i>Premier amour</i> : dans une relation amoureuse, les partenaires ont les mêmes droits et responsabilités.</li> <li>• <i>Première relation sexuelle</i> : il est important de prendre le temps de se questionner pour savoir si on est prêt, si on en a envie et si l'autre est une personne avec qui on souhaite partager cette expérience.</li> <li>• <i>Première relation sexuelle</i> : une relation sexuelle doit se vivre dans le respect, la responsabilité et le libre consentement.</li> </ul>

Thématique	Objectifs	Messages clés 12-14 ans
<b>Orientation sexuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre le phénomène de l'orientation sexuelle.</li> <li>• Adopter des attitudes respectueuses à l'égard des diverses orientations sexuelles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'orientation sexuelle n'est pas un choix, ni une maladie. Notre orientation sexuelle fait tout simplement partie de nous.</li> <li>• C'est au fil du temps, des questionnements et des expériences que l'on découvre notre orientation sexuelle.</li> <li>• Personne n'a le droit de discriminer une personne à cause de son orientation sexuelle.</li> </ul>
<b>Santé sexuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopter des attitudes et des comportements qui valorisent le respect de ses propres limites et de celles de l'autre dans l'expression de sa sexualité.</li> <li>• Réfléchir à l'importance d'adopter des comportements responsables dans ses relations amoureuses et sexuelles.</li> <li>• Connaître les ITSS : modes de transmission, symptômes, traitements.</li> <li>• Identifier les comportements à risque et les comportements de prévention.</li> <li>• Connaître les ressources du milieu en matière de prévention des grossesses et des ITSS.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chaque personne a ses valeurs et ses limites. Il est important de les respecter lorsqu'on vit des rapprochements intimes avec une autre personne.</li> <li>• Se protéger, c'est se respecter et respecter son partenaire.</li> <li>• Plusieurs ITSS sont asymptomatiques.</li> <li>• Il est important de se protéger en utilisant un condom et en passant des tests de dépistage régulièrement.</li> <li>• Il existe différentes ressources d'aide et d'information (ex. : Cliniques jeunesse).</li> </ul>
<b>Violence dans les relations amoureuses et violence sexuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier des attitudes, des comportements et des stratégies qui permettent de prévenir la violence dans les relations amoureuses et la violence sexuelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toutes les formes de violence sont inacceptables (physique, psychologique, verbale, sexuelle, intimidation).</li> <li>• Tu dois donner ton consentement pour chaque geste posé dans la sexualité. Tu as aussi le droit de changer d'avis.</li> </ul>

Thématique	Objectifs	Messages clés 12-14 ans
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• C'est important de réagir dès les premières manifestations de la violence, car elles peuvent augmenter et prendre différentes formes.</li> <li>• La personne qui exerce de la violence est responsable de ses gestes.</li> <li>• Si tu crois que ta relation est teintée de violence, parles-en à un adulte de confiance.</li> </ul>

## Deuxième cycle 15-17 ans

### *Que se passe-t-il?*

- Place du désir et éventuelle actualisation
- Développement de l'intimité affective et de l'intimité sexuelle
- Passage de l'adolescence vers l'âge adulte, qui suppose une plus grande responsabilité quant aux rôles sociaux et sexuels
- Sentiment d'invincibilité et pensée magique
- Importance du groupe d'amis
- Relations amoureuses et sexuelles

### *Questions qu'ils peuvent se poser*

- Je n'ai jamais eu de blonde, suis-je normal?
- Comment contrôler la jalousie?
- Pourquoi les couples d'aujourd'hui se séparent plus qu'avant?
- Comment se remettre d'une peine d'amour?
- Je finis le secondaire et je n'ai jamais eu de relation sexuelle, suis-je normal?
- Pourquoi il y a différents modèles de condom?
- Je n'ai pas aimé ma première fois, suis-je gai?
- Est-ce qu'on peut devenir enceinte même si le garçon n'a pas éjaculé?
- On fait quoi si le condom brise?
- Quoi faire quand on pense être enceinte?

## Thématiques essentielles et messages clés à transmettre à cet âge

Thématique	Objectifs	Messages clés
<b>Globalité de la sexualité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les différents aspects de la sexualité (aspects biologique, psychologique, socioculturel, relationnel et moral).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La sexualité ne concerne pas uniquement les relations sexuelles.</li> <li>• La sexualité touche aussi à nos sentiments, aux rôles sexuels et à notre identité, à l'image corporelle, à la séduction et aux relations amoureuses, aux valeurs et aux croyances.</li> </ul>
<b>Stéréotypes, rôles sexuels et médias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être capable de faire preuve de discernement quant aux rôles exclusivement dévolus à l'un ou l'autre sexe : effet négatif et positif sur le développement personnel et sur la collectivité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tous les rôles peuvent être assumés par un garçon ou une fille.</li> <li>• Les stéréotypes sexuels véhiculés par la société ont une influence sur notre perception de ce qu'un homme ou une femme devrait être.</li> <li>• Les stéréotypes sexuels véhiculés par la société ne tiennent pas compte des différences individuelles.</li> <li>• Les modèles d'hommes et de femmes présentés dans les médias ne sont pas toujours réalistes.</li> <li>• Les compagnies utilisent des images d'hommes et de femmes stéréotypées pour vendre leurs produits.</li> </ul>
<b>Nouvelles technologies et sexualité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre les enjeux reliés à l'utilisation des médias sociaux et des sites de clavardage.</li> <li>• Réfléchir aux impacts de la pornographie sur sa perception de l'amour et de la sexualité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Certaines règles de sécurité sont à observer (privatiser son compte, ne pas divulguer d'informations ou de photos que tu ne serais pas prêt à diffuser à ta famille, ne rien diffuser de compromettant pour soi ou pour les autres).</li> <li>• La pornographie s'adresse aux adultes.</li> <li>• Les messages véhiculés dans la pornographie ne représentent pas la réalité.</li> <li>• La pornographie peut avoir un impact sur notre perception de l'amour et de la sexualité.</li> </ul>

Thématique	Objectifs	Messages clés
<b>Vie affective et amoureuse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience de l'importance des relations interpersonnelles pour avoir une vie affective riche.</li> <li>• Réfléchir au désir de plaire et à la séduction à l'adolescence.</li> <li>• Prendre conscience des éléments à privilégier pour bien vivre l'intimité affective et l'intimité sexuelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il est riche et positif d'entretenir des relations respectueuses avec ses amis, sa famille, etc.</li> <li>• Il est normal d'avoir envie de plaire, de séduire et d'être séduit, mais il est essentiel de demeurer authentique à soi-même.</li> <li>• <i>Relation amoureuse et sexuelle</i> : il n'y a pas d'âge pour tomber amoureux, vivre sa première relation amoureuse, embrasser ou vivre sa première relation sexuelle.</li> <li>• <i>Relation amoureuse</i> : dans une relation amoureuse, les partenaires ont les mêmes droits et responsabilités.</li> <li>• <i>Relation sexuelle</i> : il est important de prendre le temps de se questionner pour savoir si on est prêt, si on en a envie et si l'autre est une personne avec qui on souhaite partager une intimité sexuelle.</li> <li>• <i>Relation sexuelle</i> : une relation sexuelle doit se vivre dans le respect, la responsabilité et le libre consentement.</li> </ul>
<b>Orientation sexuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre le phénomène de l'orientation sexuelle.</li> <li>• Adopter des attitudes respectueuses à l'égard des diverses orientations sexuelles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'orientation sexuelle n'est pas un choix, ni une maladie. Notre orientation sexuelle fait tout simplement partie de nous.</li> <li>• C'est au fil du temps, des questionnements et des expériences que l'on découvre notre orientation sexuelle.</li> <li>• Personne n'a le droit de discriminer une personne à cause de son orientation sexuelle.</li> </ul>

Thématique	Objectifs	Messages clés
Santé sexuelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopter des attitudes et des comportements qui valorisent le respect de ses propres limites et de celles de l'autre dans l'expression de la sexualité.</li> <li>• Réfléchir à l'importance d'adopter des comportements responsables dans ses relations amoureuses et sexuelles.</li> <li>• Connaître les ITSS : modes de transmission, symptômes, traitements.</li> <li>• Identifier les comportements à risque et les comportements de prévention.</li> <li>• Connaître les ressources du milieu en matière de prévention des grossesses et des ITSS.</li> <li>• Réfléchir au fait suivant : adopter des comportements sexuels responsables à l'égard de la contraception et de la prévention des ITSS n'exclut pas le plaisir et la spontanéité, et ce, dans le respect des limites de chacun.</li> <li>• Connaître les diverses méthodes de contraception et de protection, plus particulièrement celles qui sont adaptées à la réalité adolescente.</li> <li>• Réfléchir à la signification et aux exigences d'être parent.</li> <li>• Réfléchir aux enjeux de l'IVG.</li> <li>• Démystifier la recherche exclusive de sensations sexuelles fortes versus la découverte graduelle de la satisfaction sexuelle.</li> <li>• Connaître l'effet de la consommation de drogues et d'alcool sur l'expression de la sexualité et la prise de risque.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chaque personne a ses valeurs et ses limites. Il est important de les respecter lorsqu'on vit des rapprochements intimes avec une autre personne.</li> <li>• Se protéger, c'est se respecter et respecter son partenaire.</li> <li>• Plusieurs ITSS sont asymptomatiques.</li> <li>• Il est important de se protéger en utilisant un condom et en passant des tests de dépistage si on a des comportements à risque.</li> <li>• Il existe différentes ressources d'aide et d'information (ex. : Cliniques jeunesse).</li> <li>• Il est tout à fait possible de se protéger en ne diminuant pas le plaisir et la spontanéité.</li> <li>• Le condom et les méthodes contraceptives hormonales (pilule, timbre, anneau vaginal) sont les méthodes les plus faciles d'utilisation et accessibles pour les jeunes en plus d'être très efficaces.</li> <li>• En cas d'accident, il est possible d'utiliser la pilule du lendemain.</li> <li>• En cas de grossesse non planifiée, il est possible d'avoir recours à une IVG (avortement), de poursuivre la grossesse ou d'avoir recours à l'adoption.</li> <li>• La recherche de plaisir à tout prix et de sensations fortes ne vaut pas la découverte graduelle de sa sexualité et de celle de l'autre.</li> <li>• La consommation de drogue et d'alcool peut avoir des effets négatifs sur la sexualité (choix moins éclairés, sexualité non protégée, dépendances).</li> <li>• Être parent adolescent, c'est beaucoup de responsabilités.</li> </ul>



Thématique	Objectifs	Messages clés
<b>Violence dans les relations amoureuses et violence sexuelle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier des attitudes, des comportements et des stratégies qui permettent de prévenir la violence dans les relations amoureuses et la violence sexuelle.</li> <li>• Prendre conscience de l'effet des mythes associés à la violence sexuelle sur les individus et la collectivité.</li> <li>• Prendre conscience du rôle de tout citoyen dans la prévention de la violence sexuelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toutes les formes de violence sont inacceptables (physique, psychologique, verbale, sexuelle, intimidation).</li> <li>• Tu dois donner ton consentement pour chaque geste posé dans la sexualité. Tu as aussi le droit de changer d'avis.</li> <li>• C'est important de réagir dès les premières manifestations de la violence, car elles peuvent augmenter et prendre différentes formes.</li> <li>• La personne qui exerce de la violence est responsable de ses gestes.</li> <li>• Si tu crois que ta relation est teintée de violence, parles-en à un adulte de confiance.</li> <li>• Plusieurs mythes ont pour effet de responsabiliser la victime ou de déresponsabiliser la personne violente.</li> <li>• La violence sexuelle n'est pas un problème personnel, mais un problème de société.</li> </ul>

# Bibliographie

---

Gouvernement du Québec, Institut national de santé publique du Québec (2010). « Fiche Sexualité saine et responsable » *Réussite éducative, santé et bien-être: agir efficacement en contexte scolaire – synthèse des recommandations*, rédigé par Palluy, Arcand, Choinière, Martin et Roberge, Québec, 42 p.

Gouvernement du Québec, ministère de l'Éducation du Québec (2003). *L'éducation à la sexualité dans le contexte de la réforme de l'éducation*, rédigé par Francine Duquet, Québec, 58 p.