



à la sexualité

respect, égalité, altérité





• EDITIONS IN PRESS •

# **L'ÉDUCATION**

à la sexualité

respect, égalité, altérité

#### ÉDITIONS IN PRESS

74, boulevard de l'Hôpital – 75013 Paris

Tél.: 09 70 77 11 48

www.inpress.fr

Collection Et si on allait mieux!, dirigée par Sébastien Landry.

L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ. RESPECT, ÉGALITÉ, ALTÉRITÉ

ISBN: 978-2-84835-668-6

ISSN: 2740-7799

#### ©2021 ÉDITIONS IN PRESS

Couverture: Lorraine Desgardin

Mise en pages: Lorraine Desgardin

Illustrations: ©Entre les jambes, p. 31, 32 – ©Elena Show/Adobe Stock, p. 34 – ©Alexandre Guili, p. 34 – ©Véronique Baranska, p. 35 – ©oleg/Adobe Stock, p. 36 – ©HUG, p. 36 – ©solidarités-santé.gouv.fr, p. 38 – ©sudowoodo/ Adobe Stock, p. 42 – ©Défenseur des droits, p. 51 – ©Jocelyne Robert/Editions de l'Homme, p. 107, 108 – ©Lorraine Desgardin, p. 129

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement des auteurs, ou de leurs ayants droit ou ayants cause, est illicite (loi du 11 mars 1957, alinéa 1<sup>er</sup> de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.



# L'ÉDUCATION

à la sexualité

respect, égalité, altérité

Véronique Baranska & Sébastien Landry



La collection *Et si on allait mieux!* s'attache à exposer avec clarté des sujets de santé publique actuels, sans tabou. Dirigée par Sébastien Landry, ingénieur en APA-Santé et psychosexologue spécialisé en cancérologie, et proposant les interventions de professionnels experts, elle promeut la santé sous toutes ses formes, y compris celles auxquelles on ne pense pas!

### Sommaire

Les auteur·es	9
Introduction	11
Partie 1	
Pourquoi l'éducation à la sexualité dès le plus jeune âge?	15
Parce qu'il est important de promouvoir une approche large et positive de la sexualité	
Pour accompagner les jeunes dans le développement de leurs compétences	23
Partie 2	
Pourquoi est-ce si important de mettre en place les séances d'éducation à la sexualité en milieu scolaire?	27
Du point de vue des connaissances sur le corps	_
Du point de vue psychosexuel	43
Et d'autres points de vue : social, culturel, du droit, de la loi, etc.	

### Partie 3

Retours de terrain – impacts du manque d'éducat à la sexualité	
Croyances autour de la sexualité de la femme	55
Croyances autour de la sexualité de l'homme	59
Domination et soumission : les dérives d'une telle vision	63
Il n'y a pas que la pénétration qui compte!	67
Partie 4	
Les jeunes s'éduquent avec la pornographie	71
L'angoisse de performance induite par les films pornographiques	73
Des rapports sexuels toujours plus longs : mécanismes de l'éjaculation	
Une femme qui ne crie pas n'a pas de plaisir	81
Le sexe sans affect : la place des sentiments dans la sexualité	
Le rôle des préliminaires	
Partie 5	
L'éducation à la sexualité, un rôle dans la prévent des violences sexistes, sexuelles, conjugales	
Mais de quoi parle-t-on?	
L'éducation à la sexualité, l'un des moyens pour prévenir ces violences et protéger	
Les enfants et les adolescent-es doivent être sensibilisé-e	

### Partie 6

Les bases des rapports sexuels épanouissant	s 111
Le respect de soi et de l'autre	
Le plaisir sexuel plutôt que la performance	
Le consentement réciproque	125
Connaissances autour de l'orientation sexuelle	127
L'importance du premier rapport sexuel	133
La confiance sexuelle	139
Partie 7	
Points essentiels	143
Conclusion	151
Pour aller plus loin	153

### Les auteur·es

Véronique Baranska est psychosexologue et sexothérapeute à Dijon. Elle a été sexologue bénévole au CIDFF de Côte-d'Or (Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles). Elle est également infirmière diplômée d'État (promotion de la santé), licenciée en psychologie et personneressource pour le site www.pratiquesensante.org.

Sébastien Landry est ingénieur en APA-Santé et psychosexologue spécialisé en cancérologie. Il exerce pour la Ligue contre le cancer (comité de la Sarthe) et l'AASM-Maison du Patient au Mans. Il enseigne à l'Université de Poitiers, où il est co-directeur du DU Sport et cancer, et à Le Mans Université. Il est directeur de la collection *Et si on allait mieux!* et auteur de différents livres comme *Cancer et Sexualité si on en parlait!* (2018); *La Sexualité ne prend pas sa retraite!* (2019), et *L'Éjaculation précoce, ce n'est pas une fatalité!* (2019).

 $\begin{tabular}{ll} $\tt ``Tumedis, j'oublie. Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} `\tt ``Tumedis, j'oublie. Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} `\tt ``Tumedis, j'oublie. Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} `\tt ``Tumedis, j'oublie. Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} `\tt ``Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} `\tt ``Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} `\tt ``Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} '\tt ``Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} '\tt ``Tum'enseignes, je me souviens. Tum'impliques, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} '\tt ``Tum'enseignes, je me souviens. Tum'enseignes, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} '\tt ``Tum'enseignes, \\ j'apprends. \begin{tabular}{ll} '\tt ``Tum'enseignes, \\ j'apprends. \\$ 

Benjamin Franklin

### Introduction

Le chemin à parcourir semble encore long avant que l'éducation à la sexualité trouve toute sa place à l'école et ce, malgré le rapport du Haut Conseil à l'Égalité entre les Femmes et les Hommes à ce sujet publié le 13 juin 2016 qui en soulignait sa difficile application sur le terrain<sup>1</sup>. Puis d'un rapport additionnel publié le 29 octobre 2019 où l'on peut lire « La question de la formation et de la prévention se pose dès le plus jeune âge. Il s'agit ainsi de rendre effective l'obligation légale d'éducation à la sexualité de l'école au lycée, en intégrant à cette éducation des programmes de prévention afin de prévenir les agressions sexuelles dont sont victimes les enfants et les adolescent·es », « Toutefois, 18 ans après la formulation de l'obligation légale d'assurer l'éducation à la sexualité..., il s'avère que l'application effective de cette mesure est parcellaire et inégale selon les territoires... Par ailleurs, la sexualité est souvent abordée dans le cadre d'enseignements disciplinaires, surtout les sciences, plutôt que d'être intégrée de manière transversale en lien avec la dimension citoyenne et l'égalité filles-garçons. Il est désormais également nécessaire de lever les tabous autour de la représentation du corps des femmes par l'enseignement de l'anatomie féminine et notamment du clitoris... Cette défaillance dans l'éducation à la sexualité dans

<sup>1.</sup> Haut Conseil à l'Égalité (2016). Rapport n° 2016-06-13-SAN-021 relatif à l'éducation à la sexualité: répondre aux attentes des jeunes, construire une société d'égalité femmeshommes.

le cadre scolaire incite les jeunes à se tourner vers d'autres sources d'information... »<sup>2</sup>.

Pour l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), la santé sexuelle est définie comme « un état de bien-être physique, mental et social dans le domaine de la sexualité. Elle requiert une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles qui soient source de plaisir et sans risques, libres de toute coercition, discrimination ou violence »<sup>3</sup>.

La circulaire du 12 septembre 2018 relative à l'éducation à la sexualité réaffirme l'obligation de cette éducation, avec une mise en œuvre effective à travers les enseignements auxquels se rajoutent des séances spécifiques. C'est une « démarche éducative transversale et progressive qui vise à favoriser l'estime de soi, le respect de soi et d'autrui, l'acceptation des différences, la compréhension et le respect de la loi et des droits humains, la responsabilité individuelle et collective, la construction de la personne et l'éducation du citoyen. Son approche globale et positive doit être adaptée à chaque âge et à chaque niveau d'enseignement... »<sup>4</sup>.

Personne ne peut plus ignorer aujourd'hui les violences sexistes, les violences sexuelles (incluant l'inceste), les violences conjugales... Les enfants et les adolescent es d'aujourd'hui sont les adultes de demain et nous nous devons toutes et tous, dans ce pays, réfléchir à ce que nous souhaitons leur laisser en héritage en les accompagnant

<sup>2.</sup> Haut Conseil à l'Égalité (2019). Contribution n°2019-10-29-INT-24. Rapport additionnel au rapport de mise en œuvre par la France de la Plateforme d'action de Pékin (Pékin + 25).

<sup>3.</sup> Site OMS: https://www.who.int/topics/sexual\_health/fr/

<sup>4.</sup> Ministère de l'éducation nationale et de la Jeunesse (2018). *Circulaire n°2018-111 du 12-9-2018 relative à l'éducation à la sexualité.* 

sur le chemin des valeurs humanistes et de respect. Ils elles ont également des droits et donc, nous, le devoir de les respecter. Droits humains et droits sexuels sont intimement liés.

Parmi ces droits sexuels, sur le site onsexprime.fr, on peut lire le droit de chercher, recevoir et diffuser des informations en matière de sexualité alors que la loi du 4 juillet 2001 prévoit qu'une « information et une éducation à la sexualité soient délivrées dans les écoles, les collèges et les lycées à raison d'au moins trois séances annuelles », le droit à l'éducation sexuelle, au respect de son corps, etc.

Psychosexologues et sexothérapeutes, il nous a semblé intéressant d'écrire ce livre sur l'importance de l'éducation à la sexualité, livre que l'on a souhaité accessible au plus grand nombre. Nos expériences de terrain respectives révèlent un manque prégnant d'éducation à la sexualité, avec toutes les conséquences que cela peut engendrer sur la santé/santé sexuelle (bien-être). C'est avec humilité que nous vous proposons, sans tabou, ce cheminement vers une vision positive et égalitaire de la sexualité. Particulièrement centré es ici sur une population jeune, nous savons bien que la vie affective et sexuelle concerne tout le monde, sans distinction d'âge, de genre, de situations particulières (personnes en situation de handicap, personnes atteintes de pathologies, personnes migrantes...), etc. et dure toute la vie, son accompagnement aussi!

Nous emploierons indifféremment les termes d'éducation à la sexualité, d'éducation à la vie affective et sexuelle, d'éducation sexuelle.

## Partie 1

Pourquoi l'éducation à la sexualité dès le plus jeune âge ?

# Parce qu'il est important de promouvoir une approche large et positive de la sexualité

La Convention Internationale relative aux **Droits de l'Enfant** de l'ONU (Organisation des Nations Unies) de 1989, ratifiée par la France, garantit à ce dernier et parmi d'autres droits, le **droit à l'éducation**, le **droit à la santé**, le **droit à la protection**... Elle lui garantit également le droit **d'exprimer librement ses opinions sur toute question pouvant le concerner**. L'éducation à la sexualité s'inscrit dans l'accompagnement des jeunes vers leur devenir de futur es citoyen nes autonomes, éclairé es et responsables de leurs choix, incluant le domaine de la santé.

Dans sa stratégie nationale de santé sexuelle<sup>5</sup>, la France prévoit, dans son axe, d'« *investir dans la promotion en santé sexuelle en particulier en direction des jeunes dans une approche globale et positive* ». L'objectif premier: « *éduquer les jeunes à la sexualité*, *à la santé sexuelle et aux relations entre les personnes* ».

Mais qu'est-ce que peut bien vouloir signifier cette approche plus large et positive de la sexualité? Et bien cela nous rappelle tout naturellement que la sexualité est **multidimensionnelle** et qu'elle englobe non pas un, mais plusieurs domaines tels que le domaine **biologique**, **psychosexuel**, **social**, du **droit** et de la **loi**, **culturel**, etc.

L'éducation à la sexualité est obligatoire dans les écoles, collèges et lycées depuis une loi de 2001 du Ministère de la santé, suivie d'une circulaire d'application du Ministère de l'éducation nationale

 $<sup>5. \</sup> https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/1-jcc\_dgs\_colloque\_cegidd\_feuille\_de\_route\_sante\_sexuelle.pdf$ 

parue en 2003, remplacée par celle septembre 2018 déjà citée. Cette éducation est, et particulièrement de nos jours, indispensable, d'autant plus si l'on tient compte de l'omniprésence des technologies numériques qui ont changé la donne, avec un accès à internet quasi illimité pour une proportion non négligeable d'enfants et d'adolescent es. Et quand on sait que certain es jeunes ont déjà visionné des images à caractère pornographique avant même leur entrée en collège, qu'ils elles trouvent ça normal (voire banal), il y a urgence! En plus de transmettre des savoirs, l'école est aussi un lieu pour éduquer, en complémentarité avec les familles, d'où la dénomination « éducation nationale ».

Pour beaucoup, jeunes comme moins jeunes d'ailleurs, le terme « sexualité » se résume souvent aux rapports sexuels et majoritairement à l'image d'un pénis dans un vagin! Quand on parle d'éducation à la sexualité en milieu scolaire, le mot éducation semble être inexistant dans les esprits, mis volontairement (inconsciemment?) de côté, voir traduit dans un sens selon lequel l'école va apprendre aux élèves à avoir des rapports sexuels très tôt et autres réjouissances toutes aussi farfelues (apprendre aux enfants à se masturber, etc.)! Il ne faut pas s'étonner si celles et ceux qui tentent d'empêcher l'éducation à la sexualité à l'école s'appuient sur la méconnaissance de ce qu'elle représente réellement et sur les peurs (provoquées) pour initier et faire enfler des polémiques et, tant qu'à faire, en utilisant certains médias et réseaux sociaux, l'effet est rapide! Ce n'est pas parce que le développement psychosexuel commence effectivement très tôt (universel aux êtres humains) qu'il faut s'empresser de « traduire » de façon détournée des éléments qui le compose, puis se complaire à poster ensuite tout et n'importe quoi! Il suffit de faire l'effort de savoir de quoi on parle lorsqu'il est question d'éducation à la sexualité, sinon s'abstenir pour le bien-être des autres! De plus, les jeunes sont souvent les plus impacté es par cette malveillance (parce que c'est de ça dont il s'agit!) du fait d'avoir vu défiler certaines informations fausses, ou parce que ce sont des parents qui peuvent croire ce qu'ils ont lu, vu, voir entendu (compréhensible car il est difficile de faire du tri!).

Lors d'échanges avec des jeunes de collège sur leurs représentations de ce qu'est la sexualité, la majorité n'en n'a pas une vision générale et ne découvre tout ce qu'elle englobe réellement que grâce aux partages de leurs représentations avec leurs pair es et avec des professionnel·les (animateur trices formé es en éducation à la sexualité). En effet, leur vision se limite pour une grande majorité de ces jeunes au domaine biologique, des mots comme « sexe », « pénis », « rapports sexuels », « grossesse », « spermatozoïdes » sont donnés en première intention (par exemple lors d'un brainstorming autour du terme sexualité pendant lequel les élèves rapportent les premiers mots leur venant à l'esprit). Et même dans le domaine biologique, on s'aperçoit régulièrement qu'il peut y avoir un manque de connaissances : les termes érection et éjaculation pas toujours très clairs voir inversés, notions floues sur les spermatozoïdes et les ovules, etc.

Le domaine **psychosexuel** est loin d'être mis d'emblée en lien direct avec la sexualité, alors qu'il s'agit ici de **découverte de son corps**, de **respect**, de **communication**, etc.! Et quand on sait que nombre de professionnel·les ne veulent pas utiliser l'intitulé « *psychosexuel* », on sent pointer une gêne non?

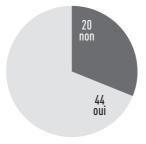
Quant à faire un lien entre la sexualité et la **société** (l'environnement, là où on vit), la majorité des jeunes n'y songe pas non plus, alors que l'on fait référence ici au **vivre ensemble**, aux **droits**, à la **loi**, à la sphère **culturelle**, **religieuse**, etc.

#### Paroles de jeunes

Antoine, collégien de 13 ans, en séance d'éducation à la sexualité: « Mais c'est vrai qu'on peut pas faire n'importe quoi et comme on veut? »; Émilie, collégienne de 14 ans: « Les homo peuvent pas se marier, y peuvent pas avoir d'enfant, c'est n'importe quoi sinon! »; Hamed, 14 ans: « Quand on voit les émissions à la télé ou sur notre téléphone, on voit bien comment ça se passe entre les filles et les garçons, on apprend plein de choses! » (Il fait référence ici à certaines émissions de téléréalité ainsi qu'à des films pornographiques.)

On a aussi tenté de nous faire croire que les parents étaient tous opposés à l'éducation à la sexualité à l'école. Pourtant, dans le cadre d'un petit travail d'investigation mené sur le terrain et suite au retour de 64 questionnaires anonymes renseignés par des familles dont les enfants étaient scolarisés en école élémentaire (école dont les âges moyens vont de 6 ans à 11 ans), à la question si elles estimaient que l'éducation à la sexualité avait sa place à l'école, 75 % répondent par l'affirmative!

Et quand il leur est demandé si elles sont informées de la loi de 2001 qui instaure un minimum de trois séances annuelles obligatoires par an et par classe: 68,75 % des parents répondent oui.



Connaissance de la loi de 2001

La même question a d'ailleurs été aussi posée à des enseignant-es en école élémentaire (ce sont eux-elles qui doivent mettre en place ces séances).



Connaissance de l'obligation légale

Réponse des enseignant·es (13 questionnaires informés): 61,53 % répondent par l'affirmative.



Le chemin à parcourir semble encore long avant que l'éducation à la sexualité prenne toute sa place à l'école. Et en tant que parents, enseignant-es, professionnel·les, il n'est pas toujours facile de trouver les mots adaptés à chaque âge.

Pourquoi est-ce si important de mettre en place l'éducation à la sexualité en milieu scolaire? Personne ne peut plus ignorer aujourd'hui les violences sexistes, sexuelles et conjugales. Les enfants et les adolescent·es d'aujourd'hui sont les adultes de demain. Comment les accompagner sur le chemin des valeurs humanistes et de respect? Ils et elles ont également des droits et donc, nous, le devoir de les respecter. Respect de soi et de l'autre, prévention des violences sexistes et sexuelles, place de la pornographie, notions de consentement, de plaisir... Ces sujets essentiels restent encore peu évoqués mais doivent pourtant être discutés: l'éducation à la sexualité des jeunes ne peut plus demeurer en arrière-plan.

Psychosexologues et sexothérapeutes, les deux auteur·es ont conçu un livre accessible au plus grand nombre. Sans tabou, ils proposent un cheminement vers une vision positive, égalitaire et altruiste de la sexualité.

Véronique Baranska est psychosexologue et sexothérapeute à Dijon. Elle a été sexologue bénévole au CIDFF de la Côte-d'Or. Elle est également Infirmière Diplômée d'Etat exerçant en Promotion de la santé. Licenciée en Psychologie. Personne-ressource pour le site pratiquesensante.org. Membre AIUS.

Sébastien Landry est psychosexologue et sexothérapeute. Il exerce pour la Ligue contre le cancer et l'AASM-Clinique Victor Hugo au Mans. Il enseigne à l'Université de Poitiers, où il est co-directeur d'un Diplôme Universitaire spécialisé en Cancérologie, et à Le Mans Université.



ISBN: 978-2-84835-668-6 12.90 € TTC - France

Visuel de couverture : ©Oksana - Adobe.stock.com