



DELPHINE BINET
CONSEILLÈRE
EN PARENTALITÉ
POSITIVE

Fondatrice du cabinet L'Art d'aimer, créé à Toulouse en 2014. Organise notamment des ateliers "1^{ers} émois et moi" et "Profonde confiance" pour les ados.

"L'éducation, c'est aussi apprendre à connaître nos émotions et nos désirs"

GEOADDO Parle-t-on plus et mieux de sexualité que par le passé ?

Sur Internet et les réseaux sociaux, on en parle, sans aucun doute. Mais, sans connaissances sur le sujet, ce n'est pas si simple de trouver l'info adaptée. Dans les familles, les adultes cherchent à répondre aux demandes des ados en naviguant entre l'évitement des thèmes qui provoquent de la gêne et le risque de se montrer envahissants. Difficile d'aborder ces discussions tout en préservant les contours délicats de l'intimité. Et il existe encore un refus d'en parler dans quelques familles, où cette conversation est toujours repoussée à plus tard... Or, à l'orée de la puberté, les enfants se posent déjà beaucoup de questions à ce sujet. C'est d'autant plus important de les écouter et d'en parler avec eux. C'est l'occasion de poser quelques repères et d'orienter vers des sources d'informations fiables.

■ À quel âge commence-t-on vraiment à être concerné par la question des rapports sexuels ?

Vous évoquez ici la question d'un 1^{er} contact avec une autre personne, qui peut impliquer une pénétration. L'âge de ces 1^{ers} rapports n'est pas le même pour tout le monde. La plupart du temps, c'est après 16 ans. Avant 14 ans, ça reste très marginal. Rarement, quelques filles de 12-13 ans consentent à "connaître" l'autre ainsi. Mais à ces âges, le consentement ne suffit pas toujours. On peut avoir "consenti" à un acte sans forcément en avoir eu envie, ou avoir vraiment conscience de ce que cela implique. **Le fait de dire "oui" ne doit pas être motivé par le réflexe de faire plaisir à l'autre, ou la peur de lui déplaire.**

■ Quel rôle l'éducation joue-t-elle ?

Notre culture demande encore beaucoup aux petites filles de "faire plaisir", en leur imposant un bisou ou un câlin, par exemple. Ça peut poser problème par la suite dans la sexualité ! C'est vraiment essentiel d'éduquer tous les ados pour qu'ils puissent construire une sécurité émotionnelle, savoir quand ils ont envie de dire "oui" ou "non", identifier leurs propres émotions et se faire confiance. Qu'est-ce que j'ai envie d'explorer ? Qu'est-ce qui me fait plaisir ? Je suis peut-être prête pour un baiser sur la bouche, mais pas pour des caresses. Je peux aussi changer d'avis, dire : "La dernière fois, j'étais OK, mais pas aujourd'hui."

"Le consentement ne suffit pas. On peut avoir "consenti" à un acte sans forcément en avoir eu envie."

17,6 ANS

C'EST L'ÂGE AUQUEL LA MOITIÉ DES ADOLESCENTES A DÉJÀ EU 1 RAPPORT SEXUEL EN FRANCE (17 ANS POUR LES GARÇONS).

Source : Baromètre Santé publique France, 2016. Genre et sexualité.



■ Comment des ados peuvent-ils s'épanouir dans une relation ?

Il est précieux d'établir un dialogue, d'oser dire à l'autre ce qui nous plaît ou pas. Le vrai consentement n'enlève pas de spontanéité, au contraire. C'est exaltant de prendre le temps de s'inventer une sexualité hors des critères du porno, qui est rarement épanouissant pour les filles et met la pression aux garçons. S'explorer soi-même dans l'intimité, avec la masturbation, est une façon efficace de savoir ce qui nous fait vraiment plaisir. Sortons aussi de ce cliché qui évoque des "besoins" sexuels chez les garçons et pas chez les filles. Les uns et les autres peuvent avoir des envies plus ou moins fortes, mouvantes : il n'y a pas de normes.

"C'est exaltant de prendre le temps de s'inventer une sexualité hors des critères du porno, rarement épanouissant pour les filles et qui met la pression aux garçons."

■ On a toujours du mal à parler de sexualité à l'école...

Aborder la sexualité dans une classe de 30 élèves n'est pas chose simple. Certaines familles craignent aussi que l'on usurpe leur rôle ou que l'on dévoie leurs enfants. À mon sens, **c'est précisément la méconnaissance de la sexualité qui conduit à des situations problématiques.** Il est dommage que l'école n'évoque le sujet qu'en parlant de contraceptions et de maladies. Le rôle de l'éducation, c'est avant tout de nous enseigner à nous connaître nous-mêmes. Pourquoi s'en priver quand il s'agit de nos corps, de nos émotions et de nos désirs ?

À BAS LES TABOUS !



▼ Un site très bien fait pour toutes les questions des ados sur la sexualité, et notamment sur le thème du consentement : www.onsexprime.fr

▼ Je l'aime ou je le désire ? Comment lui dire non ? Est-ce que ça fait mal ? Les autrices de ce livre, mère et fille, apportent aux ados des connaissances et des compétences émotionnelles fondamentales. Orientation sexuelle, plaisir, consentement, etc. : ces sujets essentiels sont abordés avec clarté et simplicité. Dès 13 ans (certaines images peuvent heurter les plus jeunes). *Sexpérience*, de I. Filliozat et M. Fried-Filliozat, éd. Robert Laffont.



▼ Pour toutes les questions sur ton corps et ta santé en général : www.filsantejeunes.com ou 0 800 235 236 Service anonyme et gratuit pour les 12-25 ans, 7 jours/7, de 9 h à 23 h.