



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

La sexualité dans les adolescents et jeunes

Autor/es: Ana García Mañas. Socia Directora de Primera Vocal. Directora del Centro Joven de Anticoncepción y Sexualidad de Madrid. Profesora Asociada de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Madrid (España). Concepción Martín Perpiñán. Ginecóloga del Centro Municipal de Salud de Fuencarral. Ayuntamiento de Madrid. Vicepresidenta de la Asociación de Planificación Familiar de Madrid. Madrid (España).

Traductor/a:

Marina Puertas Martínez.

[Volumen 4. Nº 3. Septiembre 2011](#) ^[1]

Sexualité et adolescence sont deux mots qui, quand ils sont ensembles, produisent un grand niveau d'inquiétude dans notre société et aussi dans le secteur sanitaire. Généralement, les professionnels pensons premièrement aux risques: une grossesse non planifiée, les possibles infections sexuellement transmissibles (communément appelés IST) et, en plus, la critique morale: « Ils sont trop jeunes pour avoir des relations », « si on continue comme ça, on devrait donner la pilule dans la crèche », etcetera.

Dans les médias, où on fait référence fréquemment à la sexualité des adolescents et jeunes, et dans le monde adulte en général, la plupart des idées qui se transmettent sont négatives. On ne cesse pas de percevoir l'adolescence et la jeunesse comme une époque sans valeur, une étape que « on doit s'efforcer à dépasser ». On ne cesse pas de dépouiller cette étape de tous les valeurs et les expériences positives qui nous proportionne comme des personnes et qui, en plus, nous construit comme des individus mûrs.

D'autre part, on doit rappeler que les êtres humains sommes des êtres sexués. La sexualité et le désir sont présents dans chaque un de nous dès qu'on naît jusqu'à ce qu'on meurt, et ils évoluent et s'expriment de manières différentes dans chaque âge et individu, mais ils sont présents. Aussi dans les adolescents et les enfants.

Mais, attention! Quand on parle de sexualité on ne parle pas du coït, ni de rencontres de couples hétérosexuelles avec de pénétration vaginale et orgasmes simultanés... Malheureusement, cela est une chose qui est sous-entendue et, quelques fois, trompée.

On habite à une société qui promeut un modèle de sexualité et de rencontre très centré sur l'aspect génital et reproductif; en général, on croit que le coït est la seule pratique « authentique », le plus important, la

seule chose. Ce fait est une hérédité culturelle centrée sur une sexualité comprise essentiellement comme reproductive, dans laquelle le coït avec de pénétration vaginale est le « acte » par excellence qui nous donne le caractère de nature.

Limiter toutes les pratiques et possibilités qui peuvent arriver dans un rencontre érotique au coït vaginal est extrêmement appauvrissant, mais il est le concept dominant dans le monde où nous sommes plongés. En plus, le coït est la pratique qui peut impliquer plus de risques en ce qui concerne la grossesse et la transmission d'infections.

Premièrement, on doit tenir compte du fait que, entre deux personnes qui se plaisent et se rencontrent, il y a de désir, communication, plaisir, intimité des corps et, surtout, bien-être. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit la santé sexuelle comme « L'intégration des aspects somatiques, affectifs, intellectuels et sociaux de l'être sexué, de façon à parvenir à un enrichissement et un épanouissement de la personnalité humaine, de la communication et de l'amour » (OMS, 1975)¹.

Ainsi, la sexualité humaine a besoin d'un regard renouvelé où on souligne de manière positive le fait sexuel comme le fait humain qu'il est et comme une source de sensations plaisantes dans le domaine physique et le domaine psychique, où la sensualité, les caresses, la découverte du propre corps et du corps de l'autre ont lieu et arrivent à toutes les possibilités qu'on a de les offrir. Chacun pourrait alors décider qu'est-ce qu'il aime, qu'est-ce qu'il préfère dans chaque moment, comment et où il trouve le plaisir et à quoi il prend plaisir vraiment.

Cela, à notre avis, devrait être le message sur la sexualité à transmettre aux jeunes par la société, mais, malheureusement, cela n'arrive pas. Il suffit d'allumer la télé et regarder un film quelconque: seulement des scènes de coït avec couples attractives, hétérosexuelles et jeunes et, en plus, tout cela rapide et avec une certaine violence.

Les jeunes sont fortement érotisés, aussi bien par le moment biologique qu'implique la puberté, comme par la charge érotique de la société où nous habitons et qui se transmet par les médias, dans la publicité, les films, les magazines et, surtout, Internet: 57% des jeunes assurent qu'ils trouvent d'information de sexualité dans les médias et plus de 30% obtiennent l'information d'Internet¹. Mais on les envoie un double message: « Cela est très bon mais ce n'est pas pour toi encore ». Cependant, ils prennent leurs propres décisions.

Et les adultes?

Nous devons nous demander à nous-mêmes: « **est-ce que nous acceptons vraiment la sexualité des jeunes?** »

En ce qui concerne le désir, le plaisir et les relations des jeunes, la discrimination est évidente: « ils ne sont pas suffisamment âgés » signifie en secret « ils ne peuvent pas être responsables ». Et, bien que la maturité et la responsabilité puissent être apprises et acquises, ils n'apparaissent pas toutes seules en laissant le temps passer. La relation entre mûrir en âge et augmenter la conscience et la responsabilité dépend, en fait, du appui des personnes adultes, en plus de l'éducation et de faciliter leur accès à la connaissance et les moyens qui les aident à grandir, aussi au niveau émotionnel, et qui les mènent vers les processus de devenir des adultes responsables.

D'un point de vue éloigné des valeurs morales, et, par conséquent, moralisants, de une perspective professionnelle, nous pouvons offrir un regard plus cohérent avec les connaissances réales que nous avons sur la population jeune et, surtout, un regard plus attentif aux besoins de ce groupe qu'aux possibles

« risques » de leur activité sexuelle. Un regard pas troublé par les jugements normatifs sur ce qui « nous pensons que devrait être », mais un regard d'acceptation de la réalité de la sexualité adolescente comme cela qui est en vérité. Car la sexualité adolescente existe: les jeunes se désirent, se cherchent et se rencontrent. Ils se plaisent, quelques fois s'aiment et maintiennent des relations, quelques fois pleines, quelques fois frustrantes, quelques fois avec une grande intimité et plaisir.

Il y a des garçons et des filles en plein processus de sexualisation et découverte de désirs, affections et sentiments sexués. Il arrive le désir de réalisation du plaisir et la recherche de l'autre, les premières couples ou tentatives de couple, les premiers amours et aussi les premiers échecs et erreurs. Mais le fait que les jeunes commettent des erreurs ou s'exposent à des situations dangereuses n'implique pas que le risque appartienne à leur terrain exclusif; il y a des jeunes irresponsables et des personnes adultes irresponsables, aussi dans le domaine de la sexualité comme dans d'autres domaines. Plus les modèles de couple changent, plus d'hommes et femmes adultes doivent renégocier l'emploi du préservatif avec leurs couples, utiliser la contraception d'urgence ou interrompre une grossesse. Selon les chiffres, le taux d'interruption volontaire de grossesse est plus élevé dans le groupe d'âge de 26-30 années que dans le group de moins de 192. Et on ne doit jamais oublier que les jeunes ont leurs opinions et, comme on décrit dans la révision systématique des publications par rapport à l'opinion des garçons adolescents sur la grossesse dans l'adolescence³, abordée dans ce numéro de *Evidencias en Pediatría*⁴ [2], les garçons considèrent que la grossesse dans l'adolescence a des effets négatifs dans leurs vies et croient qu'ils doivent participer dans la prise de décisions par rapport au même.

Par conséquent, nous ne devons pas nous laisser alarmer par les nouvelles qui promeuvent une vision des adolescents comme « irresponsables », « dangereux » ou « négligents ». Ils ont les mêmes inquiétudes que les adultes et, peut-être, ils ont besoin du apprentissage de plus d'habiletés. Ceci est le moment dans lequel le rôle du professionnel devienne indispensable.

Il est nécessaire de tenir compte de ces jeunes qui travaillent de manière responsable comme volontaires dans des organisations sans but lucratif, qui aident leurs familles dans les tâches domestiques et de soin, qui aident leurs amis et amies dans leurs études, qui prennent soin de l'environnement, qui jouent des instruments, qui connaissent et maîtrisent les nouvelles technologies et qui parlent d'autres langues. Ceux qui étudient ou étudient au même temps qu'ils travaillent de manière rémunérée ou pas. Nous devons rendre visible vers nos yeux tous ces jeunes qui n'apparaissent pas dans les médias et qui, heureusement, constituent la majorité.

Aussi, nous devons penser que la conduite adolescente a des caractéristiques déterminées, que le loisir n'est pas planifié au détail et, par conséquent, le rencontre avec les couples n'est pas planifié non plus: il simplement arrive et il est nécessaire une certaine autonomie et maturité pour avoir prévu comment agir dans ce moment délicat d'un des premiers, ou du premier, rencontres érotiques dans lesquels ce qu'on cherche est, avant tout, à savoir comment il est et à expérimenter la sexualité et le plaisir. Car pour l'adolescent, surtout le garçon, pratiquer le coït est un des moments les plus importants de sa vie et de son affirmation de soi comme homme, car cela est justement le concept de sexualité et la manière de prendre du plaisir que la société lui transmet.

Le type de jeunes que nous voyons détermine dans une large mesure le type de jeunes que nous élevons et, par conséquent, le type de jeunesse que nous construisons. Il est entre nos mains de former aux adolescents et jeunes afin qu'ils assument leurs propres responsabilités et agissent en conséquence; et, pour cela, il est nécessaire de mettre en question, c'est-à-dire, connaître et reconnaître, nos propres attitudes vers la sexualité et l'érotique juvénile. Le résultat : ce nouveau regard et les portes ouvertes à l'expérience satisfaisante des garçons et filles dans leurs relations. Il vaut la peine.

Recommandations dans l'information, l'éducation sexuelle et l'attention à la sexualité adolescente

Une croyance de la population adolescente lorsqu'elle recourt aux services de santé ou de planification familiale est que « nous allons leur faire un sermon » et que, s'ils résistent, ensuite nous pourrions les aider. De ce point de vue et avec ces attitudes, il est difficile qu'ils cherchent de l'aide quand ils aient besoin d'elle, et à ce point les professionnels avons beaucoup à dire. Il est notre responsabilité que ce « faire un sermon » devienne l'offre d'un espace pour parler si on veut ou rester en silence si on le préfère, pour demander au lieu de dire ce que nous pensons qu'ils doivent savoir ou dire, et pour prendre leurs demandes et qu'ils sentent qu'ils ont arrivé a une place dans laquelle ils ne sont pas jugés ni grondés. Bien au contraire: nous sommes à leur disposition.

De notre rôle professionnel, nous pouvons et devons donner une réponse aux demandes des jeunes et essayer qu'elles soient résolues: difficultés avec leur sexualité, doutes, contraceptifs, pilule du lendemain... Et cela, dans nos cabinets surchargés, n'est pas toujours possible.

Comme tout dans la vie, avoir des relations sexuelles sans risque ou utiliser le préservatif, par exemple, ont besoin d'un certain apprentissage qui, pourquoi pas l'apprendre dans le cabinet si le garçon ou la fille nous demandent qu'est-ce qu'ils doivent faire?

Il serait souhaitable l'existence de centres adéquats pour les adolescents et jeunes, car les recommandations faites à l'air sont emportées par le vent. Dire « employez des contraceptifs » et n'avoir pas un espace pour expliquer, apprendre et indiquer comment les utiliser correctement est laisser notre conseil incomplet.

C'est pour cela que nous insistons sur le fait de, comme dans le reste d'Europe, travailler dans la création et le développement de centres spécifiques, cabinets ou espaces de contraception et sexualité pour l'étape adolescente, et essayer de maintenir à tout prix les peu nombreux recours qu'on a. Vraiment, la période actuelle est difficile pour faire des investissements, mais investir dans la jeunesse est investir dans le futur.

Aider les jeunes à prendre leurs propres décisions

Quand nous travaillons avec des jeunes et nous entrons en contact avec leur sexualité, leur manière de vivre les relations ou d'expérimenter et chercher le plaisir, il est fondamental d'essayer de nous rapprocher de leurs expériences pour augmenter leur sensation de bien-être. Si on connecte avec leurs nécessités, il est plus facile de pouvoir aider et appuyer la population juvénile; si on augmente leur niveau d'autonomie, nous les aidons à être capables de prendre des décisions sur cela qu'ils veulent faire.

Pour une grande partie de la population, qui n'a pas été correctement éduquée dans ces sujets, les relations sont des projets inconnus jusqu'à le moment de les faire, et les jeunes ne sont pas une exception. L'ignorance du propre désir peut les mener à prendre des chemins insatisfaisants et à « se mettre dans de sales draps ».

Nous savons que l'éducation sexuelle que nous avons reçue est faible. À cause de cela, il n'est jamais trop tard pour la reprendre et l'agrandir. Nous pouvons les aider à se découvrir, à se connaître mieux, à se faire des questions importantes: Qui suis-je? Qu'est-ce que je veux? Qu'est-ce qu'il me plaît? Qu'est-ce qu'il me fait sentir bien?

Si on travaille de cette connaissance du propre corps sexué et des émotions et sentiments, aussi sexuées, nous pourront réussir à donner un petit pas vers l'acceptation et à que cette expression comportementale, c'est-à-dire, « ce qu'ils font » aille dans des directions qui ne leur provoquent pas des conflits ni des crises.

Nous devons partir de la base la plus raisonnable: les personnes cherchent à vivre des expériences gratifiantes et, en plus, elles sont capables de l'atteindre. Les jeunes aussi.

Tous et toutes sommes différents

De notre perspective professionnelle, nous devons comprendre la différence comme une valeur. Il n'y a pas des « prescriptions » à donner aux adolescents, car il n'y a pas deux personnes égales. Ils n'aiment pas les mêmes choses, ni se comportent pas de la même manière, ni se sentent pas de la même manière quand elles prennent la pilule, quand ils tombent amoureux, quand ils ont leur premier orgasme ou quand elles tombent enceintes sans le vouloir. Tous sommes uniques et, justement, c'est dans l'adolescence quand nous découvrons beaucoup de nos particularités et différences.

Plus qu'aider à « normaliser » (donner la sensation que tout est « normal »), nous proposons de donner un pas de plus et rendre visible l'absence d'une norme, mais avec l'utilisation de trois points d'appui que nous devons leur offrir: apprendre à communiquer, respect vers l'autre et ses décisions et confiance pour le débattre.

Quand on parle de sexualité et relations, il n'y a pas deux personnes égales. Il n'y a pas non plus une pratique sexuelle "meilleure" qu'une autre (bien sûr, en excluant la violence). Les indicateurs traditionnels de « le bon-le mauvais », « cela est permis ou pas », ne servent pas à expliquer ni comprendre la réalité adolescente. Par contre, une attitude compréhensive et ouverte peut nous aider à connecter avec eux et qu'ils nous permettent d'entrer dans leur monde pour être un autre point d'appui, un aide importante. Cela serait le commencement, et il y aurait encore beaucoup à faire, mais le trajet promet d'être intéressant aussi pour nous, les professionnels, comme pour eux, les jeunes.

Bibliographie

- Instrucción y asistencia en cuestiones de sexualidad humana: formación de profesionales de la salud. Organización Mundial de la Salud. Serie de informes técnicos. N.º 572. Ginebra. 1975 [en línea] [fecha de consulta: 1-V-2011]. Disponible en: http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_572_spa.pdf [3]
- Informe IVE 2009. Ministerio de Sanidad y Política Social [en línea] [fecha de consulta: 1-V-2011]. Disponible en www.msc.es [4]
- Lohan M, Cruise S, O'Halloran P, Alderdice F, Hyde A. Adolescent men's attitudes in relation to pregnancy and pregnancy outcomes: a systematic review of the literature from 1980-2009. [J Adolesc Health. 2010;47:327-45](#) [5].
- González Rodríguez MP, Velarde Mayol C. Actitud de los hombres adolescentes ante el embarazo en la adolescencia. [Evid Pediatr. 2011;7:35](#) [6].

Cet article a été publié au préalable dans le magazine Evidencias en Pediatría <http://www.evidenciasenpediatria.es/> [7] et il est publié ici à cause de son spécial intérêt pour les familles et professionnels