

# épisode 01

## + La sexualité

(S)eggs



### Qu'entend-on par sexualité?

La sexualité est un thème infiniment large qui s'inscrit dans chacune de nos vies à travers cinq dimensions : biologique, psychoaffective, socioculturelle, relationnelle et morale. La dimension biologique concerne le corps humain, dont les changements corporels ainsi que la santé reproductive. Le côté psychoaffectif de la sexualité touche notamment l'estime de soi/l'image corporelle et les émotions. La sphère relationnelle renvoie en grande partie aux relations humaines et aux différents types de communications. La dimension socioculturelle implique les normes sociales et les scripts sexuels qui touchent à la sexualité, ainsi que les lois sur le consentement, par exemple. Finalement, la notion de moralité dans la sexualité touche les valeurs et croyances qui guident les individus à travers leur sexualité (Santé Montréal, 2016). Afin d'être qualifiée de « saine », notre sexualité doit être en cohérence avec nos valeurs, elle doit être égalitaire (sans relation de pouvoir), ainsi que respectueuse envers nous-mêmes et les autres, notamment par l'entremise d'un consentement libre, éclairé et préférablement enthousiaste (CIUSSS, 2023).



### Pourquoi est-ce qu'une éducation à la sexualité inclusive est nécessaire?

En partant du fait que chaque élève est différent.e, a une histoire, un développement et des expériences uniques, il est important que le matériel didactique utilisé pour l'éducation à la sexualité soit représentatif d'une multitude de sujets (Descheneaux et al., 2018).

L'UNESCO (2023) stipule l'importance d'une éducation à la sexualité complète (ESC) afin de « doter les enfants et les jeunes des connaissances, des compétences, des attitudes et des valeurs qui leur permettent de vivre en bonne santé, dans le bien-être et la dignité ; d'instaurer des relations sociales et sexuelles respectueuses ; d'envisager l'impact de leurs choix sur leur propre bien-être et celui des autres ; et de comprendre et d'assurer la protection de leurs droits tout au long de leur vie. »

Si on se fie simplement aux normes sociales et à certains programmes d'éducation à la sexualité actuels, qui ne tendent pas vers une approche inclusive, on peut supposer que plusieurs jeunes (surtout de la diversité sexuelle et pluralité des genres) se retrouvent dans un flou vis-à-vis leur réalité.

L'éducation à la sexualité inclusive ne permet pas seulement aux jeunes queer de mieux comprendre ou réfléchir leur sexualité, elle est bénéfique pour tou.te.s (ex : jeunes cisgenres et hétérosexuel.le.s).

# ➤ Quelques bénéfices pour l'ensemble des élèves qui reçoivent cette éducation

- + Réduit l'intimidation et le harcèlement (Action Canada, 2023)
- + Réduit une vision stéréotypée des rôles de genre (Action Canada, 2023)
- + Augmente la pensée critique (Action Canada, 2023)
- + Favorise une bonne santé mentale globale (Action Canada, 2023)
- + Augmente la confiance en soi (Descheneaux et al., 2018)
- + Augmente une santé sexuelle et reproductive saine (Descheneaux et al., 2018)
- + Diminue la prise de risque dans la sexualité (Action Canada, 2023)
- + Diminue les tentatives de suicides (Action Canada, 2023)
- + Etc.

# ➤ Lexique de l'épisode

→ L'hétéronormativité renvoie au fait de prendre pour acquis qu'une personne est automatiquement hétérosexuelle, mais aussi de croire que l'hétérosexualité est supérieure aux autres orientations sexuelles. Par exemple, ce phénomène est vu lorsqu'une personne s'identifiant comme garçon/homme, se fait demander s'il a une petite amie. Dans ce cas, on assume de facto que puisque c'est un garçon/homme, il est attiré par une personne s'identifiant comme fille/femme. Ce biais peut avoir plusieurs conséquences, notamment l'invisibilisation et la stigmatisation des autres sexualités, mais aussi une pression à « paraître » hétérosexuel.le. En effet, par sa socialisation, une personne queer pourrait vouloir être perçue comme hétérosexuelle afin d'être mieux traitée socialement. De plus, ça met une pression supplémentaire sur les personnes queer de devoir constamment avoir à faire un choix entre dévoiler son orientation sexuelle et amoureuse ou vivre de manière non authentique (Killermann, 2017).

→ Le principe est similaire à la cisnORMATIVITÉ. Il s'agit, d'une part, de concevoir qu'il n'existe que deux identités de genre : les filles/femmes et les garçons/hommes. Ceux et celles-ci sont défini.e.s et décidée.s par le monde médical selon le sexe assigné à la naissance (être une fille c'est avoir une vulve et être un garçon c'est avoir un pénis). La cisnORMATIVITÉ renvoie aussi au fait de prendre pour acquis que tout le monde, tout individu, s'identifiera à son sexe assigné à la naissance... que toute personne sera donc cisgenre, malgré que nous savons qu'il existe une pluralité d'identités de genre (ex : personnes trans et/ou non binaires). Finalement, cette vision réductrice induit l'idée que les personnes cisgenres sont supérieures (elles ont plus de valeur) aux personnes trans et/ou non binaires.

→ Les conséquences d'invisibilisation, de stigmatisation et de pression au coming-out sont aussi causées par la cisnORMATIVITÉ (Killermann, 2017). Comme si les personnes trans et/ou non binaires avaient le devoir constant de justifier leur « différence » ou leur identité aux autres.



## Sources

- + Action Canada. (Mis à jour le 2023-02-16). Mythes à propos de l'éducation à la sexualité. <https://www.actioncanadashr.org/fr/ressources/informations-sur-la-sante-sexuelle/education-sexuelle/mythes-propos-de-leducation-la-sexualite>
- + Descheneaux, J., Pagé, G., Piazzesi, C., Pirotte, M. et Fédération du Québec pour le Planning des naissances (2018). Promouvoir des programmes d'éducation à la sexualité positive, inclusive et émancipatrice : méta-analyse qualitative intersectionnelle des besoins exprimés par les jeunes. Montréal : Service aux collectivités de l'Université du Québec à Montréal/Fédération du Québec pour le planning des naissances. En ligne [www.fqpn.ca]
- + Potvin, M. (2014). Diversité ethnique et éducation inclusive: fondements et perspectives. *Éducation et sociétés*, (1), 185-202. DOI : 10.3917/es.033.0185
- + Richard, G. (2019). Hétéro, l'école ? Plaidoyer pour une éducation antioppressive à la sexualité. Montréal : Les éditions du remue-ménage. ISBN : 978-2-8991- 681-4
- + Santé Montréal. (Mis à jour en 2024). Sexualité saine et responsable chez les jeunes. <https://www.ciusss-capitalenationale.gouv.qc.ca/sante-publique/vivre-sante/mode-vie-environnement-sains-securitaires/sexualite-saine>
- + Santé Montréal. (2016). Globalité de la sexualité. <https://sante-montreal.qc.ca/professionnels/drsp/sujets-de-a-a-z/sexoclic/comprendre/globalite-de-la-sexualite/>
- + UNESCO. (2023). Éducation complète à la sexualité : pour des apprenants en bonne santé, informés et autonomes. <https://www.unesco.org/fr/health-education/cse>



## Réflexions

Cette section se veut un levier de réflexions pour les professionnel.le.s œuvrant auprès des jeunes. Voici quelques questions sur la sexualité qui favoriseraient une introspection afin d'améliorer ou bonifier vos approches professionnelles d'intervention en éducation à la sexualité.

→ Sur une échelle de 1 à 10, à combien j'évalue actuellement mes connaissances sur les réalités des jeunes de la diversité sexuelle et de genre?

→ Quelles est/sont la/les dimensions de la sexualité (biologique, psychoaffective, socioculturelle, relationnelle et morale) où je me sens le plus outillé.e à aborder avec les jeunes? Pourquoi?

→ Quelles est/sont la/les dimensions de la sexualité (biologique, psychoaffective, socioculturelle, relationnelle et morale) où je me sens le moins outillé.e à aborder avec les jeunes? Pourquoi?

→ Quels sont mes préjugés en lien avec la sexualité humaine?

→ Que puis-je faire pour remédier à la situation lorsque je présente certains préjugés?



# Ressources

## En français

+ Livres

2023 | L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ De la naissance à la préadolescence Julie Lemay (Sexologue)

2019 | Hétéro, l'école? : plaidoyer pour une éducation antioppressive Gabrielle Richard

+ Balados

2022 | Contacts : Une étape à la fois animé par Catherine Brunet et Pier-Luc Funk

2022 | Au coin du brasier animé par Gwendoline et Laurence

2021 à 2023 | À quoi tu jouis? animé par Laima Abouraja Gérald et Justin Roy

+ Article scientifique

Descheneaux, J., Pagé, G., Piazzesi, C., Pirotte, M. et Fédération du Québec pour le Planning des naissances (2018). Promouvoir des programmes d'éducation à la sexualité positive, inclusive et émancipatrice : métá-analyse qualitative intersectionnelle des besoins exprimés par les jeunes. Montréal : Service aux collectivités de l'Université du Québec à Montréal/Fédération du Québec pour le planning des naissances.

+ Vidéos/Courts métrage

2021 | On parle de sexe - TéléQuébec | Les capsules «Bon à savoir»

## En anglais

+ Books

2017 | A Guide to Gender (2nd Edition): The Social Justice Advocate's Handbook Sam Killerman

+ Podcast

2023 | SHE SOARS

+ Short videos

2023 | Good sex explained in 9 minutes | Dr. Emily Nagoski

→ **Balado Seggs\***  
Fiches pédagogiques

© 2024 Les 3 sex\*  
Tous droits réservés  
les3sex.com  
info@les3sex.com

COORDINATION  
Estelle Cazelais

RÉDACTION  
Catherine van Doesburg  
Estelle Cazelais

RÉVISION DE FOND  
Estelle Cazelais  
Marie-Phillipe Drouin (Divergences)  
Marion Bertrand-Huot (Conseil québécois LGBT)  
Julie Fortier (Coalition d'aide à la diversité sexuelle de l'Abitibi-Témiscamingue)

RECHERCHE  
Catherine van Doesburg  
Estelle Cazelais

RÉVISION ORTHOGRAPHIQUE  
Fé Routhier  
Mylène De Repentigny-Corbeil  
Sylvie Petitclerc

DESIGN GRAPHIQUE  
Jérémie Guiheux  
Manon Jousse

Ce projet est financé par le Bureau de lutte contre l'homophobie et la transphobie | Secrétariat à la condition féminine

Québec