

# ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ EN 4<sup>E</sup> SECONDAIRE

## Document de soutien

Ce document est un outil de référence pour les personnes qui contribuent à l'éducation à la sexualité en milieu scolaire. Celui-ci est réservé à l'usage du personnel scolaire en complémentarité au soutien offert par les responsables du dossier de l'éducation à la sexualité de chaque centre de services scolaire, commission scolaire ou établissement d'enseignement privé.

**Ce document reprend des informations tirées intégralement des canevas pédagogiques développés dans le cadre des contenus obligatoires en éducation à la sexualité de 2018 à 2023.** Ces informations ont été rassemblées pour une même année scolaire et réorganisées afin que le personnel scolaire puisse facilement faire le lien entre celles-ci et les éléments de contenu thématiques du nouveau programme d'études *Culture et citoyenneté québécoise*. Ainsi, les informations ont été regroupées afin de créer un document pour soutenir l'offre de l'éducation à la sexualité pour chaque année scolaire, de la 1<sup>re</sup> année du primaire à la 5<sup>e</sup> secondaire (sauf pour la 3<sup>e</sup> secondaire).

Des documents complémentaires sont également disponibles pour se familiariser avec les bonnes pratiques en matière d'éducation à la sexualité auprès des élèves. Il est possible d'interpeller les responsables du dossier de l'éducation à la sexualité pour consulter ces documents.

Le présent document comprend plusieurs sections navigables facilement à partir de la table des matières interactive. Une icône cliquable se retrouve au bas de chacune des pages de ce document et permet de retourner rapidement à la table des matières, qui comprend les sections suivantes :



**INFORMATIONS PRÉPARATOIRES :** renseignements en lien avec le développement psychosexuel des élèves et éléments préparatoires destinés au personnel scolaire.



**ÉLÉMENTS DE CONTENU PAR ANNÉE SCOLAIRE :** présentation des éléments de contenu relatifs à l'éducation à la sexualité dans le programme d'études *Culture et citoyenneté québécoise*.



**APPRENTISSAGES CLÉS :** résumé des apprentissages à retenir par les élèves en lien avec les notions reliées à l'éducation à la sexualité. Ces énoncés servent à guider le personnel scolaire dans l'élaboration d'activités d'apprentissage.



**NOTIONS ET EXEMPLES DÉTAILLÉS :** informations détaillées sur chacune des notions qui permettent de faciliter le développement d'activités d'apprentissage. Cette section contient la vulgarisation de certaines notions adaptée à l'âge des élèves. De plus, des exemples de questions, de vécus et de préoccupations d'élèves de cet âge en lien avec les notions sont présentés.



**RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES :** liste de documents et d'outils afin de soutenir le personnel scolaire et référer les parents.



# TABLE DES MATIÈRES

|  |    |
|--|----|
| <b>1 – INFORMATIONS PRÉPARATOIRES</b> .....  | 3  |
| <b>2 – ÉLÉMENTS DE CONTENU – 4<sup>e</sup> SECONDAIRE</b> .....  | 16 |
| <b>3 – APPRENTISSAGES CLÉS</b> .....   | 18 |
| <b>4 – NOTIONS ET EXEMPLES DÉTAILLÉS</b> .....   | 20 |
| <b>RELATIONS ET BIENVEILLANCE</b> .....  | 20 |
| <b>EXPÉRIENCES INTIMES POSITIVES</b> .....   | 20 |
| <b>DESIR ET PLAISIR SEXUELS</b> .....  | 20 |
| Place du désir et du plaisir dans l’agir sexuel.....   | 20 |
| <b>INTIMITÉS AFFECTIVE ET SEXUELLE</b> .....   | 24 |
| Facteurs qui influencent les relations sexuelles à l’adolescence.....  | 24 |
| Rôle des intimités affective et sexuelle dans les expériences affectives positives.....  | 29 |
| <b>RELATIONS EGALITAIRES ET RESPECT DE SOI</b> .....   | 32 |
| Prise de décision libre et éclairée dans l’expression de sa sexualité.....   | 32 |
| Normes différenciées par rapport à l’agir sexuel.....  | 34 |
| Responsabilité individuelle et partagée dans l’adoption de comportements sexuels sécuritaires<br>au regard des risques de grossesse non planifiée et d’ITSS..... | 34 |
| <b>VIOLENCE DANS LES RELATIONS INTIMES</b> .....   | 39 |
| Manifestations de la violence en contexte amoureux.....  | 39 |
| Moyens d’agir pour prévenir ou faire cesser la violence en contexte amoureux.....  | 44 |
| <b>COMMUNICATION NUMÉRIQUE</b> .....   | 50 |
| <b>EXPRESSION NUMÉRIQUE DE LA SEXUALITÉ</b> .....  | 50 |
| Différences dans l’expression de soi et de la sexualité dans l’espace public et<br>dans l’espace privé, en contexte numérique.....                               | 50 |
| <b>JUSTICE ET DROIT</b> .....  | 53 |
| <b>ENCADREMENT JURIDIQUE DE LA VIE AMOUREUSE ET SEXUELLE</b> .....   | 53 |
| <b>CONSENTEMENT ET VIOLENCE SEXUELLE</b> .....   | 53 |
| Lois et crimes liés au consentement et à la violence sexuelle.....   | 53 |
| <b>VIOLENCE CONJUGALE</b> .....  | 53 |
| Définition juridique de la violence conjugale.....   | 53 |
| <b>CULTURE ET PRODUCTIONS SYMBOLIQUES</b> .....  | 54 |
| <b>REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ</b> .....   | 54 |
| Représentations de la sexualité dans divers espaces.....   | 54 |
| <b>5 – RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES</b> .....  | 64 |
| <b>RÉFÉRENCES</b> .....  | 78 |



# 1 - Informations préparatoires

Renseignements en lien avec le développement psychosexuel des élèves et éléments préparatoires destinés au personnel scolaire

## DÉVELOPPEMENT PSYCHOSEXUEL

### Entre 14 et 16 ans

Les adolescents peuvent vivre de la violence dans leurs fréquentations amoureuses<sup>i</sup>. La prévention de toutes les formes de violence en contexte amoureux est nécessaire, notamment parce que :

- plus du tiers des jeunes de 3<sup>e</sup> et de 5<sup>e</sup> secondaire ayant eu une fréquentation amoureuse y ont vécu au moins un des types de violence (verbale, psychologique, physique ou sexuelle)<sup>ii</sup>;
- de 60 % à 80 % des relations perdurent<sup>iii</sup> malgré des manifestations de violence. L'amour ou l'espoir de changer le partenaire comptent parmi les facteurs explicatifs;
- les jeunes qui ont vécu de la violence dans un contexte amoureux sont plus à risque d'en vivre dans leurs relations futures<sup>iv</sup>.

### De 14 à 17 ans :

L'exploration des gestes sexuels des adolescents évolue considérablement<sup>v</sup> :

- les adolescents passent d'une sexualité auto-érotique à une sexualité vécue avec un partenaire<sup>vi</sup>, mais continuent d'expérimenter la masturbation plus souvent que d'autres gestes avec un partenaire<sup>vii</sup>;
- une étude québécoise indique qu'un jeune sur deux a déjà vécu une relation sexuelle (orale, vaginale ou anale)<sup>viii</sup> entre 15 et 17 ans. D'autres études situent entre 20 et 30 % la proportion de jeunes de cet âge ayant vécu une relation sexuelle avec pénétration<sup>ix</sup>. À 16 ans, 38,9 % des jeunes déclarent avoir eu une relation sexuelle avec pénétration vaginale<sup>x</sup>. Cette proportion passe à 68 % à l'âge de 18-19 ans<sup>xi</sup>.
- une minorité d'adolescents peuvent avoir des relations sexuelles sans engagement affectif. De nouveaux phénomènes sociosexuels tels que les « amitiés avec bénéfiques » sont en émergence (ami avec lequel avoir des relations sexuelles sans être engagé dans une relation amoureuse)<sup>xii</sup>. Ce type d'interaction sexuelle est considéré comme positif pour certains<sup>xiii</sup>, mais posera problème pour d'autres, qui espèrent en vain que ces relations aboutiront à une relation amoureuse ou qui considèrent la relation comme étant amoureuse, alors que ce sentiment n'est pas réciproque<sup>xiv</sup>.
- sont particulièrement préoccupés par l'opinion des autres à leur égard<sup>xv</sup>, mais reviennent à une conception plus flexible des rôles sexuels<sup>xvi</sup>;
- peuvent se sentir confus et préoccupés quant aux comportements à adopter<sup>xvii</sup>, mais sont capables d'évaluer plusieurs dimensions d'une situation et de prendre des décisions par rapport à leurs comportements, attitudes et croyances de façon plus indépendante<sup>xviii</sup>;
- ont besoin de cohérence et font face à un défi de construction de soi (pouvant être encore plus important chez les jeunes issus de différentes communautés culturelles<sup>xix</sup>);
- progressent, à la fin du secondaire, vers une perception plus réaliste de leurs aspirations (réduction de la distance entre le moi idéal et le moi réel)<sup>xx</sup>.
- L'adolescence est une période pendant laquelle l'activité fantasmatique peut être intense. Entre 13 et 18 ans, 72 % des jeunes affirment avoir des fantasmes qui leur procurent des sensations d'excitation sexuelle agréables, qui leur permettent d'exprimer leurs besoins sexuels en plus de connaître leurs envies et leurs préférences<sup>xxi</sup>.

Les jeunes de 15 à 24 ans constituent un des groupes les plus à risque de contracter une ITSS pour lequel il y a une augmentation constante du nombre de cas déclarés de chlamydia et de gonorrhée<sup>xxii</sup>.



- chez les jeunes âgés de 14 ans et plus ayant des relations sexuelles, la moitié ont utilisé le condom lors de leur dernière relation sexuelle<sup>xxiii</sup>. L'utilisation du condom tend à diminuer<sup>xxiv</sup> avec le temps à l'adolescence, notamment à cause de la prise de contraceptifs hormonaux<sup>xxv</sup> ou du fait d'avoir un partenaire stable<sup>xxvi</sup>;
- les comportements sexuels à l'adolescence sont caractérisés par leur caractère sporadique et non planifié<sup>xxvii</sup>, ce qui peut nuire à l'adoption de pratiques sécuritaires<sup>xxviii</sup>;
- Bon nombre de jeunes qui n'ont encore jamais vécu de relations sexuelles disent contrôler l'utilisation de la contraception et bien communiquer avec leur partenaire<sup>xxix</sup>. Cette perception de contrôle s'amointrit quand les jeunes deviennent actifs sexuellement et qu'ils sont confrontés aux difficultés d'une relation, d'une communication et d'une négociation avec leur partenaire<sup>xxx</sup>.

## AUTRES INFORMATIONS PRÉPARATOIRES POUR LE PERSONNEL SCOLAIRE

### RELATIONS ET BIENVEILLANCE

#### EXPÉRIENCES INTIMES POSITIVES

#### DÉSIR ET PLAISIR SEXUELS

##### Encourager le bien-être sexuel et la santé sexuelle chez les adolescents

- « La santé sexuelle est un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social dans le domaine de la sexualité, ne consistant pas seulement en une absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité. La santé sexuelle 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**, sans risque, et libres de toute discrimination, contrainte ou violence. Pour assurer et maintenir la santé sexuelle, les droits de chacun en matière de sexualité doivent être respectés, protégés et appliqués<sup>xxxi</sup> ». Il convient donc d'intervenir plus spécifiquement sur le plan des préoccupations de la santé sexuelle relatives à l'agir sexuel :
  - besoin de comprendre le corps, la réponse sexuelle et le plaisir;
  - besoin de reconnaître que le plaisir sexuel est présent tout au long de la vie, lorsque la sexualité est vécue dans un contexte sécuritaire et responsable qui respecte les droits d'autrui;
  - besoin de faire la promotion des relations sexuelles sécuritaires et responsables en matière de prévention des ITSS et des grossesses non planifiées;
  - besoin d'encourager l'engagement dans des relations consensuelles, exemptes d'exploitation, honnêtes et mutuellement agréables<sup>xxxii</sup>.

##### Aborder l'agir sexuel et le plaisir avec les adolescents

- La littérature scientifique des dernières décennies a démontré le lien entre le fait d'avoir des activités affectives et sexuelles plaisantes et les répercussions bénéfiques sur la santé (sentiment de bien-être, libération de neurotransmetteurs comme la sérotonine et autres)<sup>xxxiii</sup>.
- Au niveau de l'agir sexuel, un écart important existe entre le début et la fin de l'adolescence.
- Il importe d'aider les adolescents à mieux comprendre les diverses facettes des relations amoureuses et sexuelles qu'ils s'approprient à vivre ou qu'ils expérimentent. De plus, il faut leur permettre de comprendre ce qu'est un sentiment de bien-être et ce qu'est la satisfaction sexuelle, ce qui les aidera à prendre des décisions éclairées<sup>xxxiv</sup>. Permettre aux adolescents d'explorer ce qui motive et influence l'agir sexuel favorise l'adoption de comportements de protection et a pour effet d'augmenter le degré de satisfaction sexuelle.



- Il est bénéfique d’encourager la réflexion sur les premières relations sexuelles et les aider à se questionner sur les conditions qui permettent de vivre des relations sexuelles agréables (le consentement, la sécurité, la mutualité). Cette pratique réflexive permet à l’adolescent, dont le lobe préfrontal du cerveau est en développement (zone responsable de gérer l’impulsivité), de prendre des décisions éclairées et d’anticiper les conséquences<sup>xxxv</sup>.
- Comme les relations sexuelles se produisent souvent de façon spontanée et imprévue, les discussions sur les comportements sexuels doivent avoir lieu AVANT que les jeunes deviennent sexuellement actifs<sup>xxxvi</sup>.
- Aborder la question du désir, du plaisir et des fantasmes amoureux et sexuels permet aux jeunes d’avoir une vision plus réaliste de ceux-ci et leur fournit des informations utiles pour prendre des décisions éclairées au moment d’explorer des comportements sexuels.
- Les jeunes peuvent être fascinés par la sexualité ou encore se sentir dérouterés face à des images et des messages qui présentent la sexualité sans nuances et donnent souvent un portrait réducteur des relations sexuelles<sup>xxxvii</sup>. Ce qu’ils voient et entendent de l’entourage et des médias ne correspond pas nécessairement à leur vécu et peut les amener à être confus quant à la façon dont se déroulent les relations sexuelles et à ce qu’ils pensent devoir faire pour « être dans la norme ». Aborder explicitement avec eux la place du désir sexuel, du plaisir et des motivations à poser ou non certains gestes sexuels contribue à leur faire développer une représentation réaliste de l’agir sexuel qui se dégage des stéréotypes véhiculés par les médias auxquels les jeunes auraient pu être exposés (distinguer le réel de l’imaginaire), comme la pornographie.

## INTIMITÉS AFFECTIVE ET SEXUELLE

### Relations sexuelles dans un contexte de relation sans engagement

- L’aventure sans lendemain (ASL) : aussi appelée « relation d’un soir », se définit comme toute activité sexuelle survenant une seule fois entre deux personnes qui ne se connaissent pas ou très peu et qui n’ont pas, au début, l’intention de recommencer.
- L’amitié avec bénéfices est une amitié à laquelle s’ajoute des contacts sexuels plus ou moins réguliers.
- La fréquentation se définit comme le fait de connaître une personne avec qui on a des relations sexuelles sans amitié préalable<sup>xxxviii</sup>. On « fréquente » cette personne dans l’éventualité d’établir une relation.
- Environ 38 % des adolescents canadiens de 14 à 17 ans, soit 44 % des garçons et 32 % des filles, auraient déjà eu des relations sexuelles dans le contexte d’une relation sans engagement (amitié avec bénéfices, ex-amoureux, inconnu)<sup>xxxix</sup>. Aux États-Unis, on estime que 60 % des adolescents sexuellement actifs auront des relations sexuelles dans un contexte de relation sans engagement<sup>xl</sup>.
- Environ le tiers des adolescents impliqués dans ces relations entretiennent des attentes ou l’espoir que cette relation sans engagement évolue vers une relation amoureuse.

## RELATIONS ÉGALITAIRES ET RESPECT DE SOI

### Avoir une perception juste des comportements sexuels et sécuritaires des adolescents

- Les relations sexuelles peuvent avoir lieu de façon spontanée et imprévue. Ainsi, des discussions sur les comportements sexuels sécuritaires et la prévention des ITSS et de la grossesse non planifiée doivent avoir lieu AVANT que les adolescents et adolescentes deviennent sexuellement actifs<sup>xli</sup>. À titre d’exemple, l’utilisation du condom sera optimisée par les adolescents et adolescentes qui apprennent à le manipuler (texture, variété, mode d’emploi) avant d’être sexuellement actifs.
- Selon une enquête réalisée en 2016-2017<sup>xlii</sup> dans les écoles secondaires du Québec, intitulée *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS)*, plusieurs données incitent à réfléchir :



- à la fin du secondaire, un peu moins de la moitié des élèves a déjà eu au moins une **relation sexuelle consensuelle** (qu'elle soit vaginale, orale ou anale). La proportion d'élèves ayant déjà eu une relation sexuelle augmente avec le niveau scolaire :
  - 19 % en 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> secondaire
  - 24 % en 3<sup>e</sup> secondaire
  - 36 % en 4<sup>e</sup> secondaire
  - 49 % en 5<sup>e</sup> secondaire
- les **méthodes contraceptives** (autres que le condom) les plus fréquemment utilisées par les élèves de **14 ans et plus** (ayant déjà eu une relation sexuelle consensuelle vaginale) sont les méthodes **hormonales** (pilule, timbre, anneau, injection) dans les proportions suivantes :
  - 58 % en 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> secondaire
  - 68 % en 3<sup>e</sup> secondaire
  - 74 % en 4<sup>e</sup> secondaire
  - 76 % en 5<sup>e</sup> secondaire
- parmi les élèves actifs sexuellement et âgés de 14 ans et plus :
  - environ 40 % ont utilisé **le condom en plus d'une méthode de contraception régulière** (double protection) lors de leur dernière relation sexuelle vaginale consensuelle;
  - 33 % ont utilisé **une méthode de contraception régulière sans condom** lors de leur dernière relation sexuelle vaginale consensuelle;
  - 19 % ont utilisé **le condom sans méthode de contraception régulière** lors de leur dernière relation sexuelle vaginale consensuelle;
  - **l'utilisation du condom est plus fréquente chez les élèves plus jeunes**, alors que l'utilisation d'une méthode de contraception autre que le condom augmente progressivement à chaque niveau scolaire;
  - environ **une élève sur cinq** (de 14 ans et plus, active sexuellement) **a utilisé la contraception orale d'urgence (COU)** au moins une fois dans les 12 mois précédents l'enquête;
  - le **coït interrompu** (interrompt la pénétration vaginale avant l'éjaculation) est pratiqué **dans une proportion d'environ 50 %** (cette pratique s'avère inefficace comme moyen de contraception, car elle mènerait, une fois sur 4, à une grossesse<sup>xliii</sup>)

*Note : Pour consulter le rapport de l'Institut de la statistique du Québec Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (2016-2017), tome 3, La santé physique et les habitudes de vie des jeunes, section 10 : Comportements sexuels et orientation sexuelle chez les élèves de 14 ans et plus, consulter le site [<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t3.pdf>]*

### **Tenir compte du fait que la majorité des élèves n'a jamais eu de relation sexuelle**

En abordant les risques liés aux relations sexuelles, il est important d'éviter de faire pression sur les élèves en leur laissant l'impression que tous les adolescents ont déjà eu des relations sexuelles, qu'ils sont sexuellement actifs ou que certains comportements sexuels sont répandus à leur âge<sup>xliiv</sup> :

- indiquer aux élèves que la majorité des adolescents de leur âge n'a jamais eu de relation sexuelle (se référer aux statistiques de l'EQSJS (voir la rubrique précédente) sur les relations sexuelles);
- utiliser un langage qui leur permettra de se sentir concernés, et ce, qu'ils aient déjà eu ou non une relation sexuelle (ex. : « Lorsqu'on décide d'avoir une relation sexuelle... »).

### **Présenter des informations appropriées sur les comportements sexuels des adolescents de cet âge**

Il est préférable de **ne pas évoquer d'emblée des pratiques ou des comportements sexuels précis** en 4<sup>e</sup> secondaire pour éviter d'exposer les élèves à des réalités qui vont au-delà des intentions



éducatives, de leurs besoins ou de leur développement psychosexuel. Il est possible de les amener à connaître les démarches à entreprendre après une relation non ou mal protégée et dégager des stratégies favorisant les comportements sexuels sécuritaires **sans tout détailler**.

Si certains élèves posent des questions sur des pratiques sexuelles en particulier, accueillir leurs questionnements en leur disant qu'il est vrai qu'il existe différents moyens de protection en fonction des différentes pratiques sexuelles. Certaines pratiques sexuelles peuvent rendre les personnes plus ou moins vulnérables aux ITSS. Afin qu'ils obtiennent de l'information plus spécifique à certaines pratiques, inviter les élèves à consulter un professionnel de la santé (ex. : infirmière ou infirmier de l'école, médecin) à qui poser leurs questions pour en savoir davantage sur les risques et les moyens de prévenir les ITSS selon les comportements sexuels qu'ils adoptent.

### **Comprendre la prévention de la grossesse non planifiée à l'adolescence**

- Au Québec, depuis le début des années 2000, les taux de grossesse et d'interruption volontaire de grossesse (IVG) chez les adolescentes ont diminué, tout comme le nombre de mères de moins de 20 ans.
- Plusieurs nouvelles méthodes de contraception sont apparues sur le marché (ex. : timbre, anneau vaginal, stérilet avec action hormonale, nouveaux contraceptifs oraux, etc.), et leur accès a été amélioré. Différentes mesures liées à la prévention de la grossesse non planifiée sont des facteurs contributifs à cette baisse du taux de grossesse à l'adolescence, notamment par la possibilité pour les infirmières ou infirmiers autorisés, les pharmaciens ou pharmaciennes du Québec d'initier la contraception hormonale sans consultation médicale et d'offrir la contraception orale d'urgence.
  - Au Québec, en 2017, 840 adolescentes (taux de 5,4 filles/1 000) de 14 à 17 ans ont été confrontées à une grossesse non planifiée, et environ 70 % d'entre elles ont opté pour l'IVG<sup>xlv</sup>. Ces grossesses non planifiées indiquent que malgré l'utilisation répandue de la contraception, son **utilisation adéquate** demeure un défi chez les jeunes<sup>xlvi</sup> et que la **prévention demeure importante**.

### **Connaître certains obstacles auxquels les élèves font face dans leur recours aux services**

- Les adolescents rencontrent certains obstacles lorsqu'ils entreprennent des démarches à la suite de relations sexuelles non ou mal protégées. Il peut s'agir<sup>xlvii</sup> :
  - ne pas savoir quels services leur sont accessibles;
  - ne pas savoir où aller passer des tests de dépistage ou de grossesse;
  - avoir de la difficulté à obtenir un rendez-vous (plages horaires limitées);
  - manquer de temps;
  - avoir peur, honte ou être mal à l'aise de discuter de ses activités sexuelles.
- Pourtant, selon une étude réalisée au Québec auprès de jeunes adultes (jeunes de 17 à 29 ans), la satisfaction par rapport aux services reçus lors du dernier test de dépistage des ITSS est élevée. Ils ont apprécié: les réponses et les explications fournies par le professionnel de la santé rencontré (médecin, infirmière, infirmier), le respect de la confidentialité et le fait de ne pas s'être senti jugé négativement par rapport à leur vie sexuelle<sup>xlviii</sup>.
- Certaines fausses croyances entretenues par les adolescents à l'égard de la contraception d'urgence, tel le délai de la prise de la COU, font obstacle à son utilisation pour éviter une grossesse non planifiée : sept jeunes femmes sur dix (71 %) pensent que la « pilule du lendemain » n'est efficace que si elle est prise dans les 24 h suivant la relation sexuelle non protégée<sup>xlix</sup>. Aussi, plusieurs croient à tort que la COU agit comme un abortif et qu'elle occasionne des effets secondaires<sup>l</sup>.



## Comprendre les enjeux de la prévention de la grossesse à l'adolescence

À l'adolescence, la grossesse est beaucoup plus souvent imprévue qu'intentionnelle. Les adolescents qui sont confrontés à une grossesse non planifiée se retrouvent face à un choix difficile pour lequel ils ont besoin d'être soutenus. Il importe donc de les conscientiser aux implications de la grossesse et de la parentalité adolescente, sans toutefois être moralisateur. Comme adulte, il importe donc de :

- clarifier ses propres valeurs (face à la grossesse, à la parentalité adolescente, à l'IVG et à l'adoption) pour en cerner l'impact dans les interventions en éducation à la sexualité;
- présenter les conséquences réelles des options possibles afin qu'ils puissent en prendre conscience et faire des choix éclairés (présenter des faits plutôt que des opinions);
- les informer au sujet des ressources d'aide appropriées du réseau de la santé et des services sociaux et de l'aide pour prendre leur décision<sup>ii</sup>
  - IVG gratuite, dans toutes les régions du Québec, avant 12 semaines de grossesse. Les adolescents qui ont 14 ans et plus peuvent obtenir une IVG sans le consentement de leurs parents, sauf si une hospitalisation de plus de 12 heures s'avère nécessaire et que le jeune est mineur<sup>iii</sup>;
  - du soutien et de l'accompagnement pendant une grossesse et dans l'apprentissage de la parentalité adolescente; l'aide en matière d'adoption<sup>iiii</sup>.

## VIOLENCE DANS LES RELATIONS INTIMES

### Situer la violence en contexte amoureux au regard de certains enjeux liés au développement psychosexuel

- Les premières relations amoureuses favorisent la formation de l'identité, la découverte de l'intimité ainsi que l'épanouissement affectif, relationnel et sexuel. Les jeunes apprennent ainsi à négocier avec le désir de plaire, découvrent les sentiments amoureux, apprivoisent l'intimité affective et sexuelle, en plus d'être confrontés à des divergences de besoins, d'attentes et d'opinions entre les partenaires. **Les premières expériences amoureuses et sexuelles sont l'occasion de développer des habiletés de communication et la capacité à résoudre des conflits<sup>liv</sup>**. Ces derniers permettent aux jeunes d'apprendre à négocier, à résoudre des problèmes et à faire des compromis. Toutefois, tous n'ont pas les mêmes acquis et les mêmes habiletés à le faire. **Plusieurs ne percevraient pas la situation de violence dans leur relation comme étant inacceptable<sup>lv</sup>**. Ainsi, ils auraient tendance à accepter la violence comme faisant partie intégrante des relations amoureuses<sup>lvi</sup>. **La jalousie y étant souvent considérée comme une « preuve d'amour »<sup>lvii</sup>**.
- Plusieurs adolescentes ayant subi de la violence en contexte amoureux **croient pouvoir changer leur partenaire<sup>lviii</sup>**, pensent qu'elles auront de la difficulté à trouver quelqu'un d'autre ou encore, craignent la possibilité de tomber sur un autre partenaire qui sera « pire »<sup>lix</sup>. Ces croyances compromettent la possibilité que des jeunes mettent fin à une relation empreinte de violence. D'ailleurs, le risque que la relation prenne fin constituerait un enjeu réel pour les adolescents, au point qu'ils « **préfèreraient souvent se retirer ou éviter les conflits pour préserver l'harmonie [de la relation] et éviter de [la] compromettre<sup>lx</sup>** ».
- Les jeunes victimes de violence en contexte amoureux ne révéleraient pas spontanément la situation qu'ils subissent. **La honte serait l'une des barrières à la recherche d'aide** chez les adolescents qui vivent de la violence en contexte amoureux<sup>lxi</sup>. **Lorsqu'ils se confient, les jeunes se tournent vers un(e) ami(e) ou un membre de la famille immédiate<sup>lxii</sup>**. Les pairs sont importants puisque ces derniers exercent une influence sur la socialisation et les dynamiques relationnelles durant cette période<sup>lxiii</sup>. Ils pourront également aider à reconnaître la violence et soutenir un pair qui vit de la violence en contexte amoureux. De plus, **l'implication des parents**





**pourrait jouer un rôle important dans le maintien ou la rupture de la relation amoureuse de leur enfant où il y a présence de violence<sup>lxiv</sup>.**

- Ainsi, **la prévention de la violence en contexte amoureux s'inscrit dans un continuum d'apprentissages sur la vie affective et amoureuse entamé depuis le début du primaire.** Au secondaire, avec les contenus précédents issus du thème « Vie affective et amoureuse », les élèves ont appris que la réciprocité et la prise en compte des besoins des deux partenaires sont essentielles au sein d'une relation et qu'il est important d'y gérer sainement leurs conflits. La capacité des partenaires à **identifier leurs émotions et à les communiquer**, surtout lorsqu'il est temps de résoudre un conflit et d'exprimer de la colère<sup>lxv</sup>, est tout aussi importante, pour autant que cela s'effectue dans le respect de soi et de l'autre.

#### **Avoir un portrait sommaire de l'ampleur de la violence en contexte amoureux à l'adolescence**

- L'Enquête sur les Parcours amoureux des jeunes (PAJ) a été réalisée entre 2011 et 2014 auprès de plus de 8000 jeunes de 14 à 18 ans de la 3<sup>e</sup>, de la 4<sup>e</sup> et de la 5<sup>e</sup> secondaire de 34 écoles réparties sur le territoire québécois. Les questions portaient sur les manifestations de violence ayant pu être vécues lors d'un conflit en contexte amoureux au cours de la dernière année, dont en voici quelques résultats<sup>lxvi</sup> :
  - Près de **60 %** des jeunes disent avoir **vécu au moins une forme de violence** dans leur relation amoureuse;
  - Un peu plus d'**un jeune sur 2** indique avoir vécu de la **violence psychologique**, cette forme étant **la plus souvent rapportée**;
  - La **violence physique** et la **violence sexuelle** en contexte amoureux sont rapportées, respectivement, par **1 jeune sur 7**;
  - La violence vécue en contexte amoureux est **mutuelle pour un peu plus de la moitié des jeunes (55 %)**<sup>lxvii</sup> (c'est-à-dire qu'ils subissent et commettent, tour à tour, de la violence).
- La deuxième édition de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS, 2016-2017) a été réalisée auprès de plus de 62 000 élèves issus de 465 écoles secondaires à l'échelle du Québec. Les données indiquent que, **dans les relations amoureuses** vécues dans la dernière année<sup>lxviii</sup> :
  - Les **violences subies** en contexte amoureux (comparativement aux données issues de l'enquête effectuée en 2010-2011) **sont en hausse, et ce, tant chez les filles que chez les garçons de tous les niveaux scolaires**;
    - C'est **plus du tiers (36 %)** des jeunes qui **ont subi de la violence** (psychologique, physique ou sexuelle) de la part de leur partenaire.
  - Les **violences infligées** au partenaire en contexte amoureux sont rapportées par **1 jeune sur 4**. La proportion d'élèves qui rapporte avoir infligé de la violence en contexte amoureux **augmente selon les niveaux scolaires**, passant de 15 % en 1<sup>re</sup> secondaire à 22 % et même à 28 % aux autres niveaux du secondaire.
    - 18 % des jeunes ont fait subir de la **violence psychologique** à leur partenaire;
    - 11 % des jeunes ont fait subir de la **violence physique** à leur partenaire;
    - 2,4 % des jeunes ont fait subir de la **violence sexuelle** à leur partenaire.
  - **La violence mutuelle en contexte amoureux chez les jeunes a augmenté**, et ce, **peu importe la forme de violence** (psychologique, physique ou sexuelle)<sup>lxix</sup>. En 2016-2017, c'était **près d'un élève sur 6**, parmi ceux ayant été en contexte amoureux dans la dernière année, qui a déclaré avoir été, **à la fois, victime et auteur de violence** au sein de sa relation amoureuse<sup>lxx</sup>.



## Considérer différents contextes

Aborder la violence en contexte amoureux à l'adolescence, c'est aussi prendre en considération les différents contextes dans lesquels elle peut survenir.

- **En ligne et entre ex-partenaires** : La violence en contexte amoureux peut se poursuivre **au-delà des moments passés physiquement ensemble et même, au-delà de la rupture** par le biais des technologies et des médias sociaux. La cybervictimisation devient un « contexte supplémentaire » où peuvent se vivre les violences psychologiques et sexuelles en contexte amoureux<sup>lxxi</sup>.
- **Chez les jeunes de la diversité sexuelle et de genre (LGBTQ)** : La violence en contexte amoureux peut se produire entre partenaires de même ou de différents sexes ou genres. L'Enquête sur les parcours amoureux des jeunes Québécois de la diversité sexuelle révèle des proportions importantes de ces jeunes, âgés de 14 à 18 ans, ayant été victimes de violence psychologique, physique, sexuelle ou de menace à leur intégrité<sup>lxxii</sup>. Ces jeunes qui vivent de la violence en contexte amoureux peuvent faire face à des « **défis spécifiques à leur orientation sexuelle** »<sup>lxxiii</sup>, dont :
  - l'intériorisation de messages sociaux et culturels négatifs à l'égard de leur orientation sexuelle, pouvant leur laisser croire que la violence subie serait « méritée »;
  - la dissimulation de l'orientation sexuelle pouvant être utilisée comme menace de dévoilement contre la volonté du partenaire (menace de « outing »);
  - le faible soutien social et l'isolement faisant en sorte que les partenaires représentent souvent, l'un pour l'autre, leur principale source de soutien social;
  - l'hésitation à chercher de l'aide auprès de ressources d'aide (crainte d'une revictimisation);
  - le manque de modèles de couples de la diversité sexuelle ayant surmonté des relations marquées par la violence<sup>lxxiv</sup>.
- **En contexte « d'exploitation »** : Dans un contexte d'exploitation, puisque l'« amour » est souvent au cœur d'un stratagème visant à contrôler et à manipuler la personne victime, il s'avèrera d'autant plus difficile pour cette dernière de départager ce qui relève d'un contexte « amoureux » de ce qui relève d'un contexte d'« exploitation ».

## La prévention efficace de la violence en contexte amoureux à l'adolescence

- Pour prévenir la violence en contexte amoureux auprès des élèves, il faut les aider à :
  - identifier leurs besoins et leurs émotions et apprendre à les exprimer de façon respectueuse et adéquate (ex. : auto-contrôle)<sup>lxxv</sup>;
  - développer l'empathie et la solidarité;
  - développer leurs habiletés sociales (ex. : résolution des conflits<sup>lxxvi</sup>, demande d'aide)<sup>lxxvii</sup>;
  - développer des rapports égaux<sup>lxxviii</sup> et respectueux, exempts de violence et de sexisme<sup>lxxix</sup>;
  - développer leur capacité à dénoncer les situations de violence dont ils sont victimes, auteurs, témoins ou confidents, en identifiant :
    - les différentes manifestations de la violence en contexte amoureux<sup>lxxx</sup>;
    - les raisons qui justifient l'importance de dénoncer (le caractère inacceptable de la violence, le respect de soi et des autres, la valeur de chaque être humain, l'importance du vivre ensemble dans la mutualité et la confiance, la dénonciation comme étape de la recherche d'aide, etc.);
    - les ressources vers qui se tourner en cas de besoin (ami, parent, membre du personnel scolaire, professionnels, intervenants, etc.). Le fait de pouvoir « compter sur un adulte significatif » et d'« avoir accès à des ressources d'aide » constitue un **facteur de protection**<sup>lxxxi</sup>. Une diminution de la violence est observée à partir de certaines caractéristiques de l'environnement social des adolescents telles que la supervision parentale, le soutien de la famille, des amis, d'un adulte du milieu scolaire et le soutien dans la communauté<sup>lxxxii</sup>.



### EXPRESSION NUMÉRIQUE DE LA SEXUALITÉ

#### Avoir une perception juste des nouvelles réalités sociosexuelles et développer l'esprit critique des adolescents

##### Outils technologiques

- Les tablettes électroniques, les cellulaires intelligents, les réseaux sociaux et l'accès à Internet nous exposent à un grand nombre d'images et de messages sur la sexualité qui peuvent être partagés ou qu'on peut produire soi-même. C'est un défi supplémentaire auquel doit faire face la génération d'aujourd'hui. C'est également un nouveau défi pour les adultes eux-mêmes.
- Il est nécessaire de **distinguer ce qui devrait relever de l'espace privé de ce qui devrait relever de l'espace public**, tout en étant conscients du fait que nous produisons aussi des messages médiatiques dans l'espace public par le biais des nouvelles technologies.
- On doit être conscients des avantages et des risques à utiliser des technologies pour socialiser à l'adolescence et plus précisément, être conscients des pressions réelles (on me demande de le faire) et perçues (je pense qu'il faut que je le fasse) associées à la production de messages ou d'images sur les réseaux sociaux, des façons de se protéger et de protéger les autres.
- Au Canada, environ 13 % des jeunes du secondaire disent qu'ils ont déjà prétendu être quelqu'un d'autre pour flirter en ligne. En 4<sup>e</sup> secondaire, cette proportion est la plus élevée (20 %)<sup>lxxxiii</sup>. Aux États-Unis, on estime que 8 % des adolescents de 13 à 17 ans auraient rencontré leur partenaire en ligne. Toutefois, les adolescents privilégient les rencontres en personne plutôt qu'en ligne. Les adolescents utilisent aussi les médias sociaux pour établir la communication avec un partenaire amoureux potentiel (qu'ils connaissent dans la vie réelle ou qui fait partie des amis communs), pour exprimer leur attirance en commentant des publications, en partageant des publications ou en envoyant des messages privés pour démontrer leur intérêt. Certains d'entre eux peuvent parfois utiliser les médias sociaux pour rompre, pour insulter un ex ou s'en venger<sup>lxxxiv</sup>.

##### Utilisation des médias sociaux pour exprimer sa sexualité

- Au Canada, environ 13 % des jeunes du secondaire disent qu'ils ont déjà prétendu être quelqu'un d'autre pour flirter en ligne. En 4<sup>e</sup> secondaire, cette proportion est la plus élevée (20 %)<sup>lxxxv</sup>. Aux États-Unis, on estime que 8 % des adolescents de 13 à 17 ans auraient rencontré leur partenaire en ligne. Toutefois, les adolescents privilégient les rencontres en personne plutôt qu'en ligne.
- Les adolescents utilisent aussi les médias sociaux pour établir la communication avec un partenaire amoureux potentiel (qu'ils connaissent dans la vie réelle ou qui ont des amis en commun), pour exprimer leur attirance en commentant des publications, en partageant des publications ou en envoyant des messages privés pour démontrer leur intérêt. Certains d'entre eux peuvent parfois utiliser les médias sociaux pour rompre, pour insulter un ex ou s'en venger<sup>lxxxvi</sup>.

##### Sextage

- Le sextage est la production de contenu sexuellement explicite (image, vidéo ou texte) communiqué par message texte avec un téléphone intelligent ou autre outil Web incluant les réseaux sociaux<sup>lxxxvii</sup>. Il est important de distinguer l'envoi/réception (sextos) du partage non consenti de photos intimes puisque ce dernier comporte des implications légales, sociales et morales.
- Le sextage n'est pas une pratique universelle chez les jeunes, mais ces situations ne sont pas rares<sup>lxxxviii</sup>. Dans une étude publiée en 2018 par le Centre canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique : HabiloMédias auprès de 800 jeunes de 16 à 20 ans, on remarque qu'un plus grand nombre de jeunes ont reçu des sextos par rapport à ceux qui en ont envoyé :



- chez les jeunes de 16 ans, 26 % auraient déjà envoyé un sextos tandis que 53 % en auraient déjà reçu;
- chez les jeunes de 17 ans, 24 % en auraient envoyé et 56 % en auraient reçu;
- chez les jeunes de 18 ans, 45 % en auraient envoyé et 70 % en auraient reçu. La participation à des activités de sextage s'accroît avec l'âge<sup>lxxxix</sup>.
- La moitié des jeunes qui ont reçu des sextos ne les avaient pas sollicités; ils provenaient de l'expéditeur d'origine. Les jeunes qui envoyaient des sextos le faisaient parce qu'ils étaient sollicités<sup>xc</sup>.
- Au Québec, une étude menée par le groupe SÉVEQ (2017) rapporte que 12,8 % des adolescents de la 1<sup>re</sup> à la 5<sup>e</sup> secondaire ont déjà reçu au moins une fois une demande d'envoi. Parmi ceux qui ont été sollicités, 22,6 % acceptent d'en envoyer, surtout à partir de 15-16 ans.
- La pression des pairs influence l'envoi de sextos : si les adolescents perçoivent cette pratique comme normale, ils risquent davantage de l'utiliser notamment par désir d'approbation et de reconnaissance de leurs pairs (popularité associée)<sup>xc</sup>. Les garçons sont tout particulièrement valorisés par la réception, l'envoi et la possession de sextos. Les images sexuellement explicites qu'ils « possèdent » sont source de valorisation, de reconnaissance de leurs pairs<sup>xcii</sup>. Le motif principal de l'envoi de sextos, surtout chez les filles, est la pression implicite du désir d'être populaire ou de se conformer aux normes perçues<sup>xciii</sup>. Elles sont toutefois jugées plus négativement que les garçons lorsqu'elles le font. Même si les adolescents craignent que le sextage nuise à leur réputation, ceux qui s'adonnent à cette pratique indiquent que c'est normal et le font par désir d'approbation de leurs pairs<sup>xciv</sup>.
- Les sextos sont envoyés<sup>xcv</sup> :
  - pour plaire et conquérir un partenaire éventuel ou comme prélude à des activités sexuelles;
  - par preuve d'amour envers le partenaire ou par peur de le perdre;
  - pour avoir certains comportements sexuels virtuels;
  - pour maintenir l'intimité dans une relation « à distance ».
- Une majorité de jeunes qui reçoivent des sextos les gardent pour eux. Cependant, les garçons seraient plus susceptibles de les partager que les filles<sup>xcvi</sup>. Bien que le partage ne soit pas une pratique courante chez les jeunes, lorsqu'un sextos est partagé, les modes les plus fréquents sont de le montrer à quelqu'un d'autre en personne ou par transfert électronique. Il est aussi plus probable qu'un sextos soit partagé lorsqu'il existe une distance sociale par rapport à la victime. Les facteurs associés au partage d'un sextos sont<sup>xcvii</sup> :
  - l'adhésion aux stéréotypes de genre traditionnels (plus prononcé chez les garçons);
  - la disposition à adopter des mécanismes de désengagement moral : restructuration cognitive, distorsion des conséquences, rejet ou dispersion des responsabilités et blâme de la victime;
  - la fréquence à laquelle les jeunes considèrent que leurs pairs partagent des sextos (normes sociales perçues);
  - la pression ou la tendance à se conformer aux normes d'un groupe de pairs (quand le partage de sextos est perçu comme normal et acceptable);
  - le fait qu'ils s'attendent à ce que leurs amis partagent aussi des sextos avec eux (réciprocité).

## JUSTICE ET DROIT

### ENCADREMENT JURIDIQUE DE LA VIE AMOUREUSE ET SEXUELLE

#### CONSENTEMENT ET VIOLENCE SEXUELLE

Cette section n'est pas encore développée.



## VIOLENCE CONJUGALE

Cette section n'est pas encore développée.

## CULTURE ET PRODUCTIONS SYMBOLIQUES

### REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ

#### REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ

##### Comprendre ce qu'est la sexualisation de l'espace public

- La sexualisation de l'espace public a des répercussions dans toutes les dimensions de la sexualité : biologique, affective, relationnelle, sociale, psychologique, culturelle, éthique, morale, physique, mentale, émotionnelle et économique.
- Les représentations de la sexualité, qu'elles soient positives ou négatives, peuvent mettre une forme de pression et exercer une influence sur les adolescents qui sont en pleine consolidation de leur identité et en recherche de repères et de modèles.
- La sexualisation de l'espace public présente des enjeux pour les adolescents :
  - Des motivations ou « gains » potentiels : elle répond à un besoin d'information et à la curiosité des adolescents. Elle apporte certaines réponses à leurs préoccupations<sup>xcviii</sup>.
  - En contrepartie, elle véhicule des stéréotypes sexuels, contient peu de diversité des formats corporels, génère des préoccupations chez les adolescents, brouille la distinction entre les sphères privée/intime et publique par l'exposition de gestes intimes dans la sphère publique et la sphère virtuelle, contribue à une certaine forme de banalisation de la sexualité et de son expression et présente une vision réductrice de la sexualité, souvent associée à la génitalité et à la performance<sup>xcix</sup>.
- La sexualisation de l'espace public peut amener une certaine banalisation de la sexualité et laisser croire que les attitudes ou les comportements sexualisés présentés sont souhaitables, et qu'ils constituent même une norme.
- Les messages sont parfois implicites, d'autres fois explicites. Ces deux concepts peuvent être abstraits pour les élèves; il est important de les clarifier au début de la démarche. En bref, les messages :
  - **implicites** sont ceux qui sont sous-entendus, qui ne sont pas clairement exprimés, qui font allusion à... Par exemple, lors d'une activité parascolaire, on demande aux garçons de faire des tâches qui requièrent de la force physique, tandis qu'aux filles, celles en lien avec la créativité (décoration de la salle).
  - **explicites** sont ceux qui sont clairement exprimés, dans lesquels il n'y a pas d'ambiguïté ou de zones grises. Par exemple, une école oblige l'utilisation d'une garde-robe scolaire distincte selon le sexe assigné à la naissance, soit des pantalons pour les garçons et des jupes pour les filles.
- C'est un processus par lequel une signification considérée comme sexuelle ou qui symbolise la sexualité par la gestuelle, la pose, les vêtements, le regard ou les couleurs est appliquée à quelque chose ou à quelqu'un. Ce processus est souvent lié à un but de consommation<sup>c</sup>. Autrement dit, la sexualisation est une action qui consiste à donner un caractère sexuel à un produit ou à un comportement qui n'en possède pas<sup>ci</sup>.
- La sexualisation de l'espace public renvoie donc à la fois à l'omniprésence de la sexualité dans l'espace collectif, mais aussi à des situations où la sexualité est utilisée pour servir des messages ou des images qui en principe ne seraient pas liés à la sexualité (par exemple, montrer une personne en tenue sexy pour vendre un sofa).



- La sexualité traditionnellement considérée comme étant du ressort de la vie privée constitue maintenant un élément important de la vie publique puisqu'elle est aussi véhiculée dans les médias<sup>cii</sup>. Le nombre d'images, de messages, de références à la sexualité dans l'espace public s'est littéralement multiplié dans les dernières années. À ce titre, environ une émission sur sept exhibe directement une scène de rapport sexuel ou la suggère de façon implicite<sup>ciii</sup>.
- La sexualité est parfois représentée positivement et réalistement dans l'espace public, d'autres fois moins. Il n'existe pas de types de médias qui diffusent que de l'information juste ou que de la mauvaise information. Les médias peuvent véhiculer des messages justes et pertinents, tout comme de mauvaises informations. Il est important de prendre le temps d'analyser et d'être critique face aux images et aux messages véhiculés par ces derniers.

### **Prendre conscience des normes et valeurs véhiculées dans l'espace public**

- Les normes et les valeurs concernent aussi toutes les dimensions de la sexualité et une multitude de thèmes : diversité sexuelle, image corporelle, séduction, amour, etc. Certaines d'entre elles sont universelles, d'autres sont sociétales. Elles sont l'objet de remises en question et, par le fait même, soumises à une mouvance qu'on observe au fil du temps.
- L'idéal corporel (minceur, fermeté, jeunesse) repose aussi sur des normes sociales, cela ayant pour effet de causer une grande insatisfaction sur le plan de l'image corporelle. Cet idéal sous-entend que selon les conventions actuelles, il faut l'atteindre pour avoir du succès dans les jeux de séduction. On adopte alors des comportements pour atteindre l'idéal et répondre ainsi aux standards. Ce dernier est difficilement atteignable pour une multitude de personnes<sup>civ, cv</sup>. D'ailleurs, l'image corporelle préoccupe de plus en plus les adolescents. Une étude de 2012 a démontré que 50 % des garçons et des filles de la 4<sup>e</sup> secondaire (10<sup>e</sup> année) estiment être trop maigres ou trop gros.
- Être en couple représente la fin de l'enfance, constitue une transition vers une nouvelle étape de vie, donne une certaine assurance personnelle et de la reconnaissance sociale. Cette représentation de l'amour romantique a aussi des effets pervers. En effet, l'adolescent qui ne vit pas d'expérience de couple se remettra en question et se demandera s'il est anormal, en quoi il est inadéquat et doutera de ses capacités<sup>cvi</sup>.
- La remise en question de l'amour romantique permet de jeter un nouvel éclairage sur le couple : est-ce une vision réaliste de ce qu'est un couple? Sommes-nous une seule entité ou deux personnes à part entière? L'amour peut-il durer toujours?

### **Accessibilité du matériel sexuellement explicite**

- La consommation de pornographie chez les adolescents est difficile à quantifier considérant que les données varient d'une étude à l'autre. C'est aussi parce que son utilisation varie : elle peut être accidentelle ou intentionnelle, régulière, sporadique ou occasionnelle, etc. Une revue de plusieurs études démontre qu'aux États-Unis, environ 19 % des jeunes de 10 à 12 ans auraient été exposés accidentellement à de la pornographie et que 7 % des jeunes de 10 à 17 ans auraient intentionnellement vu de la pornographie<sup>cvii</sup>.
- Au Canada, selon une autre étude<sup>cviii</sup>, une majorité de jeunes du secondaire (77 %) déclare ne jamais avoir cherché de pornographie. Lorsqu'ils le font, les garçons sont plus nombreux à le faire. En outre, les garçons qui cherchent de la pornographie sont plus susceptibles de le faire fréquemment.
- De façon générale, les jeunes semblent lucides et critiques par rapport à la pornographie. Même s'ils en ont vu de façon volontaire ou accidentelle et qu'elle provoque de l'excitation sexuelle chez eux, certains la qualifient de dégradante pour la femme, dégueulasse, choquante, et considèrent qu'elle ne représente pas la réalité<sup>cix</sup>.
- Une revue de littérature<sup>cx</sup> décrivant les conséquences de la pornographie sur les attitudes, les croyances et les comportements des adolescents relève notamment que celle-ci :



- renforce les stéréotypes de domination masculine, de soumission féminine et de femme-objet;
- est liée à une acceptation plus grande de la violence faite aux femmes et de l'agressivité dans la sexualité;
- génère une pression à se conformer à des idéaux corporels et une baisse de confiance en soi (ex. : se sentir moins attirant, physiquement inférieur);
- peut créer une pression à la performance (ex. : rapidité de l'excitation sexuelle, durée de l'érection et de la pénétration, intensité du plaisir ressenti).





## 2 - Éléments de contenu

Présentation des éléments de contenu relatifs à l'éducation à la sexualité dans le programme d'études Culture et citoyenneté québécoise.

| QUATRIÈME SECONDAIRE                    |  |
|---|--|
| RELATIONS ET BIENVEILLANCE              |  |
| Expériences intimes positives           |  |
| Désir et plaisir sexuels                | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Place du désir et du plaisir dans l'agir sexuel</b><ul style="list-style-type: none"><li>○ Place du désir et des fantasmes amoureux et sexuels</li><li>○ Place du plaisir psychologique et physique</li><li>○ Phases de la réponse sexuelle (désir, excitation, orgasme, détente)</li></ul></li></ul>   |
| Intimités affective et sexuelle         | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Facteurs qui influencent les relations sexuelles à l'adolescence</b><ul style="list-style-type: none"><li>○ Contexte et types de relations (relations avec ou sans engagement, relation sexuelle planifiée ou non, protégée ou non, en contexte de consommation d'alcool ou de drogues, etc.)</li><li>○ Motivations internes et externes</li><li>○ Capacité d'intimité sexuelle (communication mutuelle des désirs et des besoins, expression et échange de comportements sexuels, sentiment de bien-être dans sa sexualité, etc.)</li></ul></li><li>• <b>Rôle des intimités affective et sexuelle dans les expériences affectives positives</b><ul style="list-style-type: none"><li>○ Communication, confiance, partage d'activités, de champs d'intérêt et de points de vue, souci de soi et de l'autre, capacité d'affirmation et de négociation, etc.</li><li>○ Réciprocité et dynamique relationnelle (interdépendance ou contrôle)</li></ul></li></ul> |
| Relations égalitaires et respect de soi | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Prise de décisions libre et éclairée dans l'expression de sa sexualité</b></li><li>• <b>Normes différenciées par rapport à l'agir sexuel (pratique du deux poids, deux mesures selon le genre)</b></li><li>• <b>Responsabilité individuelle et partagée dans l'adoption de comportements sexuels sécuritaires au regard des risques de grossesse non planifiée et d'infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)</b><ul style="list-style-type: none"><li>○ Perceptions des risques et des impacts</li><li>○ Contextes et barrières en lien avec l'adoption de comportements sexuels sécuritaires</li><li>○ Attentes et perceptions selon le genre et l'orientation sexuelle</li></ul></li></ul>  |
| Violence dans les relations intimes     | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Manifestations de la violence en contexte amoureux</b><ul style="list-style-type: none"><li>○ Formes, manifestations, signes annonciateurs et continuum de la violence</li><li>○ Portait à l'adolescence</li><li>○ Dynamiques de genre</li></ul></li><li>• <b>Moyens d'agir pour prévenir ou faire cesser la violence en contexte amoureux</b><ul style="list-style-type: none"><li>○ Pouvoir d'agir des personnes victimes, témoins ou auteures de violence ainsi que des confidentes et confidentes</li><li>○ Soutien social, recherche d'aide et obstacles (pour les personnes victimes, témoins et auteures de violence)</li></ul></li></ul>  |





| Communication numérique              |  |
|--------------------------------------|--|
| Expression numérique de la sexualité | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Différences dans l'expression de soi et de la sexualité dans l'espace public et dans l'espace privé, en contexte numérique               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Présentation de soi</li> <li>○ Séduction en ligne</li> <li>○ Partage d'images intimes (<i>sextage</i>)</li> </ul> </li> </ul> |

| JUSTICE ET DROIT                                      |   |
|---|---|
| Encadrement juridique de la vie amoureuse et sexuelle |   |
| Consentement et violence sexuelle                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lois et crimes liés au consentement et à la violence sexuelle               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Consentement dans le <i>Code criminel</i></li> <li>○ Demandes répétées et partage consensuel et non consensuel d'images intimes, pornographie juvénile</li> <li>○ Cyberviolence</li> <li>○ Exploitation sexuelle des personnes mineures</li> <li>○ Matériel sexuellement explicite</li> </ul> </li> </ul> |
| Violence conjugale                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Définition juridique de la violence conjugale               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Actes commis en contexte conjugal qui constituent des crimes</li> </ul> </li> </ul>   |

| CULTURE ET PRODUCTIONS SYMBOLIQUES |   |
|------------------------------------|---|
| Représentations de la sexualité    |   |
| Représentations de la sexualité    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Représentations de la sexualité dans divers espaces               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Représentations positives et négatives de la sexualité dans l'espace public et influence de ces représentations</li> <li>○ Sexualisation de l'espace public</li> <li>○ Normes, valeurs et messages sur la sexualité provenant des médias et du matériel sexuellement explicite (ex. : pornographie)</li> <li>○ Standards de beauté et idéaux corporels, diversité corporelle</li> </ul> </li> </ul> |

Bien que le personnel enseignant soit libre d'aborder les thèmes, les sous-thèmes et les éléments de contenu du programme dans l'ordre de leur choix, il est recommandé de planifier soigneusement les apprentissages en éducation à la sexualité, notamment pour éviter que les questions les plus délicates et intimes soient abordées trop tôt dans l'année scolaire ou à la toute fin de celle-ci.

Par exemple, en 4<sup>e</sup> secondaire, la prévention de *la violence dans les relations intimes* ne devrait jamais être le premier ni le dernier sujet offert en cours d'année. Il est recommandé d'aborder les *intimités affective et sexuelle* et *les relations égalitaires* avant d'aborder *la violence dans les relations intimes*. Il peut être pertinent d'aborder conjointement les *représentations de la sexualité* et *l'expression numérique de la sexualité*. En effet, ces concepts permettent de s'intéresser aux normes véhiculées sur la sexualité et à leurs possibles effets sur les dimensions individuelle et relationnelle de l'expression de soi en contexte numérique.





## 3 - Apprentissages clés

*Résumé des apprentissages à retenir par les élèves en lien avec les notions reliées à l'éducation à la sexualité. Ces énoncés servent à guider le personnel scolaire dans l'élaboration d'activités d'apprentissage.*

### RELATIONS ET BIENVEILLANCE

#### EXPÉRIENCES INTIMES POSITIVES

##### DÉSIR ET PLAISIR SEXUEL

- Le désir et le plaisir occupent une place importante dans l'agir sexuel, seul ou avec un partenaire.
- L'exploration de ses désirs amoureux et sexuels permet de mieux se connaître (savoir ce dont on a envie, ce qui nous fait plaisir), de ressentir un état de bien-être, aidant ainsi à faire contrepoids aux pressions extérieures (pairs, médias).
- Le plaisir peut être psychologique (sentiments positifs, sentiment de bien-être) et physique (sensations corporelles et réactions physiologiques).

##### INTIMITÉS AFFECTIVE ET SEXUELLE

- Plusieurs facteurs peuvent avoir une influence sur les relations sexuelles à l'adolescence (contexte, motivations, etc.). Les influences sont parfois positives, parfois négatives.
- Une relation sexuelle qui se déroule dans le respect, le souci de soi et de l'autre, peut contribuer au bien-être d'une personne.
- Les premières expériences sexuelles sont faites d'explorations, d'apprentissages et de nouveautés. Elles peuvent donc être accompagnées de doutes, de questionnements et de préoccupations.
- L'intimité sexuelle et affective favorise des expériences sexuelles agréables, consenties et sécuritaires pour les partenaires concernés.
- Une relation sexuelle agréable, consentie et sécuritaire exige une certaine maturité des partenaires, qui leur permet de communiquer leurs désirs et leurs souhaits, de faire preuve de réciprocité et de respect dans le contexte de relations sexuelles.
- En contexte amoureux, il est bénéfique pour les partenaires de pouvoir s'exprimer, se sentir aimés, respectés, en confiance, en sécurité, libres et de ressentir du plaisir à être ensemble.

##### RELATIONS ÉGALITAIRES ET RESPECT DE SOI

- Chacun a le droit de choisir librement de s'engager ou non dans des gestes sexuels.
- La confiance en ses moyens (perception de contrôle, le sentiment d'efficacité) influence la capacité à se protéger et à faire face aux obstacles dans l'adoption de comportements sexuels sécuritaires.
- La communication entre partenaires à l'égard des relations sexuelles et des moyens de protection adaptés à leur réalité favorise une responsabilité partagée quant à ceux-ci.

##### VIOLENCE DANS LES RELATIONS INTIMES

- En contexte amoureux, il est bénéfique pour les partenaires de pouvoir s'exprimer, se sentir aimés, respectés, en confiance, en sécurité, libres et de ressentir du plaisir à être ensemble.
- L'amour ressenti envers une autre personne peut nuire à la reconnaissance de certains signes annonciateurs de violence.



- Le fait de reconnaître les différentes manifestations de la violence en contexte amoureux constitue un pas de plus pour les prévenir et les faire cesser.
- Il est nécessaire de chercher de l'aide pour faire cesser la violence, que l'on soit la personne qui la subit, celle qui l'exerce, celle qui en est témoin ou qui reçoit la confiance.

---

## COMMUNICATION NUMÉRIQUE

---

### EXPRESSION NUMÉRIQUE DE LA SEXUALITÉ

Cette section n'est pas encore développée.

## JUSTICE ET DROIT

---

### ENCADREMENT JURIDIQUE DE LA VIE AMOUREUSE ET SEXUELLE

---

#### CONSENTEMENT ET VIOLENCE SEXUELLE

Cette section n'est pas encore développée.

#### VIOLENCE CONJUGALE

Cette section n'est pas encore développée.

## CULTURE ET PRODUCTIONS SYMBOLIQUES

---

### REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ

---

#### REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ

- Dans l'espace public, les messages sur la sexualité sont nombreux et parfois contradictoires.
- Les médias peuvent apporter de l'information et du soutien utiles sur plusieurs sujets.
- Observer ou analyser les représentations de la sexualité dans l'espace public peut permettre de prendre conscience des pressions sociales.
- L'analyse des normes véhiculées dans les médias et l'entourage peut aider à déterminer les actions que l'on souhaite poser afin d'être davantage en conformité avec ses besoins et ses souhaits.





## 4 - Notions et exemples détaillés

Informations détaillées sur chacune des notions qui permettent de faciliter le développement d'activités d'apprentissage. Cette section contient la vulgarisation de certaines notions adaptée à l'âge des élèves. De plus, des exemples de questions, de vécus et de préoccupations d'élèves de cet âge en lien avec les notions sont présentés.

### RELATIONS ET BIENVEILLANCE

#### EXPÉRIENCES INTIMES POSITIVES

#### DÉSIR ET PLAISIR SEXUEL

##### Place du désir et du plaisir dans l'agir sexuel

##### L'agir sexuel

Les transformations biologiques qu'entraîne la puberté contribuent à développer, chez l'adolescent, un intérêt grandissant pour la sexualité qui se traduit par l'exploration de certains gestes sexuels posés seul ou avec un partenaire<sup>CXI</sup>.

- **L'agir sexuel** fait référence à un ensemble de comportements qui peuvent se produire à l'adolescence, avec ou sans partenaire, mais allant bien au-delà de la relation sexuelle avec pénétration :
  - comportements d'affection : s'étreindre, s'enlacer, se tenir par les épaules ou par la taille, se promener main dans la main, s'embrasser dans le cou, etc.
  - comportements sexuels : s'embrasser, caresser certaines parties du corps (nuque, dos, fesses, seins, cuisses) par-dessus les vêtements et sous les vêtements, se coller l'un contre l'autre nus, etc.
  - comportements sexuels génitaux : caresser ses organes génitaux seul (masturbation), caresser les organes génitaux de son partenaire, relation orale-génitale reçue ou donnée, pénétration vaginale, etc.
- **L'agir sexuel est animé par l'éveil sexuel**
  - L'éveil à la sexualité se traduit par des manifestations cognitives comme : intérêt plus marqué pour la sexualité, curiosité, blagues à connotation sexuelle, recherche d'informations sur la sexualité, de contenu sexuellement explicite, pensées sexuelles, fantasmes d'affection, de nudité, etc.
  - L'éveil sexuel se manifeste aussi dans le corps : manifestations d'excitation sexuelle, sensations de chaleur dans le corps, attirance pour quelqu'un, etc.
  - Au début de l'adolescence, **l'éveil sexuel** est centré sur soi (ex. : apprivoisement des sensations physiques) et se dirige graduellement vers l'autre (ex. : s'accompagne d'un attrait pour l'autre ou de pensées sexuelles).
- **L'agir sexuel** adolescent est souvent lié à un engagement affectif, est progressif, exploratoire et parfois guidé par diverses influences.

##### Questions et préoccupations à l'égard des comportements sexuels

Les adolescents sont préoccupés quant à l'agir sexuel et se posent des questions, notamment sur :

- les normes liées aux relations sexuelles : ce qui est considéré comme « normal », acceptable ou non, l'écart d'âge entre les partenaires, la séquence des gestes à explorer, les façons de faire, les pressions de conformité et de performance (réelles ou perçues), la pornographie;



- l'imaginaire érotique (ex. : fantasmes, désirs);
- le plaisir et le déroulement d'une relation sexuelle (p. ex. : comment s'y prendre, le plaisir ressenti, les douleurs possibles à la pénétration, l'orgasme);
- les dispositions personnelles : se sentir prêt, les motivations à poser certains gestes sexuels, la pratique de la masturbation et sa fréquence;
- les dynamiques relationnelles : l'engagement affectif des partenaires, la mutualité des sentiments, les souhaits et désirs de chacun;
- les sentiments éprouvés dans l'exploration des gestes sexuels, leur intensité, le fait qu'ils sont parfois mitigés (curiosité, fébrilité, anticipation positive et peur, appréhension, inquiétude);
- L'adolescence comporte plusieurs changements sur divers plans (hormonal, anatomique, neuropsychologique, affectif, etc.) que les jeunes doivent apprivoiser.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Questions et préoccupations à l'égard des comportements sexuels**

- *Est-ce normal de se masturber?*
- *Est-ce vrai que la fille saigne la première fois? Est-ce que ça fait mal?*
- *Est-ce correct de consommer de la pornographie à mon âge<sup>cxii</sup>?*
- *Je n'ai jamais embrassé de gars ou même eu de chum. Mes amies ont des amoureux et sont presque rendues à faire l'amour... Est-ce que je suis normale<sup>cxiii</sup>?*
- *Depuis qu'on s'est embrassés, je pense toujours à lui. J'en rêve même la nuit.*
- *J'ai peur de ne pas savoir comment faire la première fois.*
- *Ça me stresse quand je me masturbe, car j'ai peur que mes parents me surprennent<sup>cxiv</sup>.*
- *Quel est le bon âge pour avoir une relation sexuelle et comment se préparer à ça?<sup>cxv</sup>*
- *Peut-on être déçu de sa première relation sexuelle? Pourquoi<sup>cxvi</sup>?*
- *Une relation sexuelle devrait durer combien de temps<sup>cxvii</sup>?*
- *Quels sont les « petits incidents » prévisibles la première fois<sup>cxviii</sup>?*
- *Suis-je obligé(e) de faire une fellation même si je n'aime pas ça<sup>cxix</sup>?*

#### **Place du désir et des fantasmes amoureux et sexuels**

Chez la plupart des adolescents, à partir de la puberté, l'éveil sexuel se produit, le désir sexuel se manifeste et les fantasmes se développent.

- Le désir sexuel se présente comme un intérêt dirigé vers une personne en particulier. C'est un élan, une force à l'intérieur de soi qui incite à s'engager dans la séduction et dans des comportements sexuels<sup>cxx</sup>. Cet élan varie dans le temps et selon les circonstances. L'attirance sexuelle peut se fonder sur de nombreux facteurs comme l'apparence physique, la voix ou l'odeur d'une personne, sa personnalité, son charme, sa politesse, etc.<sup>cxxi</sup> L'attirance peut être un critère de choix dans la sélection d'un partenaire amoureux ou sexuel et peut mener à vivre une intimité avec quelqu'un<sup>cxxii</sup> ou encore rester dans l'imaginaire. Certains adolescents ont du désir sexuel de façon plus intense et plus fréquente que d'autres<sup>cxxiii</sup>. Le désir se nourrit des expériences antérieures : une expérience sexuelle positive génère habituellement le désir de revivre l'expérience.
- **Le désir sexuel** peut se vivre :
  - **dans la tête** : avoir un intérêt et des pensées pour l'autre (fantasmes de s'embrasser, de toucher et d'être touché, d'êtreindre, de partager un moment de proximité physique avec cette personne);
  - **dans le cœur** : ressentir que l'autre a quelque chose d'unique, avoir envie de partager une forme d'intimité et de proximité, le désir de se rapprocher de cette personne, de connecter et d'être avec elle.



- **L'excitation sexuelle** se vit **dans le corps**. Elle entraîne des manifestations physiques tant sur le plan des organes génitaux qu'ailleurs dans le corps. On peut l'observer par :
  - des signaux dans le corps comme : augmentation du rythme cardiaque, accélération de la respiration, érection des mamelons, dilatation des pupilles, impression d'avoir des papillons dans le ventre (petites contractions de l'estomac), apparition de la chair de poule (hérissément des poils), impression d'avoir les jambes molles, apparition de sudation dans les mains, etc.
  - des changements dans les organes génitaux, notamment : érection du pénis (devient dur et s'allonge), lubrification vaginale (écoulement de liquide clair du vagin, sensation d'avoir l'entrée du vagin mouillée) et augmentation de la taille du clitoris, etc.
- **Les fantasmes amoureux** (p. ex. s'imaginer dans les bras de l'être aimé) **et sexuels** sont des images ou scénarios imaginaires. Contrairement aux **rêves sexuels** pendant le sommeil, les fantasmes sont des scénarios choisis se produisant en état d'éveil. Les fantasmes peuvent faire référence à une expérience passée ou à venir, vraisemblable ou irréalisable<sup>cxxiv</sup>.
- Les fantasmes servent à développer l'imaginaire et à explorer ce qui suscite le désir; ils ne correspondent pas toujours à l'orientation sexuelle<sup>cxxv</sup> de la personne. Ils aident la personne à cerner ses préférences, à déterminer la façon dont elle souhaite vivre ses relations amoureuses et sexuelles<sup>cxxvi</sup>. Cette connaissance de soi est un atout précieux, qui permet d'explorer des gestes sexuels dans le respect de ses désirs et de ses besoins.
- Plusieurs fantasmes des adolescents sont des fantasmes amoureux. Ils s'imaginent un rapprochement avec une personne qui leur plaît, rêvent aux façons de la séduire, à des moments passés avec elle, à vivre une relation amoureuse avec elle. Il est aussi possible de ressentir du désir pour une personne inatteignable (p.ex. une vedette) ou une personne de son entourage (p.ex. un camarade de classe).
- Les fantasmes participent à l'éveil sexuel des adolescents, ils suscitent et alimentent le désir<sup>cxxvii</sup>. Ces rêveries peuvent procurer un plaisir sexuel psychologique en permettant de satisfaire des besoins qui ne sont pas comblés dans la réalité<sup>cxxviii</sup>.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Place du désir et des fantasmes amoureux et sexuels**

- *J'aime mon copain. Je me sentirais prête à avoir des relations sexuelles avec lui, mais je me demande si 3 mois de couple c'est trop tôt? Est-ce que j'ai trop de désir trop tôt? J'ai peur que plus tard je me rende compte que j'aurais dû attendre<sup>cxxix</sup>.*
- *Je sors avec un gars depuis 4 mois. J'ai des désirs et je voudrais aller plus loin, mais sans faire l'amour, comment combler ces désirs<sup>cxxx</sup>?*
- *Il y a un gars... À toutes les fois que je le vois je m' imagine en train de l'embrasser... Est-ce que c'est juste un fantasme qui va passer?*
- *Souvent, j' imagine qu'on s'embrasse longtemps et qu'on se caresse. Ça me donne des papillons dans le ventre quand j'y pense.*
- *Nous étions collés, elle et moi. On était bien. J'aimais respirer son odeur et l'embrasser dans le cou. J'ai hâte de recommencer. J'y pense tout le temps.*
- *Je suis une fille qui aime les garçons. Mais ça fait des mois que j'angoisse parce que j'ai des pensées excitantes envers les filles parfois. J'ai toujours été hétéro, donc j'aimerais ne plus être angoissée<sup>cxxxi</sup>.*
- *J'ai 15 ans et j'ai un chum. Je me sens mal, parce que je fantasme sur un acteur de mon âge, est-ce que c'est normal?*
- *Je suis souvent dans la lune ces temps-ci. Je pense toujours à elle. Elle me fait vraiment beaucoup d'effet.*



- *Je capote sur mon chanteur préféré. Je m’imagine qu’il m’embrasse. Je sais que c’est impossible, mais je ne peux pas m’empêcher d’y rêver.*
- *Je fantasme secrètement sur une fille de l’école. Ça me gêne un peu. Je ne voudrais pas que mes amis le sachent.*

## Place du plaisir psychologique et physique

La place du plaisir est cruciale dans l’agir sexuel. La découverte de l’agir sexuel à l’adolescence est associée à la découverte des sensations liées aux différentes caresses qu’on peut donner et recevoir dans le respect des désirs et des limites de chacun. Embrasser quelqu’un qui nous plaît, qui fait battre notre cœur est agréable et peut donner des papillons dans l’estomac ou partout dans notre corps. Le plaisir ne se vit toutefois pas que dans le corps, il se vit aussi dans la tête (plaisir psychologique). Les adolescents recherchent le plaisir psychologique et physique lors de leurs relations sexuelles<sup>cxxxii</sup>.

- Le plaisir **psychologique**
  - Le plaisir psychologique fait référence aux **sentiments positifs** qui peuvent accompagner les comportements sexuels : proximité, intimité, sentiment de bien-être, de connexion et de complicité avec l’autre, ressentir le plaisir de l’autre, etc. Les fantasmes de même que la proximité de quelqu’un pour qui on ressent du désir peuvent aussi faire ressentir du plaisir sexuel psychologique.
- Le plaisir **physique**
  - Le plaisir physique peut être ressenti lors de la masturbation, de baisers, de caresses sur le corps ou sur les organes génitaux seul ou avec un partenaire. Même si des **réactions physiques associées à l’excitation** peuvent se manifester dans des régions spécifiques du corps (ex. : érection, lubrification vaginale), les réactions physiques associées au plaisir sexuel sont plus vastes : les frissons, les battements de cœur, la sensation de chaleur dans tout le corps, le désir de rapprochement et de contact avec le corps de l’autre, les sensations d’électricité dans le corps, etc. Le plaisir sexuel physique ne se limite donc pas qu’à une seule réaction physique (ex. : l’orgasme).
  - Le fait de comprendre la réponse du corps est une étape importante de la relation sexuelle mutuellement satisfaisante<sup>cxxxiii</sup>. Les réactions du corps pendant les contacts sexuels sont divisées en quatre phases qu’on appelle la réponse sexuelle : le désir, l’excitation, l’orgasme et la détente.
    - Désir : un élan, une force à l’intérieur de soi qui incite à s’engager dans la séduction et dans des comportements sexuels<sup>cxxxiv</sup>.
    - Excitation : manifestations physiques et réflexes tant sur le plan des organes génitaux qu’ailleurs dans le corps (voir détails plus haut).
    - Orgasme : réponse physique et réflexe du corps qui peuvent suivre la phase de l’excitation sexuelle. Il est accompagné de contractions musculaires du plancher pelvien (zone comprenant les organes génitaux et autour d’eux) qui peuvent durer une dizaine de secondes et qui procurent généralement des sensations agréables. L’éjaculation peut accompagner l’orgasme, mais tous deux ne sont pas synonymes, car l’un est possible sans l’autre. L’orgasme, lorsqu’il se produit, ne survient pas nécessairement au même moment pour les partenaires. Le désir et l’excitation ne mènent pas toujours à l’orgasme, ce qui n’enlève rien au plaisir et aux sensations agréables pouvant être ressentis. L’orgasme ne constitue donc pas un but à atteindre pour avoir du plaisir mutuel et ressentir un sentiment de satisfaction.
    - Détente : l’état du corps qui retourne au repos<sup>cxxxv</sup> (le cœur reprend son rythme normal, la respiration redevient régulière, etc.). Cette phase est souvent accompagnée de sentiments de bien-être, de satisfaction et d’une proximité (intimité) avec le partenaire.



## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Place du plaisir psychologique et physique**

- *Depuis un mois je sors avec un garçon. On s'est déjà embrassés et caressés. Je ne veux pas faire l'amour à mon âge, mais je me demandais si on pouvait faire d'autres choses pour se faire plaisir en attendant<sup>cxvvi</sup>.*
- *Depuis pas très longtemps, je me suis mis à me masturber, mais je ne ressens aucun plaisir lors de l'éjaculation. J'ai beau continuer à me masturber 5 minutes après l'éjaculation, je ne ressens aucun plaisir. J'ai parlé à mes amis de ce sujet et ils ont dit qu'ils ressentaient un certain plaisir au moment de l'éjaculation ou peu après. Suis-je normal, dois-je aller voir un médecin<sup>cxvii</sup>?*
- *Est-ce qu'il faut avoir un orgasme pour avoir du plaisir pendant une relation sexuelle?*
- *Comment peut-on savoir qu'on a un orgasme?*
- *Est-ce normal de ne pas ressentir de plaisir physique la première fois même si l'expérience était agréable?*
- *Est-il mal vu d'avoir du sexe juste pour le plaisir<sup>cxviii</sup>?*
- *On s'est embrassés et on s'est fait des massages sur tout le corps. C'était vraiment bien. J'ai hâte de recommencer.*
- *J'aimerais dire à mon chum quoi faire pour me faire encore plus plaisir dans la sexualité mais je trouve ça bien trop gênant<sup>cxix</sup>.*
- *Mon amie et moi, on aime se caresser et s'embrasser. On n'est pas rendus à faire plus que ça, mais c'est vraiment plaisant et excitant.*
- *L'autre soir, en embrassant une fille qui m'intéresse, j'ai eu une érection. J'espère qu'elle ne s'en est pas rendu compte...*

## INTIMITÉS AFFECTIVE ET SEXUELLE

### Facteurs qui influencent les relations sexuelles à l'adolescence

Une relation sexuelle est un échange mutuellement consenti entre des partenaires qui cherchent à se procurer de l'excitation et du plaisir sexuels. Elle ne se limite pas à l'acte de la pénétration ni à l'atteinte absolue d'un orgasme. Elle peut inclure les baisers, les touchers, les caresses, l'exploration du corps de son partenaire, la masturbation réciproque, la relation orale, etc.

### Facteurs pouvant influencer les relations sexuelles à l'adolescence

Le vécu des relations sexuelles diffère d'une personne à l'autre. Le contexte dans lequel elles ont lieu, les raisons qui motivent les adolescents à s'y engager et le plaisir ressenti influencent la façon dont ils vivent leurs premières expériences sexuelles. Il importe que les adolescents puissent réfléchir aux conditions qui leur permettent de vivre des relations sexuelles agréables (désir, plaisir partagé, consentement mutuel, respect des limites de chacun, perception du risque à l'égard des ITSS et de la grossesse non planifiée, sentiment d'autoefficacité quant à l'utilisation des méthodes de protection, confiance, confort, sécurité, etc.).

### Contextes et types de relations

Les adolescents qui expérimentent les gestes sexuels dans une relation où la communication est bonne, où il y a présence d'intimité et d'engagement vivent généralement plus positivement leurs premières expériences sexuelles<sup>cxl</sup>.

*Engagement amoureux ou relations sans engagement*





- La majorité des adolescents vivent leur première relation sexuelle dans un contexte amoureux. L'amour est, par ailleurs, la motivation la plus souvent évoquée pour s'engager dans une première relation sexuelle.
- Certains adolescents choisissent d'avoir des expériences sexuelles avec un ou une amie, notamment à cause du lien de confiance, du sentiment de sécurité et de bien-être qu'ils partagent (amitié avec bénéfices). D'autres jeunes choisissent de vivre des expériences sexuelles dans le cadre d'une aventure sans lendemain (c'est toutefois moins fréquent). Certains adolescents impliqués dans ces relations entretiennent des attentes ou l'espoir que cette relation sans engagement évolue vers une relation amoureuse.
- Aussi, d'autres facteurs que l'engagement amoureux peuvent motiver les adolescents (curiosité, recherche de plaisir, avoir l'impression d'atteindre un certain statut social, etc.) à s'engager dans l'agir sexuel.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Engagement amoureux ou relations sans engagement**

- *Un de mes amis et moi parlons souvent de sexe ensemble. Je sais qu'il fantasme sur moi. J'aimerais peut-être coucher avec lui. Je lui fais confiance. Il va bien falloir que je fasse l'amour un jour... Ce serait un genre de « fuckfriend ». Est-ce que c'est une mauvaise idée? Est-ce qu'il y a beaucoup de conséquences négatives à ça<sup>cxli</sup> ?*
- *Ma copine et moi pensons avoir bientôt notre première relation sexuelle. On s'aime beaucoup et on a tous les deux envie de le faire. On a parlé ensemble de protection pour être prêts quand ça arrivera.*
- *Mes parents me laissent la maison vendredi soir. J'ai invité mon chum à dormir. Je pense qu'on est prêts à avoir notre première relation sexuelle, mais ça me stresse un peu.*
- *J'ai une amie avec qui j'ai essayé de transformer notre relation amicale en relation amoureuse, seulement, elle ne voulait pas. Nous sommes de très bons amis et l'autre soir je lui ai parlé subtilement « d'amitié avec bénéfices ». Elle dit qu'on ne se regardera plus jamais de la même manière si on le fait. Je l'aime et je ne veux pas qu'elle sorte de ma vie, car je m'entends tellement bien avec elle et nous sommes de trop bons amis pour tout gâcher pour du sexe! Mais en même temps, je la désire tellement ... Je ne sais plus trop quoi faire. J'ai un désir sexuel envers cette fille, j'en suis amoureux, mais elle ne me considère que comme ami<sup>cxlii</sup>.*

#### *Relations sans engagement*

- Certains adolescents vivent des relations sexuelles avec d'autres partenaires qu'un amoureux : avec un ami, une personne qu'ils fréquentent, un ex-amoureux, une connaissance ou un inconnu. La particularité de ces relations est qu'il n'y a pas d'engagement amoureux<sup>cxliii</sup> entre les partenaires concernés.
- Il y a différents enjeux associés aux relations sexuelles sans engagement<sup>cxliiv</sup> :
  - des motivations ou « gains » potentiels : entrer en relation avec quelqu'un d'autre, combler un besoin d'intimité, excitation liée à la rencontre et à la connaissance d'une nouvelle personne, recherche de plaisir, absence d'engagement affectif, possibilité d'augmenter son statut social ou sa popularité, d'améliorer sa réputation;
  - des conséquences négatives ou « pertes » potentielles : émotions négatives comme le regret (ex. : avoir accepté d'avoir des relations sexuelles avec une personne alors qu'on la trouve peu ou pas attirante, séduisante), la gêne et la colère (sentiment d'avoir été utilisé pour satisfaire l'autre), la crainte de s'attacher à l'autre personne ou d'en tomber amoureux, alors que les sentiments ne seraient pas réciproques, la crainte que les limites soient moins bien respectées que dans un contexte où il y a un plus grand climat d'échange et de confiance, moins grande aisance à communiquer ses désirs et ses besoins dans le cadre des relations sexuelles, etc.



## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Relations sans engagement**

- *Ma cousine a un « ami amant ». Je ne sais pas si j'ai envie d'avoir une relation sexuelle avec quelqu'un qui n'est pas amoureux de moi.*
- *« Peut-être qu'il y a du monde qui ne veut pas avoir personne dans sa vie et s'engager. Au lieu de s'engager et de toujours être avec cette personne-là. C'est de coucher avec quelqu'un mais pas nécessairement sortir avec <sup>cxlv</sup> ».*
- *Mon amie voit encore son ex. Ils ont parfois des relations sexuelles tous les deux même s'ils ne sortent plus ensemble.*

### *Relation planifiée ou non, protégée ou non*

- Avoir une bonne connaissance de soi et de l'autre, se sentir à l'aise de discuter de ses besoins et de ses craintes avec son partenaire, avoir discuté, choisi et prévu l'utilisation d'un moyen de protection de même que le moment et le lieu le plus propice permet de vivre plus positivement les relations sexuelles à l'adolescence.
- Les relations sexuelles sécuritaires et l'utilisation de moyens de protection permettent de réduire les craintes quant aux ITSS et aux grossesses non planifiées. L'absence de tels *stresseurs* permet aux personnes de ressentir davantage de plaisir lors des relations sexuelles avec le partenaire<sup>cxlvi</sup>.

## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Relation planifiée ou non, protégée ou non**

- *Lucas et moi on avait prévu notre soirée hier. On s'était parlé avant, on était prêts et on avait le goût tous les deux. On avait des condoms. Ça s'est bien passé même si j'étais un peu stressée.*
- *Mon chum me dit qu'on n'a pas besoin du condom (je prends la pilule) et que je peux lui faire confiance, qu'il n'a rien<sup>cxlvii</sup>.*
- *Mon grand frère m'a dit de me pratiquer à mettre un condom avant d'avoir ma première relation sexuelle. Je serai moins stressé de l'utiliser quand je serai prêt. Je trouve que c'est une bonne idée.*

### **Consommation d'alcool et de drogues**

- Des enjeux sont associés aux relations sexuelles lorsqu'il y a consommation d'alcool ou de drogues :
  - Des motivations ou « gains » potentiels<sup>cxlviii</sup> : peut accroître la confiance en soi (p. ex. : surpasser les sentiments de gêne ou de honte) pour aborder un partenaire, adopter certains comportements sexuels, peut augmenter temporairement le désir sexuel, peut permettre d'amplifier artificiellement des sensations physiques dites agréables ou contrecarrer des sensations physiques dites désagréables, etc.;
  - Des conséquences négatives ou « pertes » potentielles : compromet la sécurité liée à la santé sexuelle (enjeu de protection par rapport aux ITSS et aux grossesses<sup>cxlix</sup>), possibilité de sentiments négatifs (p. ex. : regrets<sup>cl</sup> d'avoir eu un comportement non souhaité, d'être allé plus loin que voulu), incapacité à donner un consentement sexuel (consentement sexuel non valide lorsqu'une personne est inconsciente, ivre ou droguée<sup>cli</sup>), possibilité d'effets négatifs sur la réponse sexuelle (p. ex. : difficultés d'érection, de lubrification ou d'orgasme).

## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Consommation d'alcool et de drogues**

- *Dans les partys, les filles se saoulent et essaient de faire les folles pour intéresser les gars. Il y a des gars qui font la même affaire. Ils font les fous pour intéresser les filles. Et il y a les*



*personnes comme moi qui boivent leur bière petit à petit et qui regardent les gens faire les fous d'eux<sup>clii</sup>.*

- *Est-ce que l'alcool et la drogue peuvent augmenter les capacités sexuelles?*
- *Au party chez Alexandre, il y avait de la bière. J'en ai bu et je me sentais toute drôle. On m'a mise au défi d'embrasser mon amie Anna. Je l'ai fait mais ce matin, je regrette. Ce n'est pas mon genre.*
- *Il n'arrêtait pas de me caresser les fesses et de m'embrasser. En temps normal, je l'aurais repoussé. Mais là... je sais pas. C'était correct. J'étais un peu dans les vaps et je voulais essayer.*

### **Motivations internes et externes**

Il existe différentes motivations à s'engager dans des comportements sexuels et des relations sexuelles à l'adolescence. Certaines sont liées à des souhaits personnels (motivations internes), d'autres à des influences extérieures (motivations externes). À l'adolescence, les pressions extérieures (réelles ou perçues) sont susceptibles d'affecter les choix. Il est toutefois possible d'aider les adolescents à être plus conscients de leurs propres motivations à s'engager dans des comportements sexuels et à prendre des décisions qui tiennent compte de leurs besoins, de leurs limites et de leurs valeurs (motivations internes) afin qu'ils puissent vivre des expériences sexuelles agréables et positives.

- Motivations internes : elles proviennent de soi et peuvent être variées : pour exprimer son désir sexuel, pour ressentir du plaisir, pour relâcher une tension sexuelle, pour exprimer son amour, pour explorer, pour satisfaire sa curiosité, pour expérimenter l'intimité avec son partenaire, etc.
- Motivations externes : elles répondent à des pressions extérieures à soi (ex. : pairs, médias) qu'elles soient réelles ou perçues : pour ne pas se sentir en retard dans l'expérimentation de certains gestes comparativement à ses pairs, pour se sentir mieux quand on vit des difficultés, pour garder son partenaire, par désir de plaire, pour impressionner, pour être populaire, pour rejeter des normes parentales, pour avoir l'impression d'acquiescer un statut social, pour éviter un conflit, pour ne pas décevoir, etc.

### **ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS**

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Motivations internes et externes**

- *Ça fait plusieurs mois qu'on est ensemble. Je me sens en confiance et j'ai envie d'aller plus loin, d'être encore plus intime.*
- *Mes amis sont plus vieux que moi. Je suis le seul de ma gang qui ne l'a pas encore fait. Je me sens à part.*
- *Mes amies ont déjà eu des relations sexuelles. Je ne me sentais pas vraiment prête, mais j'ai dit oui quand même. Surtout qu'il y a plusieurs filles qui auraient voulu être avec lui. Jonathan, c'est le gars le plus populaire de l'école.*
- *Elle a insisté. J'ai fini par dire oui. Je ne voulais pas la décevoir et risquer qu'elle aille voir ailleurs.*
- *J'ai hâte de faire l'amour. Je suis curieux de savoir comment c'est. Ça fait longtemps que j'imagine ce moment-là. Je me suis presque fait un film dans ma tête. Je ne sais pas avec qui ça va arriver et quand.*
- *On est vraiment en amour elle et moi. On a tous les deux le goût d'aller plus loin dans nos caresses. Je sais que nous ferons l'amour bientôt, mais je n'insiste pas. Ça finira bien par arriver.*
- *Mon chum aimerait avoir des relations sexuelles. Je ne veux pas, mais j'ai peur qu'il me laisse<sup>cliii</sup>.*

### **Conditions pour des relations sexuelles agréables**

- Pour vivre des relations sexuelles agréables, il faut être en mesure :
  - de reconnaître ses besoins et ses limites, de pouvoir les exprimer et de se sentir libre de le faire;
  - de respecter les besoins et les limites de son partenaire;



- de se sentir capable de faire face aux obstacles : interrompre une relation sexuelle si elle n'est plus souhaitée et retirer son consentement (ex. : ne pas avoir envie d'aller plus loin, changer d'idée, s'il y a désaccord quant à l'utilisation d'un moyen de protection, etc.);
- de se sentir en sécurité, en confiance et de pouvoir être soi-même;
- d'avoir du plaisir, et ce, de façon mutuelle (ex. : se permettre de rire, de s'amuser, de se découvrir, de se détendre, etc.).
- La relation sexuelle est un acte partagé, complice, engageant l'intimité de chacun. Cette recherche d'intimité affective et sexuelle comporte ses défis. Des difficultés peuvent survenir, souvent liées à une méconnaissance de soi et de l'autre<sup>cliv</sup>. C'est pourquoi la communication et l'écoute sont importantes pour apprendre à mieux se connaître. Comme dans toutes formes de relations (amicales, amoureuses ou sexuelles) apprendre à mieux se connaître permet de développer des affinités entre les partenaires.
- Plusieurs facteurs sont associés au plaisir sexuel chez les adolescents, l'un d'entre eux se démarque par la capacité à parler ouvertement et explicitement de sexualité avec son partenaire<sup>cliv</sup>.
- Une **relation sexuelle satisfaisante** c'est lorsque les besoins de chacun des partenaires sont considérés, mais que **leurs limites sont d'abord mutuellement respectées**.
- Il est important de pouvoir parler à une personne de confiance lorsqu'on a des questions, des doutes ou pour être rassuré concernant l'agir sexuel (partenaire, pairs, amis, parents, personnel de l'école, professionnels de la santé, adulte significatif).

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Conditions pour des relations sexuelles agréables**

- *On voulait le faire, mais on n'avait pas assez de temps, ses parents devaient revenir d'un moment à l'autre. On a plutôt décidé de continuer à s'embrasser sans aller plus loin.*
- *Je suis content qu'on en ait parlé avant de se caresser. On se sentait plus à l'aise comme ça et je savais plus ce qu'il aimait comme caresses.*
- *Quand nous sommes collés l'un contre l'autre, on se sent bien. On s'embrasse et on se caresse. Je ne sens jamais de pression pour aller plus loin.*
- *Comme on n'avait pas de condom, je lui ai demandé d'attendre à une autre fois. On s'est plutôt caressés et c'était très plaisant.*
- *Je lui ai dit ce que j'aimais et ce que je n'étais pas à l'aise de faire. Il a respecté ça. Je me sens en confiance avec lui.*
- *On a fait l'amour et c'était très agréable. On se sentait si proches l'un de l'autre. On a discuté ensemble après et je me sentais bien.*
- *Avec mon dernier chum, j'ai eu des douleurs lors de la pénétration. Je vais aller en parler avec l'infirmière de l'école.*

#### **Capacité d'intimité sexuelle**

La capacité d'intimité sexuelle est la capacité de s'abandonner à l'autre, sans avoir peur de se perdre soi-même<sup>clvi</sup>, et d'être en confiance. Elle se développe de façon progressive en même temps que l'identité de soi et la sexualité. **L'intimité sexuelle** c'est plus que l'expression et l'échange de comportements sexuels, c'est aussi<sup>clvii</sup> :

- avoir le sentiment que les comportements sexuels permettent de se rapprocher;
- considérer que l'expression des sentiments par les relations sexuelles a son importance dans une relation;
- être capable d'exprimer à l'autre qu'on a envie de relations sexuelles;
- être capable de recevoir les besoins de l'autre dans l'expression de la sexualité.
- Les personnes qui n'ont pas ou très peu de comportements sexuels peuvent tout de même avoir des capacités d'intimité sexuelle<sup>clviii</sup>.



## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Intimité sexuelle**

- *Le sexe avec lui? Ça nous a rapprochés, j'ai grandi intérieurement. Tout le contraire d'avec mon ex! Ça s'est mal passé. On ne s'est pas parlé et on s'est séparés...*
- *Tu peux combler des besoins physiques avec quelqu'un que tu connais peu ou pas. Mais quand le sexe te permet d'exprimer une complicité, de l'amour et du respect, c'est magique, c'est bon, c'est meilleur!*
- *« Moi, j'aurais aimé qu'on me dise que c'est bon de faire l'amour et que ça rend meilleur... et que ça rend plus beau... que la baise et la passion sont aussi différentes l'une de l'autre qu'une peinture à numéro et une toile de maître... qu'on a le droit de faire des erreurs et de se reprendre bien sûr... mais qu'on ressort à jamais grandi d'une histoire d'amour<sup>clix</sup> ».*
- *J'ai eu une première relation sexuelle à 13 ans. Je n'ai pas vraiment aimé. Je me dis que la prochaine fois sera meilleure. Je vais attendre d'être avec quelqu'un avec qui je me sentirai bien et en confiance, avec qui je pourrai exprimer ce que j'aime et ce que je n'aime pas.*
- *Notre première relation sexuelle, on l'a fait pour nous. Parce qu'on voulait tous les deux. Parce qu'on était rendus là. On ne l'a pas fait pour les autres. Juste pour nous.*

## Rôle des intimités affective et sexuelle dans les expériences affectives positives

### ÉLÉMENTS À PRIVILÉGIER POUR BIEN VIVRE L'INTIMITÉ AFFECTIVE ET SEXUELLE

- L'intimité est un processus qui implique une interaction entre deux partenaires basée sur leurs expériences et l'expression de leurs sentiments. Ces interactions se font à l'aide de la communication verbale et non verbale permettant d'établir une proximité qui invite à l'ouverture de soi<sup>clix</sup>. L'intimité est une expérience de partage, de révélation de soi et de proximité émotionnelle<sup>clxi</sup> avec l'autre.
- Elle se manifeste dans différentes sphères : intellectuelle (partage d'idées, de pensées), émotionnelle (partage d'émotions de façon verbale ou non verbale), physique (partage d'activités comme le sport), sociale (partage d'activités sociales comme aller au cinéma), affective (partage de gestes et de sentiments d'affection), sexuelle (partage de gestes et comportements sexuels), etc.<sup>clxii</sup>
- L'intimité affective/émotionnelle et l'intimité sexuelle semblent être interreliées et associées à la satisfaction sexuelle<sup>clxiii</sup>.

### Intimité affective entre les partenaires

L'intimité affective permet aux partenaires de s'exprimer, de s'affirmer et de faire considérer leurs besoins et respecter leurs limites. Les éléments essentiels de l'intimité affective sont :

- **Se révéler, communiquer, faire confiance à l'autre** : La communication doit permettre aux adolescents d'exprimer leurs motivations à avoir des relations sexuelles, leurs besoins, leurs limites (ex. : se sentir prêt ou non, être à l'aise ou non d'adopter certains comportements sexuels) et leurs sentiments à l'égard de la relation sexuelle. Pour y parvenir, un certain niveau de confiance en soi et en l'autre doit être présent dans la relation<sup>clxiv</sup>.
- **Partager des activités, des intérêts, des points de vue communs** : L'intimité affective sera favorisée si les partenaires partagent un certain nombre d'intérêts et de points de vue communs. Les partenaires peuvent avoir des divergences, mais ils doivent pouvoir se rejoindre sur certains points et avoir un espace commun pour tisser des liens d'intimité.
- **Se soucier de soi et de l'autre (protection contre les ITSS, bien-être)** : La notion de mutualité est au centre de l'intimité affective. C'est être capable de se soucier de l'autre et savoir



communiquer<sup>clxv</sup>. Se soucier de l'autre, c'est considérer ce que l'autre ressent, c'est vouloir son bien-être et son plaisir, c'est se soucier de sa quiétude et de sa sécurité. Or, un équilibre est aussi nécessaire entre le souci pour l'autre et le souci pour soi-même.

- **Être capable de s'affirmer et de négocier** : Lorsque les partenaires taisent ce qu'ils pensent ou vivent (ex. : peur de déplaire, parce que tout va trop vite, par pudeur ou gêne), certains de leurs besoins et certaines de leurs limites risquent de ne pas être exprimés ou respectés. Lorsque ceux-ci sont exprimés et qu'il y a divergence, la négociation entre les partenaires permet de trouver un terrain d'entente.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Intimité affective**

- *Je pense qu'il n'y a rien de mieux que de faire l'amour avec quelqu'un qui t'aime, en qui tu as confiance et avec qui tu as une complicité.*
- *Mon chum m'a dit : « la première fois qu'on va le faire, je ne veux pas tu aies mal, je ne veux pas te faire mal ». Ça m'a permis de voir qu'il tenait à moi et de partager mes craintes. Ça m'a fait beaucoup de bien.*
- *C'était une nouvelle relation pour moi et pour lui aussi. Il a fallu qu'on se parle et qu'on s'ajuste. Des fois tu aimes ça de telle façon ou tu penses que l'autre aime ça aussi, mais pas nécessairement. Faut se parler.*
- *On a passé la journée à se promener, se parler, rire, se regarder, se toucher, s'embrasser. Je me sens bien avec.*
- *Je sais qu'il veut que je lui fasse une fellation mais je n'en ai pas envie. Je lui ai dit. Il pensait qu'il me dégoutait. Ce n'est pas ça. J'ai juste pas le goût, c'est tout.*
- *Je suis gêné de me dévêtir. J'ai des boutons dans le dos et du poil pis je trouve ça laid. Je veux lui en parler avant de me déshabiller... Ça va être quoi sa réaction?*

La capacité d'intimité sexuelle se manifeste lorsque :

- **les relations sexuelles sont considérées comme témoin de la profondeur de la relation**  
Lorsque les relations sexuelles permettent d'exprimer les sentiments ressentis dans la relation et qu'elles satisfont des besoins affectifs allant au-delà de la « rencontre des organes génitaux ». Lorsque les expériences sexuelles partagées sont satisfaisantes, elles permettent aux partenaires de mieux se connaître et de consolider la relation<sup>clxvi</sup>.
- **les partenaires ont des attentes partagées à l'égard des relations sexuelles**  
Partager ses attentes, limites, besoins, malaises et sentiments à l'égard de tous les aspects des relations sexuelles témoigne de l'atteinte de l'intimité sexuelle.
- **les partenaires sont en mesure d'apprendre de leurs expériences sexuelles passées**

La capacité d'intimité sexuelle se développe de façon progressive, à partir des expériences d'exploration et des apprentissages vécus au cours de l'adolescence.

#### **Divergences entre les attentes et les motivations des partenaires**

Les divergences entre les attentes et les motivations des partenaires par rapport aux relations sexuelles peuvent créer des tensions, des inconforts, des déceptions, voire des conflits.

Les adolescents veulent faire plaisir à leur partenaire, être aimés et appréciés, être valorisés, ne pas être rejetés ou jugés, mais veulent aussi respecter leurs besoins, leurs limites, leurs désirs et leurs envies. Les divergences peuvent donc être variées. Sans que les divergences n'aboutissent nécessairement au conflit, celui-ci peut amener des éléments bénéfiques à un couple<sup>clxvii</sup>. S'il est résolu par l'écoute active et la communication, le conflit peut resserrer les liens qui unissent les partenaires



## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Divergences entre les attentes et les motivations des partenaires**

- *Je ne sais plus quoi faire. J'ai dit à Annabelle que je n'étais pas prête hier et elle continue de m'embrasser et de me caresser dès qu'on se voit. Je vois bien qu'elle veut aller plus loin mais je ne suis pas à l'aise. Je ne veux pas la décevoir.*
- *On était dans sa voiture. Je ne voulais pas que ça se passe de cette façon, dans un stationnement. J'espère vivre ma première relation sexuelle dans un meilleur endroit.*
- *Il voudrait bien que je lui fasse une fellation mais je ne veux pas. J'en n'ai pas envie. Je lui ai dit.*
- *Je veux faire l'amour avec lui, parce que je l'aime. Mais on dirait qu'il veut le faire juste pour dire qu'il l'a fait.*

### *Dynamique relationnelle (interdépendance ou contrôle)*

- Dans une relation basée sur l'**interdépendance affective**, il existe un équilibre entre les manifestations de dépendance et une totale indépendance des partenaires. La relation s'établit dans le respect de la liberté de chacun. Les partenaires se soucient l'un de l'autre, partagent une complicité et une intimité affective, se sentent proches l'un de l'autre, se font confiance et peuvent compter l'un sur l'autre. Dans une relation où chacun se soucie de soi et de l'autre, où personne n'impose ses désirs à l'autre, où il y a de l'espace pour s'exprimer et s'affirmer, il est plus facile de communiquer ses besoins et ses limites de façon mutuelle. Dans ce type de relation basée sur la mutualité, on se sent bien : on se sent accepté, on sait qu'on peut compter sur l'autre et être compris<sup>clxviii</sup>.
- La réciprocité est un aspect central des relations amoureuses<sup>clxix</sup> qui s'exprime notamment par le soutien mutuel et la confiance partagée<sup>clxx</sup>. Lorsque les sentiments sont partagés et réciproques, cela permet de faire évoluer positivement la relation et de faire grandir l'intimité affective.
- À l'inverse, dans une relation où un **contrôle** est exercé (faire preuve de jalousie, être possessif avec l'autre, mettre de la pression, boudier ou faire du chantage si l'autre ne consent pas à une relation sexuelle, refuser d'utiliser un condom, etc.), un des partenaires dispose de peu d'espace pour s'affirmer et faire part de ses besoins et de ses limites. La relation ne s'inscrit pas dans un rapport égalitaire et respectueux.
- Peu importe le contexte relationnel dans lequel les gestes sexuels ont lieu, les partenaires doivent être d'accord et doivent pouvoir consentir librement (sans pression).

## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Dynamique relationnelle**

- *J'ai 14 ans et j'ai un amoureux depuis 7 mois. On s'aime vraiment gros. Je suis sa première blonde et il est mon premier chum. La question d'avoir des relations sexuelles est arrivée et je ne sais pas si je suis prête totalement. J'ai peur d'être trop jeune, c'est trop tôt non? Je sais que mon amoureux me comprendra si je refuse, il est toujours là pour m'écouter<sup>clxxi</sup>.*
- *Je ne me sentais pas vraiment prêt mais elle me disait qu'elle l'était. Je n'ai pas osé le dire. Je ne voulais pas avoir l'air con.*
- *Il m'a dit que si on n'avait pas de relations sexuelles bientôt, il me quitterait.*
- *On est tous les deux d'accord. On s'est parlé et on se sent prêts. On attend juste le bon moment.*
- *Mon chum a déjà eu des relations sexuelles. Moi je ne me sens pas prête. J'ai peur qu'il ne me trouve pas assez « déniaisée » ou qu'il pense que je ne l'aime pas assez.*



## RELATIONS ÉGALITAIRES ET RESPECT DE SOI

### Prise de décision libre et éclairée dans l'expression de sa sexualité

- Une **prise de décision libre et éclairée** est possible grâce à l'intimité affective et sexuelle. Un climat d'ouverture où les adolescents se sentent libres d'exprimer ce qu'ils ressentent, pensent et vivent les aidera à prendre, seuls ou en relation, de meilleures décisions pour eux.
- Ces décisions, libres et éclairées, amèneront les adolescents à **être bien dans leur sexualité**, quelle que soit leur situation ou la nature de leur relation (p. ex. : qu'ils soient en couple ou non, sexuellement actifs ou non).
- Ces prises de décision vont s'appuyer notamment sur des **valeurs personnelles** et sur celles de leur partenaire. Ces valeurs leur permettront de se situer par rapport aux différents enjeux liés aux relations sexuelles : l'engagement, l'amour, la sécurité, le plaisir, le consentement, la liberté, la confiance, la confiance en soi, l'affirmation de soi, la communication, la réciprocité, l'égalité, etc.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Prise de décision dans l'expression de sa sexualité**

- *Je ne savais pas trop comment lui dire que je souhaitais qu'on prenne notre temps, que je voulais la connaître davantage avant qu'on ait des relations sexuelles. Je me sentais « vieux jeu ». Après lui en avoir parlé, on a pris la décision d'attendre. Ça nous a fait du bien à tous les deux.*
- *Après quelques expériences plutôt décevantes, je préfère développer une relation plus intime avec la personne avant de m'engager sexuellement.*

##### **Rappel des composantes du consentement sexuel**

- **Le consentement est essentiel au plaisir mutuel.** Un contact sexuel sans consentement constitue une agression sexuelle.
- Le consentement sexuel est l'accord qu'une personne donne à son partenaire au moment de s'engager dans des comportements sexuels. Chacun a le pouvoir de choisir librement de s'engager ou non dans des comportements sexuels, de choisir les gestes qu'il veut poser et le moment où il se sent à l'aise de le faire, tout en respectant son propre rythme et celui de l'autre.
- Le consentement soulève des enjeux importants pour les adolescents :
  - des adolescents, par désir de plaire, pour faire plaisir, par crainte que l'autre ne le rejette, pour ne pas décevoir un partenaire ou une personne qui leur plaît, posent des gestes sexuels sans en avoir réellement envie;
  - à l'inverse, des adolescents peuvent avoir envie de vivre une relation sexuelle ou de poser des gestes sexuels, mais jugeant que le contexte n'est pas favorable (aisance, sécurité, protection, etc.) choisissent de ne pas consentir à un comportement sexuel, et ce, au risque de déplaire à l'autre.
- **Pour être libre et éclairé, le consentement doit être donné de façon volontaire<sup>clxxii</sup>.** Cela veut dire :
  - qu'il doit être donné à chaque rencontre sexuelle;
  - que le consentement est un processus continu. On peut être d'accord avec un geste sexuel, mais pas avec un autre. Ex. : consentir à embrasser ne signifie pas consentir à une relation sexuelle. Le fait d'avoir consenti à un comportement sexuel n'implique pas une « reconduction tacite » dudit comportement<sup>clxxiii</sup> lors d'une nouvelle rencontre sexuelle;
  - qu'on peut changer d'idée et retirer son consentement à tout moment;
  - qu'il ne peut être donné par une personne qui se trouve dans un état qui la rend incapable de consentir véritablement (non-validité du consentement<sup>clxxiv</sup>).
- **Il revient au partenaire qui prend l'initiative de s'assurer que l'autre personne est consentante.** Il y a différentes façons de s'assurer du consentement :
  - Il peut **être obtenu verbalement**, en posant des questions comme « es-tu d'accord? »;





- Il peut **être évalué par les gestes** du partenaire. Lorsqu'un geste sexuel est initié, le corps et le visage de l'autre expriment leur accord (le corps de l'autre est détendu, l'autre personne m'étreint, m'enlace, se rapproche physiquement de moi, etc.). **En cas de doute sur le consentement de l'autre personne, il faut s'en assurer et lui demander verbalement.**
- Le silence ou l'absence d'un « non » ne doit pas être interprété comme un « oui ».
- Le fait de ne pas résister physiquement ou de demeurer immobile ne constitue pas un consentement sexuel libre et éclairé.
- Lorsque les partenaires ressentent du désir, ont du plaisir à faire ce qu'ils font et qu'ils donnent librement (sans pression) leur consentement, ils peuvent s'engager dans des contacts sexuels tout en sachant qu'ils peuvent changer d'avis à n'importe quel moment et retirer leur consentement.
- Il y a une **distinction entre souhaiter une relation sexuelle ou un comportement sexuel et consentir** à ceux-ci<sup>clxxv</sup> :
  - **Souhaiter, c'est désirer** (ce qui précède une action, un geste), avoir envie de, vivre de l'excitation sexuelle et ses manifestations (ex. : érection, lubrification, corps qui a envie de se rapprocher et qui a envie d'être touché, etc.);
  - **Consentir, c'est accepter, de façon libre et consciente, de donner suite, concrètement** (par une action, un geste) à son désir, car on se sent en sécurité, protégé, respecté, en confiance, etc.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Consentement**

- *On a essayé, mais ça me faisait un peu mal. J'étais gênée, mais je lui ai quand même dit que je préférais arrêter. On a continué à se caresser, à s'embrasser et c'était l'fun comme ça.*
- *Au début, ça me tentait beaucoup, mais après un certain temps, ça me plaisait moins et je n'avais plus le goût de continuer. Je lui ai dit d'arrêter même si j'avais peur de décevoir.*
- *Il y a une semaine j'ai fait comprendre à ma copine mon envie d'avoir une relation sexuelle avec elle. Elle m'a répondu qu'elle n'était pas prête et je me suis frustré, puis j'ai beaucoup insisté. Maintenant, je vois que je n'ai pas eu la meilleure réaction. Je ne comprends pas ce qui m'a poussé à agir ainsi<sup>clxxvi</sup>.*
- *J'ai 14 ans et mon amoureux, 16 ans. Cela fait 5 mois que nous sortons ensemble. Parfois, il me laisse comprendre qu'il voudrait faire l'amour, mais moi je ne suis pas totalement prête! Comment est-ce que je peux faire pour lui faire comprendre que je ne suis pas prête<sup>clxxvii</sup>?*
- *Ma copine veut qu'on fasse le sexe oral, mais moi je ne veux pas. J'en n'ai pas envie. Je lui ai dit.*
- *« C'est sûr que des fois tu n'aimes pas trop ça mais tu le fais quand même. Parce que des fois, si tu as une blonde et elle veut essayer ça et que tu n'es pas trop d'accord, mais tu aimes la fille et tu le fais quand même<sup>clxxviii</sup> ».*
- *« Ce n'est pas parce qu'une personne ne dit pas « non » qu'elle est complètement partante. Tu peux sentir que tu n'as pas été forcé, mais tu peux sentir une forme d'obligation que ça se passe<sup>clxxix</sup> ».*
- *« Une personne peut DIRE qu'elle veut du sexe mais son corps peut DIRE quelque chose de différent<sup>clxxx</sup> ».*
- *Il m'a demandé si je me sentais prête. J'ai dit oui, mais à un moment donné j'ai eu mal et on a arrêté. Il était désolé, mais ce n'était pas sa faute.*
- *J'étais d'accord pour ça, mais quand c'est allé plus loin, je lui ai demandé d'arrêter. On est restés collés et on a continué à se caresser. J'étais plus à l'aise avec ça. C'était bien.*



## Normes différenciées par rapport à l'agir sexuel (pratique du deux poids, deux mesures selon le genre)

### Atteintes à la réputation et double standard (pratique du deux poids, deux mesures selon le genre)

- Les adolescents peuvent être influencés dans leurs relations sexuelles par la peur ou le souci du jugement des autres, plus particulièrement par la peur ou l'atteinte à leur réputation.
- L'atteinte à la réputation est alimentée par le phénomène du « **double standard** » : les mêmes comportements sont jugés différemment selon qu'ils sont manifestés par des adolescents de genre féminin ou masculin, et ce, à cause de stéréotypes ou de normes sociales associés aux genres.
- Le double standard alimente l'inégalité entre les genres, limite les adolescents dans leur possibilité d'exprimer sainement leur désir sexuel et incite les jeunes à stigmatiser leurs pairs dès qu'ils manifestent des comportements sexuels moins « conformistes<sup>clxxxix</sup> ». Des exemples de **double standard** :
  - certaines études démontrent que le niveau de popularité des garçons s'accroît proportionnellement à la quantité de partenaires qu'ils ont alors que la popularité des filles diminuerait si elles avaient le même nombre de partenaires qu'eux<sup>clxxxix</sup>. Certaines jeunes femmes s'abstiennent de parler de leurs activités sexuelles afin d'éviter l'évaluation négative de leur entourage<sup>clxxxix</sup>.
  - cela peut aussi inciter les garçons à adopter des comportements sexuels avec lesquels ils ne sont pas à l'aise : prétendre avoir une vie sexuelle très active, multiplier les partenaires, entreprendre des relations sans engagement, etc. À l'inverse, cela peut amener les filles à ne pas espérer ou à ne pas avoir de sexualité en dehors des relations amoureuses.
- Le **double standard** peut aussi influencer l'interprétation du **consentement sexuel** :
  - dans la culture populaire, les garçons seraient toujours prêts à avoir des relations sexuelles et en auraient toujours envie. Cela laisse supposer, à tort, que les questions de consentement ne les concerneraient pas et que, même s'ils n'ont pas envie de relations sexuelles ou de certains comportements sexuels, ils ne s'autoriseraient pas à les refuser<sup>clxxxix</sup>;
  - les « normes de genre incitent les filles et les femmes à éviter les conflits, à demeurer passives face aux avances sexuelles des garçons et à se soucier davantage des besoins des autres<sup>clxxxv</sup> ». Ces normes peuvent laisser croire, à tort, qu'elles ne pourraient refuser une relation sexuelle ou un comportement sexuel avec lequel elles ne se sentiraient pas à l'aise.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Atteintes à la réputation et double standard**

- « Parce que je pense qu'à 14 ans, certains vont dire qu'ils l'ont fait, mais ce n'est pas nécessairement vrai. C'est plus pour se valoriser, tu as l'air meilleur quand tu as fait l'amour, mais à mon avis, il n'y a pas beaucoup de jeunes de 14 ans qui l'ont fait<sup>clxxxvi</sup> ».
- « Il y a une fille qui a giflé un gars à l'école parce qu'il est allé dire aux autres qu'il avait couché avec et qu'elle était vraiment poche. (...) Si quelqu'un va en parler aux autres, ça va être mal vu et tu vas être rejeté un peu<sup>clxxxvii</sup> ».
- « Il y a les gars qui souvent disent : je vais me pogner cette fille-là et je vais faire ça. Les filles ne vont pas dire ça<sup>clxxxviii</sup> ».

## Responsabilité individuelle et partagée dans l'adoption de comportements sexuels sécuritaires au regard des risques de grossesse non planifiée et d'ITSS)

### Facteurs de risque

Différents facteurs influencent la capacité des adolescents à se protéger dont certains augmentent les risques d'ITSS et de grossesse non planifiée. On fait référence à des facteurs de risque, tels :



### *Normes et pression sociale et des pairs*

- Penser, par exemple, ne pas être à risque d'ITSS, ne pas avoir besoin d'utiliser le condom ou que le partenaire ne veut pas l'utiliser, que la pilule entraîne un gain de poids ou encore que d'avoir des condoms sur soi c'est être perçu comme quelqu'un qui a plusieurs partenaires amènent les adolescents à moins utiliser les moyens de protection et de contraception.

### *Nature de la relation avec le partenaire*

- Ne pas être dans une relation stable, exclusive et égalitaire augmente les risques.
  - La non-exclusivité avec le partenaire, la monogamie sériée (suite de partenaires exclusifs sur une courte période) et la concomitance des partenaires (partenaires s'entrecroisant dans le temps) augmentent aussi les risques.
- Avoir des relations sexuelles occasionnelles (ami avec bénéfices ou avec un ex-amoureux) ou des aventures sans lendemain peut également être plus à risque.

### *Questionnements à l'égard de son orientation sexuelle*

- Certains adolescents se questionnent sur leur orientation sexuelle ou ne sont pas à l'aise avec leur attirance sexuelle. S'ils ont l'occasion d'avoir des relations sexuelles, que ce soit avec des jeunes du même sexe ou non, il est possible que la prévention des ITSS/grossesse ne soit pas au centre de leurs préoccupations. Leur besoin étant davantage de valider leur orientation sexuelle.

### *Difficulté d'accès aux ressources*

- La difficulté d'accès à des moyens de protection comme le condom ou la contraception (ex. : ne pas savoir où s'en procurer) constitue un obstacle à l'adoption de comportements sexuels sécuritaires.

## **ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS**

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Facteurs de risque**

- *J'ai eu une première relation sexuelle avec elle, mais je me sentais tellement mêlée, que j'en ai complètement oublié de me protéger. Je ne comprends pas parce qu'habituellement, avec mon ex, je me protégeais tout le temps.*
- *On est vraiment gênés tous les deux d'aller chercher des condoms.*
- *Mes amies m'ont dit que la pilule fait engraisser. Je ne pense pas que je devrais l'utiliser.*
- *Je ne veux pas avoir de condoms avec moi. On va penser que je suis une fille « facile » ...*
- *Il m'arrive parfois de coucher avec mon « ex ». Comme on se connaît bien, on n'a pas besoin d'utiliser le condom.*

### **Facteurs de protection**

D'autres facteurs influencent la capacité des adolescents à se protéger dont certains diminuent les risques d'ITSS et de grossesse non planifiée. On fait référence à des facteurs de protection, tels:

### *Responsabilité individuelle*

- Chaque personne a une responsabilité dans l'adoption et le maintien de comportements sexuels sécuritaires. La prise de responsabilité est notamment influencée par des perceptions, des croyances et des attitudes personnelles<sup>clxxxix</sup> :
  - se percevoir à risque d'ITSS et de grossesse non planifiée;
  - voir des impacts et des enjeux à une grossesse non planifiée et à une ITSS dans sa vie adolescente;
  - avoir confiance en l'efficacité des moyens de protection et avoir l'intention de les utiliser;
  - penser que ses pairs, ses partenaires et ses parents sont favorables à l'utilisation des moyens de protection;



- croire en ses capacités à utiliser des moyens de protection, et ce, malgré les obstacles possibles (ex. : affirmation de soi et de ses intentions, initier la communication sur le sujet).

### *Volonté d'adopter des comportements sexuels sécuritaires et de les maintenir*

- En présence d'obstacles pour adopter des comportements sexuels sécuritaires, c'est la volonté de les adopter et la capacité à les maintenir qui permettent d'y faire face. La **perception de contrôle et le sentiment d'efficacité** déterminent la capacité à se protéger. Plus on est motivé à adopter un comportement, plus on se sent en contrôle de soi et de la situation, plus il est facile de s'affirmer et de faire face aux imprévus. Ex. :
  - adopter des pratiques sexuelles sécuritaires même si le partenaire ne perçoit pas les risques liés aux ITSS et à la grossesse ou l'importance de s'en protéger;
  - oser aborder le sujet de la protection avec l'autre partenaire;
  - entreprendre des démarches pour se procurer des moyens de protection malgré la gêne;
  - refuser une relation sexuelle non protégée même si on aime la personne;
  - mettre fin à un comportement sexuel à risque même si on est excité;
  - exiger de se protéger même si on sait que l'autre partenaire ne l'apprécie pas.
- La **perception de contrôle** c'est le fait de percevoir un comportement comme facile ou difficile à adopter. Plus précisément, c'est la perception du pouvoir qu'on peut exercer dans des situations qui facilite ou empêche l'adoption de comportements sécuritaires. Cette perception est basée sur les expériences passées et sur les obstacles anticipés<sup>cx</sup>. En d'autres termes, l'adolescent perçoit-il qu'il a du **pouvoir** sur la situation et ses comportements et qu'il sera capable d'agir ?
- Le **sentiment d'efficacité** réfère à la confiance de l'adolescent en ses habiletés à adopter des comportements sécuritaires ou de faire face à différentes situations qui font obstacle. Ce sentiment se fonde sur les ressources de la personne et sur ses expériences antérieures<sup>cxci</sup>. En d'autres termes, l'adolescent a-t-il **confiance** en ses capacités en dépit des obstacles?

### *Responsabilité partagée*

La responsabilité de se protéger des ITSS et de la grossesse non planifiée doit être **partagée** équitablement entre les partenaires, ce qui exige<sup>cxcii</sup> :

- **la reconnaissance de sa responsabilité** : les partenaires doivent être conscients des risques d'ITSS et de grossesse non planifiée, se sentir concernés par l'adoption de comportements sexuels sécuritaires et valoriser la participation et la protection de l'autre partenaire (ex. : signe de responsabilité et de maturité, marque de respect de soi et de l'autre);
- **la communication** : les partenaires doivent aborder le sujet et parler ouvertement des moyens de protection, exprimer en quoi c'est important pour eux, ce qu'ils souhaitent, ce qu'ils peuvent faire de part et d'autre, etc.;
- **la réciprocité** : chaque partenaire doit jouer son rôle et reconnaître que la responsabilité doit être partagée entre eux.

### *Valeurs personnelles*

Les valeurs personnelles influencent l'exercice des responsabilités et l'adoption de comportements sexuels sécuritaires. Ex. :

- le souci de soi : vouloir protéger sa santé et se respecter dans ses motivations à se protéger, à s'affirmer, à s'exprimer sur ce que l'on ressent, etc.;



- le souci de l'autre : vouloir protéger la santé de l'autre, se soucier de lui, reconnaître sa valeur et son intégrité;
- la sécurité : valoriser les moyens pour se protéger étant donné les risques associés aux comportements sexuels;
- l'égalité : considérer qu'il y a deux partenaires impliqués. Ainsi, les partenaires sont égaux devant les responsabilités liées à l'adoption de comportements sexuels sécuritaires;
- la fidélité : considérer que l'exclusivité des partenaires contribue à réduire les risques d'ITSS, (il ne faudrait toutefois pas que la fidélité soit utilisée pour justifier l'absence de protection);
- l'engagement : communiquer, partager les responsabilités, s'investir mutuellement dans le fait de se protéger;
- la liberté : choisir des moyens de protection adaptés, exprimer ses choix, explorer et vivre sa sexualité dans la quiétude et le plaisir lorsqu'elle est protégée, etc.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Facteurs de protection**

- *Il a dit que les condoms ne lui font pas, alors il n'en utilise pas. Sur le coup, j'ai figé. Mais comme c'est important pour moi, je lui ai dit que pour moi, c'est important de me protéger.*
- *Mon partenaire m'a dit qu'il pourrait se retirer avant d'éjaculer pour que je ne devienne pas enceinte. Ça me stressait, je lui ai dit et on a utilisé le condom.*
- *Ma partenaire dit qu'elle déteste le condom. Même si je crains sa réaction, je vais insister pour l'utiliser.*
- *Ma copine était vraiment frustrée après moi hier. J'ai refusé qu'on ait une relation sexuelle parce qu'on n'avait plus de condoms. Même si ça l'a fâché, je sais que j'ai fait la bonne chose pour moi.*
- *Ma partenaire prend la pilule. Je me demande si elle la prend tout le temps. Comment puis-je m'en assurer ? Je vais lui en parler.*
- *J'aimerais prendre la pilule et j'aimerais en parler à ma mère. J'ai peur de sa réaction. J'ai pris rendez-vous avec l'infirmière pour qu'elle me donne des conseils.*
- *On a prévu avoir une relation sexuelle en fin de semaine et on est allés ensemble s'acheter des condoms.*

#### **Barrières (obstacles) aux comportements sexuels sécuritaires**

Pour certaines personnes, l'adoption de comportements sexuels sécuritaires peut être difficile. Le défi est encore plus grand si l'on considère certaines caractéristiques de l'adolescence, telles que le désir de plaire et d'être comme les autres, le sentiment d'invincibilité et le besoin de s'affirmer dans sa sexualité. C'est pourquoi, le fait d'aborder les obstacles aux comportements sexuels sécuritaires et les façons de les surmonter est crucial pour que les adolescents augmentent leur sentiment d'efficacité dans leurs rapports amoureux et sexuels.

*Attitudes défavorables des pairs, du partenaire ou de la famille envers les relations sexuelles et les comportements sécuritaires*

- Le manque de communication sur la sexualité et sur la contraception, de même que les attitudes défavorables du partenaire, des amis ou de la famille à l'égard des relations sexuelles et des comportements sécuritaires peuvent faire obstacle à l'adoption de comportements préventifs<sup>cxci</sup> (ex. : doutes quant à l'efficacité du condom ou à sa facilité d'utilisation, mythes sur de possibles effets secondaires de la pilule, sur le fait que l'on est trop jeune pour avoir des relations sexuelles ou pour utiliser un moyen de contraception).
- Le refus du partenaire d'utiliser le condom<sup>cxci</sup> ou le carré de latex peut nuire à l'adoption de comportements sexuels sécuritaires.



- Certains adolescents croient que leurs pairs ont des comportements sexuels à risque, ce qui augmenterait la probabilité qu'eux-mêmes en aient<sup>cxv</sup>. Cette perception, même si elle est erronée, influencerait davantage les adolescents que la pression des pairs comme telle<sup>cxvi</sup>.

#### *Consommation d'alcool ou d'autres drogues*

- *La consommation d'alcool et de drogues<sup>cxvii</sup> nuit aux comportements sexuels sécuritaires en amplifiant le désir, en diminuant le jugement et en réduisant les inhibitions. De plus, il est à noter que l'intoxication à ces substances invalide le consentement.*

#### *Croyance que le partenaire n'est pas infecté, qu'il est infertile ou que la pilule protège des ITSS*

- Des croyances erronées peuvent aussi faire en sorte que des adolescents n'utilisent pas de moyens de protection ou en font une utilisation inadéquate. Par exemple :
  - conviction que l'un ou l'autre des partenaires n'est pas infecté (ex. : a eu peu de partenaires; n'a pas de symptôme d'ITSS visible; a une bonne hygiène corporelle);
  - penser que l'un ou l'autre des partenaires est infertile;
  - croire qu'un contraceptif hormonal protège des ITSS;
  - croire qu'il n'y a pas de risque possible lorsqu'on se dit amoureux ou fidèles.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Barrières aux comportements sexuels sécuritaires**

- *Je ne sais pas où me procurer des condoms. Puis, je n'ai pas assez d'argent pour en acheter.*
- *Comme c'était imprévu et qu'on avait beaucoup de plaisir, on a oublié le condom...*
- *Ma copine n'est pas encore menstruée. Pas besoin de se protéger, elle ne deviendra pas enceinte.*
- *Des personnes m'ont dit que la pilule, ça fait engraisser. Je ne veux pas la prendre.*
- *J'ai commencé à prendre la pilule, mais je lui ai dit qu'il fallait quand même utiliser un condom pour se protéger des ITSS.*
- *On avait pris de l'alcool. On n'a pas pensé au condom.*
- *Je ne peux pas avoir de condoms chez moi, car j'ai peur que mes parents les trouvent.*
- *Je pense que plusieurs de mes amis ne portent pas toujours le condom, puis en plus, je n'ai jamais entendu parler de cas d'ITSS...*
- *Il m'a dit qu'on n'a pas besoin de se protéger parce qu'on s'aime et qu'on est fidèles. Je ne savais pas quoi répondre.*
- *Ma mère ne veut pas que je prenne la pilule. Elle dit que je suis trop jeune pour avoir des relations sexuelles.*
- *Je suis sûre que je suis infertile : j'ai déjà eu une relation sexuelle non protégée sans devenir enceinte. En plus, ma mère a eu l'aide d'une clinique de fertilité pour m'avoir.*
- *J'ai fait l'amour juste une fois sans protection. C'est impossible d'avoir une ITSS.*
- *Je n'ai rien trouvé d'anormal sur elle : pas de bouton ou de rougeur. Ça m'a donné confiance et je n'ai pas senti le besoin de me protéger.*
- *Je sais que le carré de latex protège des ITSS, mais je trouve ça gênant de le proposer à ma partenaire.*
- *Mes amies me disent que les contraceptifs hormonaux ne sont pas naturels et qu'ils peuvent nuire à ma santé. Je ne sais pas quoi en penser.*



## VIOLENCE DANS LES RELATIONS INTIMES

### Manifestations de la violence en contexte amoureux

À l'adolescence, les jeunes ressentent le besoin de partager leur intimité dans une relation privilégiée avec un partenaire amoureux. Toutefois, plusieurs jeunes vivent des expériences difficiles en lien avec la violence dès leurs premières relations amoureuses<sup>cxviii</sup>.

- La violence en contexte amoureux se définit comme « tout comportement ayant pour effet de nuire au développement de l'autre en compromettant son intégrité physique, psychologique et sexuelle<sup>cxix</sup> ».
- Elle peut semer la confusion chez les partenaires qui la vivent et être difficile à déceler en raison de son caractère contradictoire qui fait s'opposer amour et violence.
- La violence en contexte amoureux peut se produire :
  - entre des partenaires actuels ou ex-partenaires;
  - entre des partenaires de même genre ou sexe ou des partenaires de genre ou sexes différents;
  - dans des relations occasionnelles ou de longue date<sup>cc</sup>;
  - dans la vie réelle ou dans l'espace virtuel.
- Elle peut se produire alors que les partenaires sont seuls, avec d'autres personnes ou dans un endroit public<sup>cci</sup>.

### Signes annonciateurs

- Certains **sentiments** agissent comme des signes annonciateurs de la violence, un peu comme un système d'alarme interne. Il peut arriver que la personne :
  - **ressente un malaise intérieur, ait le sentiment que quelque chose ne va pas;**
  - **se sente contrôlée ou manipulée;**
  - **se sente coupée de l'extérieur** (de ses amis, famille, activités, sorties, etc.).
- Ces signaux ne sont pas toujours évidents à détecter, car une relation amoureuse débute généralement par des sentiments agréables, dont l'amour. La violence peut se manifester de façon subtile.
- Il arrive aussi que ce soit l'entourage qui émette des préoccupations, des réserves ou s'inquiète pour la personne.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Signes annonciateurs**

- *Je me demande si c'est « normal » de se sentir contrôlé quand on est en couple. Mon ami m'a dit que non. Je me sens mêlé.*
- *Avec mon ex, je ne voyais presque plus mes amis. Quand il m'a demandé de choisir entre ma gang ou lui, j'ai su que quelque chose ne tournait pas rond.*
- *Une petite voix intérieure me disait que ce n'était pas correct ce que je vivais. J'étais toujours stressée quand elle était avec moi. J'avais peur de dire ou de faire quelque chose qu'il ne fallait pas. J'ai commencé à me comparer aux autres.*
- *Mes amis trouvaient qu'elle ne me respectait pas. Je leur disais qu'il ne la connaissait pas bien, mais au fond, je me sentais manipulé par elle. J'avais honte de ça, mais je ne savais pas quoi faire.*



## Manifestations de la violence en contexte amoureux

La violence en contexte amoureux peut se manifester par : la violence verbale, la violence psychologique, la violence sexuelle et la violence physique<sup>ccii</sup>.

### Violence verbale

- La violence verbale est généralement considérée comme **faisant partie de la violence psychologique**. Elle inclut les menaces, les insultes et l'humiliation<sup>cciii</sup>. Concrètement, elle peut se manifester par des sarcasmes, des cris, des propos humiliants, du chantage, des menaces ou des ordres donnés brutalement à l'endroit du partenaire. L'intimidation verbale crée l'insécurité ou la peur<sup>cciv</sup> qui empêche le partenaire qui la subit de se soustraire de cette situation.

### Violence psychologique

- Cette forme de violence porte atteinte à l'estime de soi et à la confiance en soi<sup>ccv</sup> et est **plus difficilement décelable**<sup>ccvi</sup> puisqu'elle peut être exercée de manière subtile. Cette forme de violence est **le plus souvent subie par les adolescents**, sans égard au genre<sup>ccvii</sup>.
- Elle précède souvent ou s'additionne à d'autres formes de violence en contexte amoureux<sup>ccviii</sup>.
- Elle se traduit par des comportements « de menace, de dénigrement, de tromperies, de contrôle ayant pour effet de déstabiliser l'autre et de compromettre son bien-être<sup>ccix</sup> ».
- La violence psychologique peut se manifester par la **présence d'un comportement** (ex. : bouder, mentir, faire du chantage, empêcher de voir une personne, menacer, dénigrer), mais aussi par l'**absence d'un comportement** (ex. : ignorer son partenaire)<sup>ccx</sup>.
- Des exemples de violence psychologique en contexte amoureux :
  - isoler le partenaire en l'empêchant de fréquenter certaines personnes, en limitant ses déplacements, en le suivant pour savoir où et avec qui il se trouve;
  - vouloir susciter un sentiment de jalousie en tentant de séduire une autre personne devant le ou la partenaire;
  - faire sentir le partenaire coupable ou inadéquat;
  - obliger l'autre à faire ce qu'il veut (contrôle);
  - critiquer l'apparence physique du partenaire<sup>ccxi</sup>.
- **Les comportements de jalousie et de possessivité en contexte amoureux ne constituent pas des « preuves d'amour » et sont des formes de violence.**
- La personne qui subit ce type de violence est confrontée au caractère parfois imprévisible du partenaire et en vient à craindre ses réactions (ex. : ne pas savoir ce qui va fâcher l'autre). Elle en vient à penser qu'elle doit changer ou qu'elle est responsable des réactions de l'autre.
- **La violence psychologique exercée dans l'espace virtuel** : peut se manifester par le fait de contrôler, de harceler, de traquer un partenaire ou d'abuser de lui par le biais des technologies ou des médias sociaux<sup>ccxii</sup>. Il peut s'agir d'« envoyer des messages multiples à son partenaire de façon à ce qu'il ne se sente plus en sécurité, menacer de le blesser physiquement, publier des messages, des photos ou des vidéos dénigrants à propos de son partenaire sur un réseau social<sup>ccxiii</sup>, » de contrôler les conversations électroniques du partenaire<sup>ccxiv</sup>, d'utiliser le compte de son partenaire sur un réseau social sans avoir obtenu sa permission<sup>ccxv</sup> ou de le géolocaliser afin de pouvoir le suivre en tout temps.
  - **En contexte de rupture**, les technologies peuvent aussi être utilisées pour harceler l'ex-partenaire : appels téléphoniques répétitifs, envois répétitifs de courriels ou de textos, géolocalisation,<sup>ccxvi</sup> etc.





## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.

### Manifestations de la violence

#### Violence verbale et violence psychologique

- *Il me dit toujours que je suis belle, mais pas si intelligente. Il dit que c'est juste pour rire, mais je commence à trouver ça dur de me faire dire ça.*
- *« Ça a duré près d'un an et demi, ma blonde me rabaissait tout le temps et disait que je ne faisais rien pour elle quand tout le monde me disait que j'étais son esclave. Bref, j'étais de la merde, mais je n'étais pas capable de la laisser<sup>ccxvii</sup> ».*
- *Philippe a décidé de ne plus parler à sa meilleure amie au téléphone. Il évite ainsi les crises de jalousie de sa blonde<sup>ccxviii</sup>.*
- *Il me disait : « C'est laid comment t'es... va te peigner, maquille-toi, t'as l'air de quoi?<sup>ccxix</sup> ».*
- *« Il allait voir une de mes chums de filles, pis il l'embrassait, pis il passait la veillée avec... À la fin du party, ils étaient dans mon lit, en train de faire de quoi<sup>ccxx</sup> ».*
- *Quand j'ai voulu quitter mon ex, elle m'a annoncé qu'elle était enceinte. Ce n'était pas vrai. Elle avait dit ça pour que je reste avec elle.*
- *Il m'a dit : « Depuis que ton père est mort, t'es une folle. Il me disait toujours ça<sup>ccxxi</sup> ».*
- *Depuis près d'un mois, à chaque fois qu'on est ensemble, mon chum crie après moi parce qu'il me soupçonne de « flirter » d'autres gars que lui alors que ça n'est jamais arrivé.*
- *Ma blonde me donne toujours des ordres quand on est ensemble et elle se fâche quand je ne fais pas ce qu'elle veut.*
- *Depuis qu'on est ensemble, elle me critique sur mon poids. Hier, elle m'a dit : « Si ça continue, je vais avoir honte de toi ». Je l'aime, mais ça me blesse.*
- *« C'est comme si j'avais pas le droit de rien faire sans lui, il venait me faire des surprises à l'école. La fin de semaine, il venait tout le temps chez mes amis<sup>ccxxii</sup>. Je me sentais comme surveillée.*
- *Je jaisais avec une amie quand elle est arrivée. Furieuse, elle m'a engueulée parce que je lui parlais. Elle a toujours peur que je m'intéresse à une autre fille qu'elle.*
- *Il m'envoie des textos aux 5 minutes pour savoir ce que je fais. Ça m'énerve.*
- *Quand j'ai un téléphone, il veut toujours savoir c'est qui et qu'est-ce que cette personne voulait.*

#### Violence sexuelle

- En contexte amoureux, la violence sexuelle désigne « toute forme de pression exercée [...] envers son partenaire pour qu'il adopte les comportements sexuels non désirés<sup>ccxxiii</sup>, [avec ou sans pénétration] ou pour ne pas utiliser de méthodes contraceptives ou de protection contre les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)<sup>ccxxiv</sup> ».
- Le principal critère de la violence sexuelle étant **l'absence d'un consentement sexuel libre et éclairé**.
- Des exemples de manifestations de violence sexuelle en contexte amoureux :
  - mettre de la pression ou harceler l'autre afin qu'il s'engage dans un comportement sexuel<sup>ccxxv</sup>;
  - initier ou poursuivre un comportement sexuel malgré un refus ou en l'absence de consentement de l'autre;
  - menacer de rompre dans le but de blesser ou de contrôler l'autre;
  - tenter de causer du tort à l'autre (dévoiler un secret intime ou partager des messages ou images à caractère sexuel sans le consentement de l'autre);
  - menacer de dévoiler l'orientation sexuelle ou l'identité de genre du partenaire contre son gré (menace de « outing »);
  - faire du chantage sexuel<sup>ccxxvi</sup>;
  - blesser intentionnellement l'autre (physiquement ou psychologiquement) lors de comportements sexuels<sup>ccxxvii</sup>;



- avoir des attitudes insultantes, hostiles et dégradantes<sup>ccxxviii</sup> à l'endroit du partenaire tels : commentaires, blagues, gestes, regards ou touchers à caractère sexuel, ou à propos de l'identité, de l'orientation sexuelle ou de l'apparence physique<sup>ccxxix</sup>.
- La violence sexuelle en contexte amoureux est **souvent banalisée, donc moins dénoncée**. Certains jeunes croient, à tort, que la violence sexuelle doit, pour être considérée comme telle, comprendre de la force physique ou encore une pénétration<sup>ccxxx</sup>.
- **La violence sexuelle exercée dans l'espace virtuel** : peut se manifester par la « transmission de messages à connotation sexuelle, [de] photos nues ou à caractère sexuel à son partenaire contre son gré [ou encore] faire des pressions ou le menacer pour qu'il envoie une photo nue ou à caractère sexuel<sup>ccxxxi</sup> ».
  - En contexte de rupture, les technologies peuvent aussi être utilisées pour faire de la violence sexuelle envers l'ex-partenaire, notamment en menaçant ou en publiant des photos ou des vidéos à caractère intime<sup>ccxxxii</sup> (pornographie de vengeance ou *revenge porn*).

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Manifestations de la violence**

##### *Violence sexuelle*

- *Il dit que je l'ai excité toute la soirée. C'est normal qu'il s'attende à avoir une relation sexuelle.*
- *Lorsque j'étais en relation, mon amoureux me touchait sexuellement et il m'obligeait à le toucher devant d'autres personnes. Lorsque je lui disais d'arrêter, il riait et continuait. J'étais fâchée et j'avais un peu peur<sup>ccxxxiii</sup>.*
- *Il me disait : « Si j'ai envie de baiser, ben je baise là. Pis si t'es pas contente on s'en fout. Tu fermes ta gueule »<sup>ccxxxiv</sup>.*
- *« Si tu veux me garder, il faut que tu couches avec moi »<sup>ccxxxv</sup>.*
- *Il m'a forcé à coucher avec lui. Après, il ne voulait pas me laisser partir. Il disait qu'il fallait que je passe la nuit avec lui. Après ça, j'étais encore obligée de coucher avec lui<sup>ccxxxvi</sup>.*
- *Lorsque j'étais avec mon chum, il insistait toujours pour ne pas mettre de condom, en me disant qu'il connaissait plein de filles que ça ne dérangeait pas.*
- *L'autre jour, il a commencé des choses avec moi, même si je ne lui avais pas dit oui et il a continué. Je me sens mal depuis.*
- *« Certaines fois, je pouvais me sentir brusquée (un peu intimidée) parce qu'il voulait le faire et je me sentais mal de dire non... »<sup>ccxxxvii</sup>*
- *« J'étais seul dans la chambre et elle a commencé à me toucher et je ne voulais pas. Elle a continué comme si j'étais juste un objet sexuel. J'ai dit NON! Elle m'a violé »<sup>ccxxxviii</sup>.*
- *Elle m'a poussée sur le lit en me disant : « tu m'as dit qu'on allait le faire. » Je me suis sentie obligée de coucher avec elle.*
- *Il me menace de dire à tous les autres que je suis gai si je le quitte*

##### *Violence physique*

- Cette forme de violence est la plus connue : elle peut laisser des traces visibles sur le corps de la personne qui en est victime, mais ce n'est pas toujours le cas. Elle est rarement isolée, souvent accompagnée d'une autre forme de violence.
- En contexte amoureux, elle consiste en une utilisation intentionnelle de la force physique envers le partenaire et peut potentiellement engendrer des blessures, de la douleur, une invalidité, voire la mort<sup>ccxxxix</sup>.
- Des exemples de violence physique en contexte amoureux : frapper, gifler, serrer, pousser, mordre, brûler, secouer, menacer avec une arme<sup>ccxli</sup>, retenir de force, etc. La violence physique peut aussi être indirecte lorsqu'elle est dirigée vers un objet ou un animal dans le but de faire peur à l'autre.



La violence en contexte amoureux se manifeste par des formes variées de contrôle à l'endroit du partenaire et chacune d'elles est inacceptable.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Manifestations de la violence**

###### *Violence physique*

- *Je donne une claque à mon chum, alors c'est normal d'en recevoir une moi aussi<sup>ccxli</sup>.*
- *Ma pire expérience a été de me chicaner rudement avec mon copain, qu'il crie après moi. Le lendemain, je me suis réveillée avec un « black-eye »<sup>ccxlii</sup>.*
- *Pendant une chicane, elle m'a mordu à l'avant-bras puis m'a donné un coup de poing dans le ventre.*
- *Il m'a pogné et m'a « pitché » dans la case. J'ai reçu deux cadenas dans le dos<sup>ccxliii</sup>.*
- *Il me donnait des coups de pieds, des coups de poing... claque sur la gueule, claque en arrière de la tête<sup>ccxliv</sup>.*
- *« Il m'a pris par les bras, il m'a accotée dans le mur, pis il m'a dit : Tu restes ici<sup>ccxlv</sup> ».*

##### **Mutualité de la violence**

- La mutualité de la violence en contexte amoureux est présente lorsque des partenaires subissent et commettent, tour à tour, de la violence au sein de leur relation amoureuse.
- Une étude québécoise rapporte que la violence mutuelle en contexte amoureux chez les jeunes a augmenté, et ce, peu importe le genre et la forme de violence (psychologique, physique ou sexuelle)<sup>ccxlvi</sup>.
- La mutualité de la violence peut être lourde de conséquences et entraîner une escalade des comportements. Les adolescents qui vivent de la violence mutuelle en contexte amoureux présenteraient plus de détresse psychologique et rapporteraient davantage de blessures ou de douleurs physiques suivant un conflit avec leur partenaire<sup>ccxlvii</sup>.
- La violence mutuelle **ne peut être perçue comme un moyen ou une solution pour mettre fin à la violence** en contexte amoureux. Au contraire, elle témoigne d'une difficulté, chez les deux partenaires, à utiliser des stratégies efficaces de gestion des conflits (p. ex. : miser sur la communication positive et constructive entre les partenaires)<sup>ccxlviii</sup>, en plus de compromettre, de part et d'autre, leur intégrité physique, psychologique ou sexuelle.
- **La mutualité de la violence peut être un obstacle à la recherche d'aide : la responsabilité des gestes de violence étant alors « partagée », certains pourraient croire qu'ils ne peuvent recevoir de l'aide. Pour mettre fin à la violence mutuelle, il est bénéfique d'aller chercher rapidement de l'aide pour soi-même et pour l'autre.**
- Il est important de ne pas confondre la mutualité de la violence avec l'usage d'une force raisonnable employée par la personne victime pour se défendre ou se protéger (p. ex. : autodéfense).

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Mutualité de la violence**

- *Quand il me criait des injures, c'est sûr que je répliquais moi aussi et que je lui en disais.*
- *Moi aussi, je m'en venais possessive et jalouse, car je savais qu'il m'avait déjà trompée. Je ne me reconnaissais plus.*
- *Il m'a refait une jambette. Je me suis relevée et je lui ai sacré un coup de poing. Vers la fin de notre relation, c'était rendu que je frappais dessus moi aussi.*
- *C'est sûr qu'à un moment donné, à force de vivre de la violence, tu deviens violente toi aussi. Ça arrivait que je le rabaisse pour lui faire mal moi aussi.*



- *On finissait toujours par se battre. Il m'arrachait des cheveux, puis moi je le mordais.*
- *Il m'insulte souvent devant ses amis ou il raconte nos histoires intimes. Quand il me fait ça, je le boude parfois pendant des jours et je m'amuse même à flirter avec d'autres devant lui. Ça lui apprendra.*

## **Personnes concernées**

### *Personnes victimes*

- Les adolescents peuvent être victimes de violence en contexte amoureux, et ce, sans égard : à l'âge, au sexe, au genre, à l'orientation sexuelle, à l'origine ethnoculturelle, au type de relation (occasionnelle, de longue date, entre ex-partenaires), au contexte (dans la vie réelle ou dans l'espace virtuel), au milieu familial, au milieu socio-économique, au profil individuel (ex. : apparence, force de caractère), etc.
- Une enquête québécoise rapporte que c'est un peu plus d'un élève sur trois, au secondaire, qui a subi au moins une forme de violence (psychologique, physique ou sexuelle) de la part de son partenaire au cours de la dernière année<sup>ccxlix</sup>.

### *Personnes qui exercent de la violence*

- La personne qui exerce de la violence utilise des moyens inacceptables pour gérer certaines émotions ou des situations. Elle doit apprendre de nouvelles stratégies pour reconnaître et gérer ses émotions, pour résoudre des conflits, pour communiquer de façon positive et constructive, pour respecter les autres, etc.
- La personne qui exerce de la violence est la seule responsable de ses comportements. Elle a toutefois besoin d'aide pour prévenir ou faire cesser la violence.

### *Personnes qui sont témoins*

- Un adolescent peut être le confident d'un ami qui subit ou exerce de la violence en contexte amoureux. Cette confiance peut être lourde à porter pour un adolescent. Il est donc recommandé d'en parler rapidement à un adulte en qui il a confiance (adulte significatif) pour trouver de l'aide, et ce, même s'il y a eu promesse de conserver le secret.
- Les adolescents peuvent aussi être témoins de cette violence. Ils peuvent intervenir pour la faire cesser en exprimant leur désapprobation (prendre position) et par la recherche d'aide (dénonciation).
- Ainsi, si un ami nous a confié qu'il subissait ou exerçait de la violence en contexte amoureux, il est nécessaire de l'encourager à rechercher de l'aide et de dénoncer la situation auprès d'un adulte significatif.

## **Moyens d'agir pour prévenir ou faire cesser la violence en contexte amoureux**

### **Recherche de solutions pour prévenir ou faire cesser la violence en contexte amoureux**

- Chacun peut agir pour prévenir ou dénoncer une situation de violence en contexte amoureux, que ce soit pour soi-même ou pour quelqu'un d'autre. Les jeunes doivent :
  - comprendre que la violence en contexte amoureux, peu importe la forme, est inacceptable;
  - dénoncer toute situation de violence en contexte amoureux qu'ils subissent ou dont ils sont témoins;



- savoir vers qui se tourner pour aller chercher de l'aide, pour eux-mêmes ou pour un ami : un adulte en qui ils ont confiance (ex. : parent, membre du personnel scolaire, professionnel, intervenant).

## Pouvoir d'action

### Écouter et faire confiance à ses intuitions

- C'est se permettre d'écouter sa « petite voix intérieure » en se posant à soi-même des questions du genre :
  - *est-ce que je ressens un malaise ou un inconfort face à la situation?*
  - *ai-je le sentiment que quelque chose ne va pas?*
  - *ai-je l'impression qu'il y a présence de contrôle ou de manipulation?*
- Écouter et faire confiance à ses intuitions n'est pas toujours chose facile, car cela implique de reconnaître que la relation nous cause du tort. Face à cette réalité, il est possible de vivre différentes émotions (ex. : être déçu, être dans le déni, banaliser, douter, avoir peur, avoir honte, craindre le jugement des autres, ressentir de la culpabilité). Ces émotions peuvent nous éloigner de nos intuitions, nous amener à nous isoler et à ne pas demander de l'aide.
- En cas de doute sur ses intuitions, se rappeler :
  - que les manifestations de violence peuvent être subtiles;
  - que rien ne justifie la violence en contexte amoureux;
  - que la responsabilité revient à la personne qui commet la violence;
  - qu'il est important d'en parler avec une personne en qui l'on a confiance pour obtenir de l'aide.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### Écouter et faire confiance à ses intuitions

- *Nous sommes sortis ensemble quelques fois, mais je n'aimais pas son attitude contrôlante. J'ai fini par lui dire que je n'étais pas intéressée.*
- *Elle était très pressée de m'embrasser. Je veux mieux la connaître avant de m'engager. J'aime mieux prendre mon temps.*
- *Avant, je voulais aller trop vite, comme si j'avais peur qu'il parte. Maintenant, je me dis : « S'il reste, c'est parce qu'il tient à moi<sup>cc1</sup> ».*
- *Je fais de moins en moins confiance à mon chum. Il me fait peur parfois. Est-ce une raison pour le laisser?*
- *C'est vraiment ma mère qui m'a aidée. Elle me disait que je devais faire quelque chose, que je n'allais pas bien, qu'elle ne me reconnaissait plus. J'ai finalement décidé de le laisser.*

### Se donner du temps avant de s'engager dans une relation

- Avant de s'engager dans une relation, il est bénéfique d'avoir réfléchi aux valeurs (p. ex. : l'amour, la confiance, la sécurité, la liberté, l'harmonie, le plaisir, le respect), aux besoins et aux limites qu'on souhaite respecter.
- Il peut être aidant d'avoir réfléchi aux motivations intrinsèques (désir, amour, plaisir, partage, intimité, etc.) et extrinsèques (faire comme les autres, ne pas être seul, avoir une reconnaissance, etc.) à s'engager dans une relation amoureuse. Les motivations intrinsèques sont le plus souvent en cohérence avec le réel désir de la personne.
- Lorsqu'on débute une relation amoureuse, il est important d'apprendre à se connaître l'un et l'autre, de développer une communication, de prendre le temps d'observer et d'évaluer la relation naissante :



- *Qu'est-ce qui est important pour moi/l'autre dans une relation amoureuse? Qu'est-ce que je/l'autre recherche (besoins/attentes) dans cette relation? Quelles sont les raisons qui font que j'aime cette personne?*
- *Qu'est-ce que l'engagement amoureux signifie pour moi? Cette relation respecte-t-elle mes valeurs? Est-ce que ma représentation de l'engagement amoureux correspond à ce que je vis dans cette relation? Est-ce que cette perception est partagée par mon ou ma partenaire?*
- *Quelle est la place que je/l'autre souhaite accorder aux autres relations (p. ex. : familiales, amicales), parallèlement à ma relation amoureuse? Qu'en est-il réellement et quelle est la vision de mon ou de ma partenaire à ce sujet? Est-ce que tout tourne autour de ma relation amoureuse?*
- Être en relation amoureuse ne veut pas dire qu'il faille toujours être d'accord avec l'autre. Des différends et des conflits peuvent survenir. Savoir comment les gérer, sans violence, en plus de partager des valeurs communes et de viser un équilibre entre les différentes relations (p. ex. : un équilibre entre la famille, les amis et le partenaire amoureux) favoriseront un développement harmonieux de la relation.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Se donner du temps avant de s'engager**

- *Je fréquente quelqu'un depuis près de deux semaines, il a du potentiel, mais souvent, son attitude est désagréable avec moi. Je reçois de la pression de sa part pour qu'on soit officiellement ensemble, mais moi, je suis sur « les breaks », car je crains que cette relation soit « mal partie ».*
- *Hier, je suis allé au resto avec une fille que j'apprends à connaître et qui me plaît de plus en plus, mais elle est hyper jalouse. Elle me l'a avoué. Je lui ai dit que je la trouvais belle, intelligente, drôle, mais que je veux aussi une relation basée sur la confiance. Je pense que c'est important de se dire les vraies choses dès le début.*
- *Je viens de me mettre en couple sur une application en ligne avec un gars avec qui je texte souvent. Il habite à trois heures de chez moi et on ne s'est vus qu'une fois. Il veut que je lui envoie des photos sexy de moi. Il m'en parle tout le temps. C'est mon premier chum. Je me demande si c'est vraiment ça, être amoureux?*
- *Depuis que je suis dans cette relation, je ne vois plus beaucoup mes amis et ma famille. Plusieurs d'entre eux me l'ont fait remarquer. Ça me fait réaliser qu'ils me manquent aussi. J'en ai parlé avec mon amoureux et il m'a dit que c'est normal d'être tout le temps ensemble quand on s'aime vraiment. Je ne sais pas trop quoi en penser...*

#### *Envisager la fin de la relation*

- Envisager la fin d'une relation amoureuse n'est pas toujours facile, mais peut s'avérer être une option lorsqu'il y a présence de violence, car celle-ci est inacceptable.
- Pourtant, certains jeunes tolèrent la violence pour ne pas briser leur couple ou encore parce qu'ils n'ont pas conscience qu'ils vivent de la violence<sup>ccli</sup>. Le stress engendré par le risque d'une rupture, combiné à des attentes irréalistes au sujet des relations amoureuses, peut amener certains adolescents « à vouloir préserver à tout prix leur relation<sup>ccli</sup> ». Essentiellement, la relation amoureuse devrait permettre aux deux partenaires de se sentir bien et en sécurité ensemble. Si la relation ne repose pas sur des valeurs communes telles le respect, la liberté, l'égalité, la réciprocité, la mutualité et le souci de soi et de l'autre, la rupture doit être envisagée.
  - Se poser la question : « Si c'était mon ami, ma sœur ou mon frère qui vivait cette situation, qu'est-ce que je lui dirais? Qu'est-ce que je souhaiterais pour cette personne? »



## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Envisager la fin de la relation**

- *Mon partenaire n'est pas gentil avec moi. Il critique mon physique même devant mes amies. Je pense le quitter, mais j'ai peur. Je l'aime malgré tout. Ça ne me tente pas d'être en chicane avec et je n'ai pas envie de me retrouver seule. Je serais la seule de ma gang à ne pas avoir de partenaire.*
- *Depuis que je suis avec elle, je ne vois plus mes amies. Elle est hyper jalouse. Elle veut tout le temps qu'on soit ensemble. Je voudrais la laisser, mais je me dis qu'elle va peut-être changer. Je ne sais pas quoi faire.*

### *Mettre fin à la relation*

- Mettre fin à la relation demande du courage, mais doit être envisagé lorsqu'il y a de la violence. La décision peut être prise par la personne qui subit la violence, par celle qui l'exerce ou par les deux partenaires (décision mutuelle). Dans tous les cas, choisir de rompre constitue un geste concret pour mettre fin à une relation qui ne se développe pas harmonieusement.
- Lorsque la violence constitue le motif de la rupture, il est souhaité que les personnes concernées aillent chercher de l'aide :
  - « En parler et chercher du soutien est une force, car c'est un premier pas vers la résilience. Le mot résilience désigne la capacité d'une personne à surmonter une difficulté majeure en faisant appel à ses forces personnelles et au soutien de son entourage<sup>ccliii</sup>».
- Certains jeunes hésitent à rompre de peur de représailles du partenaire. Lorsque la décision n'est pas mutuelle et que la personne qui souhaite rompre craint pour sa propre sécurité ou celle de l'autre (ex. : menace de suicide du partenaire), il s'avère nécessaire de demander de l'aide à un adulte significatif ou aux autorités concernées.
- La rupture peut soulever un amalgame d'émotions. Pour certains, la rupture sera perçue comme une libération, alors que pour d'autres, elle pourra être accompagnée d'un sentiment d'échec, de déception, de tristesse, de honte, de culpabilité, etc. La rupture peut être une occasion de réfléchir à ce que l'on a appris sur soi et sur ce que l'on souhaite vivre dans une relation future. L'accompagnement et le soutien d'un adulte significatif en ce sens, peuvent s'avérer une démarche intéressante, autant pour la personne qui a subi de la violence que pour celle qui l'a exercée.
- La rupture peut aussi représenter une perte importante pour un adolescent. Lorsque la douleur est grande, il ne doit pas hésiter à en parler et à chercher de l'aide auprès de personnes significatives de son entourage (un ami, un parent, un membre du personnel scolaire, un intervenant, un professionnel, etc.).

## ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

### **Mettre fin à la relation**

- *Je n'en pouvais plus de me faire surveiller tout le temps. Je lui ai annoncé hier que je cassais. Il l'a mal pris et j'ai eu de la peine de le voir comme ça. Aujourd'hui, j'ai le goût de le rappeler, mais je me retiens pour ne pas le faire.*
- *Je n'arrive plus à contrôler ma colère. Je ne veux pas être violent, mais des fois c'est plus fort que moi pis je pète ma coche. Je pense que ce serait mieux qu'on se laisse.*
- *Je suis allé voir l'intervenante de l'école pour lui dire que je n'en pouvais plus avec mon chum. Grâce à son aide et à ses conseils, j'ai fini par le quitter.*
- *Je voulais casser avec elle, mais elle me disait qu'elle allait se suicider si je le faisais. J'avais peur pour elle et pour ce qui allait se passer<sup>ccliv</sup>. J'ai demandé de l'aide de l'intervenante de mon école.*



- *Je suis tanné de sa jalousie et de ses menaces. Je voulais lui dire, mais j'avais peur de sa réaction. J'ai demandé à mon meilleur ami de se tenir pas loin quand je le lui disais. Je pense que ça l'a aidée, parce qu'elle ne s'est pas énervée.*
- *J'ai parlé à l'intervenant de l'école de ma rupture. Je me sens triste. Ça fait du bien de parler à quelqu'un qui comprend ma peine, même si je sais que cette relation ne menait nulle part.*
- *Je venais de me faire laisser et je me sentais tout croche. Je ne pensais pas être capable de m'en remettre, mais, un soir, j'ai accepté l'invitation de mon cousin. J'ai bien fait. Il a réussi à me faire rire.*

## Soutien social

### Chercher de l'aide auprès de personnes significatives

- Que l'on vive une situation de violence en contexte amoureux ou que l'on en soit témoin, il est important de pouvoir en parler à quelqu'un, d'aller chercher de l'aide et du soutien. **Peu importe sa situation (être la personne victime, qui exerce ou qui est témoin de violence), la recherche d'aide auprès de personnes significatives**, idéalement un adulte, **constitue un élément phare dans la prévention de la violence en contexte amoureux.**
- La prévention de la violence en contexte amoureux doit aussi **permettre aux personnes qui posent des gestes de violence d'obtenir de l'aide**, pour reconnaître la violence et adopter des comportements adéquats.

### Être le confident d'un ami

- Lorsqu'un ami se confie sur la violence subie ou exercée en contexte amoureux, savoir comment réagir et soutenir cette personne peut faire toute la différence. Il s'agit principalement d'être à l'écoute et de l'encourager à rechercher de l'aide auprès d'un adulte significatif ou auprès des autorités concernées (ex. : DPJ, services policiers) qui assureront un soutien et suivi selon la situation.
- Lorsqu'on a un doute sur la situation d'un ami qui pourrait subir de la violence ou en être l'auteur, il est suggéré d'aborder le sujet directement avec lui. Si l'ami confirme ou s'il ne souhaite pas en discuter et que votre doute persiste, il est préférable d'en parler avec un adulte significatif qui pourra lui venir en aide.
- Il est préférable de ne pas promettre de garder la confiance « secrète », si telle était la demande de cet ami. Toutefois, ne pas promettre de garder le secret ne veut pas dire de partager la confiance avec d'autres amis. Le partage de la confiance devrait se faire uniquement à un adulte significatif qui pourra assurer le soutien et le suivi nécessaires pour préserver le bien-être, l'intégrité et la sécurité de toutes les personnes concernées.
- **Concrètement, aider un ami qui se confie à soi c'est :**
  - être présent, en lui disant qu'il a bien fait de se confier à nous;
  - être à l'écoute (le laisser parler) et faire preuve d'empathie;
  - croire ce qu'il dit, sans jugement;
  - s'opposer aux comportements de violence sans toutefois parler en mal de la personne qui a commis ces gestes;
  - l'aider à reconnaître la violence subie, exercée ou dont il est témoin;
  - l'encourager à rechercher de l'aide auprès d'un adulte significatif;
  - dénoncer la situation à un adulte significatif.

### Dénoncer une situation de violence

- Le fait de **dénoncer une situation de violence peut la faire cesser et permet qu'une aide pour soi-même ou pour quelqu'un d'autre soit reçue.**





- Il peut arriver que l'on ait posé un geste inadéquat envers un partenaire amoureux et que l'on réalise le caractère inacceptable de ce geste. Le fait de le reconnaître et d'aller chercher de l'aide est un bon réflexe pour éviter que la situation se reproduise.
- Lorsqu'une personne vit ou est témoin d'une situation de violence en contexte amoureux, il est important qu'elle dénonce la situation à un adulte en qui elle a confiance. Ce dernier pourra, à son tour, agir en assurant le soutien et le suivi nécessaires aux personnes concernées.
- Un témoin actif, c'est une personne qui a observé ou entendu un comportement inacceptable et qui est intervenue pour changer le cours des événements. Être un témoin actif, c'est faire partie de la solution. Il peut s'agir de :
  - **prendre position** : manifester son désaccord avec les agissements de la personne qui commet de la violence, sans toutefois compromettre sa propre sécurité. Deux fois sur trois, les situations de violence cessent en moins de dix secondes lorsqu'un pair intervient directement<sup>cclv</sup>;
  - **dénoncer** : chercher de l'aide en signalant la situation à un adulte en qui l'on a confiance à l'intérieur de l'école, à l'extérieur de l'école ou aux autorités concernées.
    - Signaler à un adulte n'est pas « stoler ». « Stoler », c'est dénoncer quelqu'un pour lui faire du tort, alors que dénoncer la violence, **c'est l'aider**<sup>cclvi</sup>.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Recherche de solutions pour prévenir ou faire cesser la violence en contexte amoureux**

- *Je n'aime pas ça quand mon ami ridiculise sa partenaire devant tout le monde. Mais qu'est-ce que je peux faire? Elle dit qu'elle l'aime et que ce n'est pas grave.*
- *Je ne parle plus à mon ami, car son amoureux est jaloux et n'aime pas qu'il y ait des filles autour de lui. Ça ne peut pas être comme ça dans une relation amoureuse, il me semble?*
- *Je me demandais si c'est moi qui avais un problème ou si c'était lui. Quand j'ai commencé à en parler, mes amis m'ont dit que c'était lui<sup>cclvii</sup>.*
- *Je demandais à mes amies si leur chum leur faisait ça. Elles me disaient : non, c'est pas correct de faire ça. Je pense que c'est peut-être ça qui m'a fait réaliser que ce n'était pas normal, que je souffrais<sup>cclviii</sup>.*
- *J'avais averti un de mes profs qui en a parlé au directeur. J'ai vu le directeur qui a ensuite rencontré mon ex. J'avais amené des témoins dont ma chum de fille. Il s'est fait mettre dehors de l'école<sup>cclix</sup>.*
- *J'avais parlé de ça avec l'infirmière de mon école... Ensuite, j'ai commencé à voir une travailleuse sociale parce que je n'allais plus à l'école, j'avais peur qu'il vienne à mon école<sup>cclx</sup>.*
- *Ma chum de fille m'a ouvert les yeux. Elle m'a dit : « Ça ne peut plus continuer. Ton chum est violent avec toi et il te trompe. Vas-tu endurer ça toute ta vie? T'aimerais pas mieux être avec un gars qui est gentil avec toi »? Je me suis dit qu'elle avait raison, que j'étais mieux d'arrêter ça là<sup>cclxi</sup>.*
- *Mes parents s'en sont mêlés. Il m'avait poussé dans le mur pis j'ai gueulé. Là, mon père est descendu et il l'a sorti dehors<sup>cclxii</sup>.*
- *Je voudrais me confier, mais je ne veux pas détruire la vie de mon chum non plus...*
- *Je veux changer. Je sais que je ne réagis pas toujours de la bonne façon avec ma partenaire. À qui je pourrais parler?*
- *Quand j'ai vu comment mon ami se faisait traiter par son chum, je lui ai dit calmement : « Tu ne peux pas continuer à le traiter comme ça. Ça ne se fait pas. » Puis je suis allé dénoncer à un intervenant de l'école. »*
- *J'ai dit à mon ami qu'il ne devrait pas se laisser parler comme ça par sa copine. Elle le traite souvent de con.*
- *Je n'en pouvais plus que mon partenaire me rabaisse. J'ai décidé d'aller voir un intervenant de l'école en qui j'ai confiance pour lui en parler. Il m'a aidé à voir plus clair.*



- *Mon amie s'est confiée à moi. Elle m'a dit que son chum l'avait frappée. Je ne savais pas quoi faire avec ça, alors je lui ai suggéré d'aller voir un prof qu'on aime toutes les deux. Je l'ai accompagnée et elle a reçu le soutien dont elle avait besoin.*
- *Mon ami se fait fréquemment mordre et frapper par sa partenaire quand ils se chicanent. Il m'a fait jurer de ne pas en parler, car j'étais le seul à qui il voulait le dire. Je trouvais ça trop grave alors j'ai décidé de rencontrer l'intervenante de l'école pour voir s'il pouvait faire quelque chose pour l'aider.*
- *Ma meilleure amie se sent isolée, car son chum la surveille et lui demande toujours d'être avec. On ne se voit presque plus. J'ai décidé de la référer à une intervenante de l'école. Elle ne voulait pas du tout y aller, mais j'ai insisté et elle a fini par accepter de recevoir de l'aide.*
- *Alors que j'étais dans la cour d'école, j'ai vu un gars pogner les fesses de sa blonde qui lui a dit de ne pas faire ça. Lui, il riait et a continué. Ça fait plusieurs fois que je le vois faire. J'ai décidé de dénoncer la situation à mon éducateur à l'école. Il a su bien régler l'affaire.*
- *On a fait un party chez moi et mon ami n'arrêtait pas de crier des vacheries à son partenaire devant tout le monde. Je suis intervenue en disant que je n'acceptais pas ce genre de discours dans mon party et que personne ne mérite d'être traité comme ça. Je lui ai donné le choix d'arrêter ou de partir.*

## COMMUNICATION NUMÉRIQUE

### EXPRESSION NUMÉRIQUE DE LA SEXUALITÉ

#### Différences dans l'expression de soi et de la sexualité dans l'espace public et dans l'espace privé, en contexte numérique

##### Utilisation des médias sociaux pour exprimer sa sexualité

- Certains adolescents utilisent les médias sociaux et des applications pour se mettre en valeur, manifester leur intérêt pour un partenaire potentiel, entrer en relation, interagir avec leur partenaire, etc.<sup>cclxiii</sup>
- Différents enjeux sont liés à l'utilisation des réseaux sociaux<sup>cclxiv</sup> :
  - des motivations ou « gains » potentiels : faire des rencontres n'impliquant pas la gêne des relations en personne, se créer une identité virtuelle qui peut enjoliver la réalité, qui présente un soi idéal plutôt qu'un soi réel (ex. : photo de profil retouchée), dire ou écrire des choses en ligne qu'on serait gêné d'exprimer en personne, se sentir « connecté » avec son partenaire, démontrer son affection à son partenaire de façon à la rendre visible aux autres;
  - des conséquences négatives ou « pertes » potentielles : certaines informations privées peuvent devenir publiques, il peut être plus difficile d'assurer sa sécurité (ex. : échanger avec quelqu'un qui dit avoir 16 ans mais qui pourrait être plus âgé, donner rendez-vous en personne à quelqu'un rencontré en ligne, voir une photo de soi envoyée en privé être partagée), être l'objet de rumeurs, se sentir mal à l'aise au point de devoir bloquer en ligne une personne trop insistante, etc.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Médias sociaux**

- *Certaines filles mettent des photos sexy d'elles sur cette application. Est-ce que je devrais le faire moi aussi même si je ne suis pas à l'aise?*
- *C'est dangereux de faire des rencontres sur des réseaux et des applications. Tu ne sais même pas à qui tu as affaire. Tu ne connais pas la personne.*



- *Tout le monde pense que c'est avantageux d'utiliser cette application, car ce que tu envoies disparaît automatiquement. Mais c'est faux! Il y a d'autres applications pour enregistrer les photos...*
- *C'est mieux de ne pas afficher avec qui tu es en relation sur les médias sociaux.*
- *C'est pas toujours facile de s'afficher en couple sur les médias sociaux parce qu'on n'est pas toujours certain du statut de la relation.*
- *Je l'ai bloqué. Il n'arrêtait pas de m'envoyer des messages en privé.*

### **Expression de sa sexualité dans l'espace public, la sphère intime, la sphère privée**

- Le fait que la présentation d'images et de messages à caractère sexuel, qui relevait habituellement de la sphère privée ou intime, soit de plus en plus normalisée dans l'espace public amène les adolescents à diffuser publiquement, sur les réseaux sociaux notamment, des images intimes ou privées. Cela exerce une forme de pression sur les jeunes.
  - **Espace public** : les expériences, les réflexions, les sentiments, les opinions et les images partagés dans un espace collectif comme Internet, les corridors de l'école, un réseau social, etc.
  - **Sphère intime** : les expériences, les réflexions, les sentiments, les opinions et les images partagés avec quelques personnes choisies.
  - **Sphère privée** : les expériences personnelles, les réflexions, les sentiments, les opinions et les images conservés pour soi-même ou partagés avec une personne significative comme un partenaire amoureux ou un meilleur ami. Les comportements sexuels relèvent de la sphère privée.
- L'un des messages implicites de la sexualisation de l'espace public est que la sphère privée peut s'afficher publiquement (dans les réseaux sociaux, les télérealités, les sextos, etc.). Or, une fois que du contenu ou une image privée (destinés à une seule personne) circulent dans l'univers virtuel, ils peuvent devenir publics s'ils sont relayés par d'autres personnes.
- Les images et les messages privés pourront difficilement rester privés s'ils sont diffusés par l'entremise des technologies mobiles, même si le destinataire promet de ne pas les partager. Bref, une fois qu'une photo sexuellement explicite circule, il est très difficile de contrôler l'étendue de sa diffusion.
- Il serait souhaitable que l'adolescent se questionne avant de partager une information sensible ou une image dans l'univers virtuel, ou encore qu'il vienne en aide à une personne vivant les contrecoups de la diffusion d'une information ou d'une image compromettante :
  - Est-ce que cette information ou cette image devrait demeurer privée?
  - Que va-t-il arriver si je décide de la diffuser? Quelles sont mes responsabilités à cet égard?
  - Quelles sont les pressions réelles (on me demande de faire) et les pressions perçues (je pense que je dois le faire)?
  - Quelles sont les règles de sécurité, les façons de se protéger et les conduites responsables (ex. : ne pas relayer la photo d'une personne à d'autres)?
  - Comment pourrais-je aider une personne qui vit une situation difficile?
  - Quels sont les gestes à poser lorsqu'on est témoin d'une situation?

### **ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS**

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Expression de sa sexualité dans l'espace public, la sphère intime, la sphère privée**

- *Katherine voit son nom accompagné d'un graffiti vulgaire dans les toilettes de l'école. Elle est ébranlée par ces paroles de « slut-shaming ».*
- *Dans le corridor, deux élèves traitent Sandrick de « fif » et rient de son apparence physique. Sandrick continue son chemin la tête baissée.*
- *Raphaëlle reçoit des demandes dans sa messagerie privée pour envoyer des photos nues d'elle à des inconnus. Elle les bloque toujours.*
- *Mateo veut aider son ami Zack et il ne sait pas quoi faire. Zack pensait qu'il parlait à une fille, il a pris des photos de lui nu et les a envoyées. C'était une arnaque, on le menace de les diffuser sur Internet s'il ne donne pas une somme d'argent.*



- *Dalia a partagé une photo d'elle nue à son chum. Elle a appris que son chum l'avait montrée à ses amis. Elle ne sait pas comment elle fera lundi matin à l'école si elle les croise dans les corridors.*
- *Razane et ses amies sont allées voir la TES. Elles sont « tannées » qu'un groupe de gars siffle en les dévisageant lorsqu'elles se promènent dans le corridor.*
- *Sophie et Reno s'embrassent langoureusement pendant la pause dans le corridor. Certains élèves sont embarrassés.*

### Sextage

- se définit comme l'envoi ou la réception, par voie électronique, de messages sexuellement explicites, de photos ou de vidéos contenant de la nudité ou de la semi-nudité<sup>cclxv</sup>. Le sextage peut être un comportement exploratoire chez certains adolescents. Trois contextes typiques sont liés à cette pratique<sup>cclxvi</sup>. Le sextage est ainsi utilisé :
  - comme substitut à l'activité sexuelle chez des jeunes qui ne sont pas encore actifs sexuellement;
  - comme marque d'intérêt amoureux envers une personne avec laquelle on souhaite vivre une relation amoureuse;
  - comme faisant partie de la relation amoureuse chez les adolescents sexuellement actifs : où le fait de s'échanger des photos est une preuve de son engagement envers l'autre.
- Il importe de distinguer trois actions dans la participation à des activités de sextage : l'envoi (sollicité ou non), la réception (sollicitée ou non) et le partage sans le consentement de l'expéditeur original (en personne, par transfert électronique ou par une publication sur un espace public).
- Outre des enjeux légaux liés au sextage de personnes mineures, des enjeux sociaux et psychologiques y sont associés :
  - des motivations ou « gains » potentiels : susciter l'intérêt d'un partenaire actuel ou potentiel, éviter la gêne de se trouver en face de la personne, s'engager plus aisément dans l'expression de ses sentiments et désirs sexuels<sup>cclxvii</sup>, pouvoir actualiser des gestes sexuels plus difficiles à poser dans l'univers réel, etc.
  - des conséquences négatives ou « pertes » potentielles : un sexto envoyé à une personne de confiance et avec qui l'on partage une forme d'intimité risque d'être partagé et diffusé à plusieurs personnes, et ce, des mois, voire des années après l'envoi. Ce partage peut avoir des effets négatifs importants sur la personne en cause, mais aussi sur l'auteur d'un tel acte. Les conséquences légales du partage non consenti de photos intimes sont importantes, car il s'agit d'une atteinte grave à la personne victime. Lorsque médiatisées, les situations de sextage peuvent causer beaucoup de tort aux personnes concernées.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### Sextage

- *J'ai vu que mon frère avait envoyé des sextos à sa blonde. Comment elle va réagir? Est-ce que les filles aiment ça?*
- *Mon chum a envoyé à son ami une photo de moi en maillot de bain. J'étais furieuse! J'avais confiance.*
- *Les filles subissent des pressions de leur partenaire pour envoyer des sextos comme : tu ne me fais pas confiance? On est amoureux, non? Ce sera juste pour moi! Montre-moi combien tu m'aimes! Ton corps me manque, je veux le voir<sup>cclxviii</sup>!*
- *J'ai vu Jordan montrer aux gars la photo que sa blonde lui avait envoyée. Elle va vraiment être fâchée si elle apprend ça.*



## CONSENTEMENT ET VIOLENCE SEXUELLE

### Lois et crimes liés au consentement et à la violence sexuelle

Cette section n'est pas encore développée.

## VIOLENCE CONJUGALE

### Définition juridique de la violence conjugale

Cette section n'est pas encore développée.



## REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ

### Représentations de la sexualité dans divers espaces

#### *Sexualisation de l'espace public*

- C'est un environnement où les messages à caractère sexuel et les informations au sujet de la sexualité sont omniprésents (publicités stéréotypées et sexistes, accès accru à des informations sur la sexualité sur Internet et à du contenu sexuellement explicite, à de la pornographie, bombardements de messages et d'images à caractère sexuel dans les médias sociaux, etc.).
- La sexualisation de l'espace public se traduit par la sexualisation de situations de la vie quotidienne et l'exposition en continu de la sexualité et du corps dénudé dans l'espace public<sup>cclxix</sup>.
- La sexualisation de l'espace public présente des enjeux pour les adolescents :
  - Des motivations ou « gains » potentiels : elle répond à un besoin d'information et à la curiosité des adolescents. Elle apporte certaines réponses à leurs préoccupations<sup>cclxx</sup>.
  - En contrepartie, elle<sup>cclxxi</sup> véhicule des stéréotypes sexuels, contient peu de diversité des formats corporels, génère des préoccupations chez les adolescents, brouille la distinction entre les sphères privée/intime et publique par l'exposition de gestes intimes dans la sphère publique et la sphère virtuelle, contribue à une certaine forme de banalisation de la sexualité et de son expression et présente une vision réductrice de la sexualité, souvent associée à la génitalité et à la performance.
- La sexualisation de l'espace public peut amener une certaine banalisation de la sexualité et laisser croire que les attitudes ou les comportements sexualisés présentés sont souhaitables, et qu'ils constituent même une norme.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### ***Sexualisation de l'espace public***

- *Dans les publicités, on voit des hommes et des femmes super beaux, aux corps parfaits qui ont l'air en extase.*
- *Dans un film, on parlait d'une pompe à pénis pour le faire grossir. Est-ce que ça fonctionne? Faut-il avoir un gros pénis pour être plus performant?*
- *Dans une revue, une publicité montre un homme nu pour vendre une bouteille de parfum...*
- *Dans les vidéoclips, les femmes qui dansent avec la chanteuse sont habillées très sexy et font des gestes sexuels.*
- *Dans la télésérie que j'écoute, les jeunes semblent toujours penser au sexe.*
- *À la télé et dans les films, faire l'amour semble facile et toujours plaisant.*

#### **Composer avec la pression et les normes sociales, culturelles, etc.**

Les adolescents sont soumis à différentes sources de pression et à plusieurs normes qui peuvent constituer des enjeux pour eux. Ces pressions subies et ces normes peuvent provenir des partenaires, de la famille, des amis, des pairs, des médias, etc. Ces sources peuvent envoyer des **messages contradictoires** avec lesquels les adolescents doivent composer, pour ensuite se situer et prendre leurs décisions.



- **La famille et les amis** influencent la sexualité des adolescents<sup>cclxxii</sup>. Les parents influencent les relations amoureuses, plus que les amis ou les médias. Les jeunes qui bénéficient d'une communication ouverte avec leurs parents<sup>cclxxiii</sup> préfèrent recevoir de l'information sur la sexualité par ces derniers. Il est aussi démontré qu'une relation harmonieuse parent-enfant a des effets bénéfiques sur l'adoption de pratiques sexuelles sécuritaires, sur la détermination du moment des premières relations sexuelles et sur la réduction du nombre de partenaires.
- **Le matériel sexuellement explicite** reflète une vision réductrice des relations sexuelles et opposée à la réalité adolescente. Ainsi, dans la pornographie<sup>cclxxiv</sup> :
  - l'excitation sexuelle et le plaisir sont instantanés, rapides, alors que dans l'agir sexuel adolescent, le désir doit occuper une place importante, l'excitation sexuelle peut tarder à venir, l'orgasme peut être absent ou difficile à obtenir, etc.;
  - les échanges sont essentiellement génitaux, alors que dans l'agir sexuel adolescent, des éléments d'ordre affectif peuvent en humaniser l'expérience : la tendresse, les caresses, les baisers, l'amour et l'affection;
  - les sentiments ne sont pas exprimés et les partenaires semblent toujours consentants et prêts à tout, alors que dans l'agir sexuel adolescent, les partenaires ont des sentiments, des besoins et des limites.
- Bien que le matériel sexuellement explicite puisse répondre à une curiosité légitime, ce matériel est destiné à un public adulte et peut être source de pression à la **performance sexuelle**. La consommation de pornographie peut amener les adolescents à<sup>cclxxv</sup> :
  - penser qu'ils doivent vouloir, se montrer prêts et expérimenter l'ensemble des comportements sexuels présentés;
  - avoir l'impression de devoir être performants;
  - avoir des préoccupations excessives par rapport à leur corps;
  - avoir l'impression de ne pas savoir comment se comporter;
  - penser qu'ils doivent susciter autant de désir et d'enthousiasme chez leur partenaire que ce que leur montre la pornographie.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Pression et normes**

- *Est-ce vrai que la grosseur du pénis et des seins est importante?*
- *Qu'est-ce que l'orgasme multiple?*
- *Ma partenaire n'a pas crié pendant la relation sexuelle. Est-ce que je lui ai donné du plaisir?*
- *J'ai éjaculé en quelques secondes. Suis-je normal?*
- *« Il y a beaucoup de gars qui sont pressés. Ils vont voir des films pornos sur Internet et ils pensent que ça se passe comme ça. (...). Ils vont aller avec une fille et la fille ça ne lui tentera plus jamais de faire ça après<sup>cclxxvi</sup>. »*
- *Presque tous mes amis l'ont fait. Je ne voudrais pas être le dernier à l'avoir fait.*
- *Ma mère m'a conseillé d'attendre d'être à l'aise avec mon « chum » et de me sentir prête avant d'avoir ma première relation sexuelle.*

#### **Représentations de la sexualité dans l'espace public**

- L'espace public est constitué de l'environnement : murs, rues, parcs, panneaux, transports publics et des messages et images qui les remplissent<sup>cclxxvii</sup>. Cet espace commun est à l'usage de tous et accessible à tous.
- Les représentations prennent naissance dans les expériences, les réflexions, les sentiments, les opinions, les images et les messages implicites et explicites dans un espace collectif comme : les corridors de l'école, Internet, les réseaux sociaux, les applications mobiles, etc.
- Des images et des messages sur la sexualité sont véhiculés dans l'espace public. Les messages véhiculent souvent des attitudes, des comportements, des conduites à adopter, des valeurs.



- Certains messages véhiculés dans l'espace public sont implicites. Cela veut dire qu'ils ne sont pas toujours énoncés avec des mots, mais souvent suggérés par des images, des photos et des vidéos (attitudes des personnes, langage non verbal, etc.). Porter un regard attentif sur ces dernières permet de prendre conscience qu'un message sur la sexualité s'y faufile, que ce soit dans certaines publicités, des vidéos, des photos présentées dans les médias, dont celles qu'on trouve dans les médias sociaux.
- L'entourage des adolescents (pairs, famille, école) et les médias contribuent à la diffusion d'images et de messages sur la sexualité dans l'espace public.
- La sexualisation de l'espace public se traduit par la sexualisation de situations de la vie quotidienne et l'exposition en continu de la sexualité et du corps dénudé dans l'espace public<sup>cclxxviii</sup>. C'est un environnement où les messages à caractère sexuel et les informations au sujet de la sexualité sont omniprésents (publicités stéréotypées et sexistes, accès accru à des informations sur la sexualité sur Internet et à du contenu sexuellement explicite, à de la pornographie, multiplication de messages et d'images à caractère sexuel dans les médias sociaux, présence de stéréotypes dans les jeux vidéo, etc.).
- La sexualité est parfois représentée positivement et réalistement dans l'espace public, d'autres fois moins. Il n'existe pas de types de médias qui diffusent que de l'information juste ou que de la mauvaise information : les médias peuvent véhiculer des messages justes et pertinents, tout comme de mauvaises informations.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Représentations de la sexualité dans l'espace public**

- *Sura et ses amis discutent autour du fait que les garçons dans les vidéoclips ont souvent plusieurs filles à leur bras.*
- *Alicia se questionne après avoir vu un extrait de télé réalité où un participant a tenté de séduire deux filles différentes dans la même soirée.*
- *Zara se demande pourquoi la femme présentée sur l'affiche publicitaire est presque nue alors qu'on y propose de la pizza.*

#### **Médias**

- Ce sont les médias de tous genres et formats, particulièrement ceux énumérés ci-dessous, qui constituent les médias appréciés des jeunes<sup>cclxxix cclxxx</sup> :
  - télévision (émissions, dessins animés, messages publicitaires);
  - films et cinéma;
  - musique et vidéoclips;
  - Internet et technologies de l'information et des communications (ex. : jeux vidéo, ordinateurs, tablettes électroniques, téléphones cellulaires, applications, réseaux sociaux);
  - médias imprimés : journaux, revues, livres (y compris ceux qui sont des dérivés d'émissions de télévision, de Web séries ou de films);
  - objets liés au monde des médias (ex. : affiches, jeux, vêtements inspirés du monde des médias) et objets à collectionner (ex. : figurines, cartes, autocollants);
  - radio (émissions et messages publicitaires).
- Le développement rapide des technologies de l'information et des communications a modifié la consommation des médias, ce qui a eu pour effet que moins d'intérêt est accordé aux médias traditionnels (télévision, radio, journaux, magazines, etc.), et ce, au profit des médias sociaux<sup>cclxxxi</sup>.
- Les technologies de l'information et des communications nous permettent de commenter, de produire, de transmettre, de reproduire, de retransmettre avec facilité des images ou des messages sans l'approbation de la personne ou même sans qu'elle le sache, avec rapidité et de manière à rejoindre un auditoire très large<sup>cclxxxii</sup>.





- Les réseaux sociaux ont pour objectif de faciliter la connectivité sociale entre les usagers. Ils nous permettent de prendre connaissance des contenus diffusés par autrui, de les apprécier et de les commenter, de même que de partager ses propres contenus.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Représentations véhiculées dans les médias**

- Ashley entend à la radio des chansons qui parlent directement de sexualité ou de pratiques sexuelles.
- En faisant une recherche pour un travail scolaire, Élodie et Liam sont tombés par hasard sur un site pornographique. Leur curiosité étant piquée, ils ont navigué quelques instants sur le site.
- Les avatars féminins du jeu vidéo en ligne auquel jouent Emrick et Camila sont tous très minces et en bikini. Ceux masculins sont tous très musclés et grands.
- Evelyn feuillette un magazine de sports, elle remarque que les athlètes prennent des poses sexy au lieu de poses inspirées de leur entraînement.

#### Entourage

- L'adolescence constitue une période charnière pendant laquelle les liens d'attachement évoluent de façon importante<sup>cclxxxiii</sup>. On remarque un investissement émotionnel plus important dans les relations d'amitié dès la préadolescence; cet investissement émotionnel atteint un sommet lorsque les jeunes ont autour de 15 ans<sup>cclxxxiv</sup>.
- On constate d'importants changements dans l'univers social et relationnel des adolescents, entre autres des modifications dans le type de rapports qu'ils entretiennent avec leurs parents, le développement de relations de proximité et d'intimité avec les pairs et la possibilité de s'engager dans des relations amoureuses<sup>cclxxxv</sup>.
- Le réseau social des adolescents se divise en quatre sous-réseaux<sup>cclxxxvi</sup> :
  - la famille (parents et fratrie)
  - les pairs (amis, amis intimes, partenaire)
  - la famille élargie (grands-parents, oncles, tantes, cousines, beaux-frères, etc.)
  - les autres adultes significatifs (professeurs, animateurs de sports, voisins, etc.).
- L'adolescence se distingue de l'enfance sur le plan social, entre autres par un nombre accru d'interactions avec diverses personnes, ces dernières étant plus complexes et plus diversifiées.
- Plus l'adolescent gagne en autonomie, plus la relation avec les parents se modifie. Le temps passé en leur compagnie diminue pour laisser place aux relations avec des personnes extérieures à la famille<sup>cclxxxvii</sup>. Une distance émotionnelle et physique à l'égard des parents est observable, de même qu'un engagement intense dans les relations de proximité avec les amis; ils deviennent des figures essentielles, relations dans lesquelles le soutien, le partage d'idées et de confidences sont importants.
- Au cours de l'adolescence ou de la vie adulte, le partenaire amoureux deviendra la figure majeure en matière d'intimité et d'attachement<sup>cclxxxviii</sup>.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Représentations véhiculées dans l'entourage**

- Max est indépendant et secret, il n'aime pas raconter ses problèmes amoureux à ses parents.
- Charlie confie sa peine d'amour à sa grand-mère, elle se sent proche d'elle.
- Sarah-Jeanne et sa famille rencontrent pour la première fois le bébé de son oncle et de son conjoint.
- Lucas n'a pas de partenaire amoureux, mais il a beaucoup d'amis qui ont tous un amoureux ou une amoureuse; il ne tient pas à vivre une relation amoureuse tout de suite. Il aime sa liberté.

#### Les pairs

- Les pairs jouent un rôle de plus en plus important dans l'univers social des adolescents.



- Le nombre d'amis, près de 50 % de leur réseau social en est constitué, et le temps consacré à ces derniers augmente au début de l'adolescence pour atteindre un sommet au milieu de cette période. C'est aussi à cette époque que l'on fréquente les amis sur une base presque quotidienne et qu'on leur accorde le plus de temps (10 heures par semaine à 15 ans)<sup>ccclxxxix, ccxc</sup>.
- Cet élargissement de l'univers social suscite une quête de reconnaissance et de statut chez les adolescents : ils cherchent à s'insérer dans un groupe et à y faire leur place. Il devient essentiel de se faire accepter et d'éviter le rejet; néanmoins, certains adolescents vivront des expériences d'isolement et d'exclusion<sup>ccxc</sup>.
- Les pairs sont une source d'influence importante<sup>ccxcii</sup>. Ils s'associent avec des adolescents du même âge avec qui ils partagent des valeurs et une culture similaires. Cela peut s'observer dans l'écoute de la musique, le visionnement de films, la pratique de jeux ou de sports.
- L'activité privilégiée des adolescents est la conversation. Les thèmes de prédilection sont ceux tournés vers soi, la vie relationnelle et la construction de l'identité<sup>ccxciii</sup>, par exemple les groupes musicaux préférés, les modes vestimentaires, les rapports avec les autres, les expériences émotives, les relations familiales, les doutes sur soi, la sexualité<sup>ccxciv</sup>.
- Les amitiés sont particulièrement intenses. Les amis sont des interlocuteurs privilégiés pour l'échange de confidences en raison de leur grande proximité et du besoin d'intimité des adolescents. Ces confidences sont peu divulguées aux parents.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Représentations véhiculées chez les pairs**

- *L'amie de Anju a ajouté une photo sur son profil d'un média social. Jade trouve que son amie adopte une posture et des vêtements plus sexy depuis quelque temps.*
- *Nora a plusieurs groupes d'amis. Elle a du plaisir avec ses coéquipières de volley-ball, mais c'est à ses trois meilleures amies qu'elle fait des confidences.*
- *Sohan préfère demander conseil à son ami, il a l'impression que ses parents ne comprendraient pas sa situation amoureuse.*
- *Violette se sent différente de ses amis, mais ils l'acceptent telle qu'elle est.*

##### *La famille*

- La personnalité de l'enfant et de l'adolescent se façonne grâce aux interactions familiales<sup>ccxcv</sup>.
- Lorsqu'on questionne les adolescents de divers pays, les personnes qu'ils citent comme étant les plus significatives pour eux sont : les pairs, les parents, la fratrie, les grands-parents (les plus souvent cités dans la famille élargie), les oncles et tantes, les cousins et cousines<sup>ccxcvi</sup>.
- Les parents demeurent des figures importantes à l'adolescence, étant une source de conseils judicieux, de réconfort et d'appui<sup>ccxcvii</sup>. Par ailleurs, les adolescents les considèrent comme une ressource unique, différente de ce que peuvent leur apporter les pairs ou d'autres adultes<sup>ccxcviii</sup>.
- Les thèmes des conversations entre les parents et leurs adolescents sont souvent centrés sur l'école et la société, et plus précisément pour : les situations difficiles, les résultats scolaires, l'avenir professionnels, les réalités sociales et politiques<sup>ccxcix</sup>.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Représentations au sein de la famille**

- *Gustave magasine avec sa sœur. Les vêtements choisis par sa sœur sont plutôt moulants et sexy, tandis que les siens sont confortables et sportifs.*
- *Les parents de Simone ne veulent pas qu'elle ait un chum avant qu'elle atteigne sa majorité.*
- *Marie-Laurence a 16 ans. Elle est mal à l'aise de voir une publicité sexy à la télévision alors que son frère de 9 ans écoute l'émission avec elle.*



- *Ethan constate que ses parents lui demandent fréquemment de faire les tâches familiales à l'extérieur de la maison, tandis que ses deux sœurs font celles à l'intérieur.*
- *Luana aime échanger avec ses parents au sujet de son choix de métier non traditionnel. Elle se sent appuyée et encouragée.*

### L'école

- L'école secondaire offre un contexte social particulier aux adolescents. De multiples possibilités d'interactions sociales se présentent dans leur parcours scolaire, tant avec des pairs qu'avec des adultes. Cet environnement social se distingue de l'école primaire où il y a généralement un plus grand nombre d'élèves, plus de sous-groupes et de sous-cultures adolescentes<sup>ccc</sup>.
- Les enseignants peuvent jouer un rôle important dans le développement des adolescents. Ils sont des figures significatives durant cette période mouvementée de la vie, notamment lorsqu'ils offrent un soutien émotionnel aux adolescents tout en continuant de jouer leur rôle principal qui est de favoriser leur développement cognitif<sup>ccci</sup>.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Représentations véhiculées à l'école**

- *L'enseignant de français demande aux élèves de se regrouper selon leur sexe pour faire le débat.*
- *Thibault remarque qu'aucune personne de sexe masculin ne fait partie de l'équipe de cheerleading de l'école.*
- *Luis et Sarah ont fait une recherche sur les images présentées dans les manuels scolaires. Ils observent que seulement des couples hétérosexuels y sont exposés.*
- *Brittany remarque que lors du gala méritas de son école, les numéros de variété d'humour sont présentés par des garçons et ceux de danse sont faits par des filles.*

### Les autres adultes significatifs

- Des personnes non apparentées sont aussi présentes dans la vie des adolescents. Elles sont peu nombreuses au début de l'adolescence, mais ce nombre augmente progressivement.
- À la fin de l'adolescence et au début de l'âge adulte, 60 % des adolescents disent avoir au moins un adulte non apparenté comme personne importante dans leur vie, cette dernière étant une source d'influence sur au moins un aspect de leur vie<sup>ccci</sup>. Ces personnes peuvent être :
  - un entraîneur sportif;
  - le parent d'un ami;
  - un voisin;
  - etc.
- L'adulte agit comme mentor, éducateur, guide et modèle. La relation permet l'échange, le partage et la régulation des émotions, de même qu'une ouverture sur le monde et à des réalités nouvelles. Les thèmes des conversations sont :
  - les relations avec la famille et les amis;
  - la vision du monde, la politique, l'actualité;
  - la musique et d'autres formes artistiques<sup>ccci</sup>.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Représentations véhiculées par d'autres adultes significatifs**

- *L'entraîneur de Mika fait toujours un discours après un match. Elle remarque qu'il félicite tous les élèves, pas juste les meilleurs.*
- *Phontavong souhaite parler à l'infirmière de l'école, il a peur que sa copine soit enceinte.*
- *Ann-Frédérique reste souvent en classe après la cloche. Pendant une pause, elle raconte à*



*son enseignante que sa mère refuse qu'elle prenne une méthode contraceptive. Ça lui fait du bien de lui parler, elle se sent écoutée par son enseignante.*

### **Influence des représentations de la sexualité dans l'espace public**

- La place importante de la sexualité dans l'espace public peut être perçue en quelque sorte comme une nouvelle norme, à laquelle les personnes (dont les adolescents) peuvent être tentées de se conformer.
- Les représentations de la sexualité dans l'espace public peuvent avoir une influence positive lorsque les messages :
  - sont axés sur les rapports égalitaires;
  - présentent une image diversifiée des rôles que peuvent jouer les personnes;
  - présentent une diversité de couples sans égard à leur orientation sexuelle;
  - présentent une diversité de formats corporels;
  - valorisent l'unicité des personnes et respectent leurs choix (par exemple : étudier dans un domaine non traditionnel, vouloir être en couple ou être célibataire, désirer ou non des enfants).
- En contrepartie, lorsque les représentations sont stéréotypées et qu'elles briment les droits et libertés des individus, on parle alors d'une influence négative parce qu'elles :
  - valorisent un idéal corporel unique et peuvent porter à croire qu'il faut avoir une certaine apparence pour être bien dans sa peau, être beau aux yeux d'autrui, séduire;
  - encouragent l'adoption de certains comportements basés sur la croyance qu'il faut agir ainsi pour être populaire, être heureux, séduire, être amoureux;
  - incitent la pratique de certains métiers et de certaines professions<sup>ccciv</sup> selon le sexe attribué à la naissance;
  - accordent les postes de direction aux hommes au détriment des femmes<sup>cccv</sup>.
- Les représentations de la sexualité, qu'elles soient positives ou négatives, peuvent exercer une forme de pression et influencer les adolescents qui sont en pleine consolidation de leur identité et en recherche de repères et de modèles. La sexualisation de l'espace public peut amener une certaine banalisation de la sexualité et laisser croire que les attitudes ou les comportements sexualisés présentés sont souhaitables, et qu'ils constituent même une norme.
- La sexualisation de l'espace public présente des enjeux pour les adolescents :
  - Des motivations ou « gains » potentiels : elle répond à un besoin d'information et à la curiosité des adolescents. Elle apporte certaines réponses à leurs préoccupations<sup>cccv</sup>.
  - En contrepartie, elle véhicule des stéréotypes sexuels, contient peu de diversité des formats corporels, génère des préoccupations chez les adolescents, brouille la distinction entre les sphères privée/intime et publique par l'exposition de gestes intimes dans la sphère publique et la sphère virtuelle, contribue à une certaine forme de banalisation de la sexualité et de son expression et présente une vision réductrice de la sexualité, souvent associée à la génitalité et à la performance<sup>cccvii</sup>.

### **ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS**

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Influence des représentations de la sexualité dans l'espace public**

- *J'ai vu une belle publicité sur un abri d'autobus qui présente l'importance de s'accepter et d'accepter les autres, peu importe leur race, leur orientation sexuelle et leur genre. Ça finit en disant : « Au fond de nous, on désire tous être aimés comme nous sommes. »*
- *Je remarque que tous les comédiens d'une populaire télésérie pour adolescents ont le même « casting » : grand, beau, mince, pas de boutons. C'est pas réaliste.*
- *Un magasin de mode très connu a décidé de demander à sa clientèle d'être les modèles pour leur prochaine publicité. Ils ont pris soin de choisir des gens divers, tant pour la grosseur, la grandeur, la culture, l'âge, l'orientation sexuelle, le genre. C'est vraiment positif, je trouve.*



## Normes et valeurs

- Une norme est une règle de conduite dans une société ou un groupe de personnes (les amis, les élèves de l'école, les joueurs de l'équipe de sport, etc.). Elle dit ce qu'une personne devrait et ne devrait pas faire, devrait et ne devrait pas être. Une norme traduit des valeurs. Certaines normes sont formelles (les lois, les règlements, les codes de vie) et d'autres sont informelles (les critères de beauté dans une société). Elles sont véhiculées par les personnes et par les médias. Il peut arriver que des personnes souhaitent se conformer à certaines normes informelles pour être acceptées d'un groupe, éviter d'être rejetées des autres ou d'être la cible de railleries.
- Les normes et les valeurs sont issues de la famille, de la culture et des amis. À l'adolescence, de nouvelles normes et valeurs peuvent s'ajouter et confronter parfois les valeurs personnelles, dont celles inculquées dans la famille. Les médias y participent par leur présence dans l'espace public auquel les adolescents ont accès.
- Les normes sociales guident les façons d'être et d'agir des personnes, comme des modèles à suivre, permettant ainsi de distinguer ce qui est socialement accepté ou non. L'anticipation des conséquences amène généralement les personnes à se conformer aux normes sociales afin d'être acceptées par le groupe et d'éviter les conséquences négatives<sup>cccviii</sup>.

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Normes et valeurs**

- *Mon enseignant d'éducation physique nous encourage beaucoup à améliorer nos résultats à la course. Je ne comprends pas pourquoi les gars et les filles ont des objectifs différents à atteindre.*
- *Le code vestimentaire de mon école vient d'être changé. Fini le temps où on parlait des bretelles de camisole et des jupes trop courtes pour les filles. Tout le monde est traité sur le même pied d'égalité.*
- *Si un gars veut sortir avec toi, il va t'envoyer des photos de ses parties privées ou une photo de lui nu. Les gars font ça pour sortir avec toi ou juste attirer l'attention. Moi j'envoie pas de sextos, ce n'est pas mon genre, mais je connais des amies qui l'ont fait.*<sup>cccix</sup>

#### *Normes et valeurs dans l'espace public*

Les normes et les valeurs dans l'espace public sont présentes dans toutes les dimensions de la sexualité : affective, relationnelle, sociale, culturelle, morale, etc.

- L'image corporelle et la définition de la beauté sont des conceptions sociales propres à une société, qui correspondent à des normes et à des valeurs. Ces idéaux corporels sont transmis par les médias, la famille, les pairs et sont intériorisés par les personnes<sup>cccx</sup>. Les normes corporelles ont été largement véhiculées par les médias conventionnels. Toutefois, l'arrivée des réseaux sociaux a créé une transformation en raison de leurs aspects interactifs<sup>cccxi</sup>.
- L'utilisation massive des réseaux sociaux et divers autres facteurs ont suscité l'apparition du métier d'influenceur. Ce dernier permet aux compagnies de faire du marketing en ligne auprès des jeunes grâce au lien qu'il a avec son auditoire. Le mécanisme consiste en la création de relations personnelles entre l'influenceur et son auditoire, puis entre la marque et l'influenceur. Cette recommandation de produits est rémunérée à condition qu'elle démontre un appui qui semble véritable. L'influenceur diffuse ensuite des publicités virales ayant pour effet d'encourager l'auditoire à acheter le produit et à partager l'information avec ses amis<sup>cccxii</sup>. De plus, les usagers des réseaux sociaux font la promotion des normes corporelles et renforcent par le fait même les stéréotypes liés à l'apparence physique, particulièrement des filles, mais aussi des garçons.
- On remarque aussi une nette tendance à se mettre en scène lors de la prise de photographies mises en ligne. Il y a idéalisation de l'image projetée et tout est réfléchi : le décor, les vêtements, les accessoires. L'objectif principal est de publier des photos présentant la personne sous son



meilleur jour, allant jusqu'à la modification et à la retouche des photos à l'aide d'applications, dans le but de mieux paraître aux yeux des autres<sup>cccxi</sup>.

- L'amour romantique constitue une autre représentation guidée par des normes et des valeurs. Dans la culture occidentale, l'environnement social tolère et encourage l'expérimentation de la première relation amoureuse à l'adolescence. On peut observer cette célébration de la passion amoureuse, des bienfaits de l'amour et de la sexualité dans les médias, et même parler de sollicitation, entre autres dans les chansons et les émissions de télévision destinées au public adolescent<sup>cccxi</sup>.
- La sexualité a elle aussi été remise en question. Depuis la seconde moitié du XX<sup>e</sup> siècle, les comportements sexuels des adolescents des sociétés occidentales ont changé. Un des facteurs responsables est l'accès généralisé aux méthodes de contraception et de protection. Être sexuellement actif fait désormais partie de ce qu'on peut appeler les réalités « normatives » de l'adolescence<sup>cccxi</sup>.

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Normes et valeurs dans l'espace public**

- *Le conseil étudiant a demandé à la direction de mettre sur pied un comité sur la diversité sexuelle. Je trouve l'idée très bonne, mes deux amis vont pouvoir participer aux rencontres et se sentir mieux à l'école.*
- *Je suis d'accord avec Laury et Soufiane, on adore la publicité qui parle de la diversité corporelle. On trouve que cette sorte de publicité permet d'inclure tous les gens.*
- *Lorsque je vais avoir ma paye jeudi, je vais commander le nouveau supplément recommandé par un gars que je suis sur le Web. Ça a l'air de donner beaucoup de masse musculaire.*
- *J'ai beaucoup aimé le nouveau film de ce réalisateur québécois. Les personnages sont différents de ce qu'on voit d'habitude. L'amour, c'est pas juste entre un gars et une fille, ni entre deux personnes qui ont des corps parfaits.*

##### *Normes et valeurs dans l'entourage*

- Les adolescents sont désireux d'être acceptés par les pairs; ils peuvent même abandonner des projets qui leur tenaient à cœur pour se conformer aux normes et aux valeurs du groupe. Le conformisme leur permettra de garder le lien avec les pairs et de protéger leur statut au sein du groupe<sup>cccxi</sup>. Différents comportements sont observables chez les adolescents :
  - l'imitation (je fais comme toi);
  - l'opposition (je ne fais pas comme toi, je suis différent);
  - l'autonomisation (je me définis comme je veux).

#### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

##### **Normes et valeurs dans l'entourage**

- *Le chum d'une de mes amies me demande de poster des photos de mes seins sur une application. Qu'est-ce que je dois faire pour qu'il arrête de me le demander<sup>cccxi</sup>?*
- *Maïka hésite à se faire couper les cheveux courts, toutes les filles de son groupe les portent longs.*

##### *Normes et valeurs personnelles*

- Les normes et les valeurs guidant la morale sexuelle des adolescents occidentaux sont axées sur des motivations personnelles au détriment des normes sociales ou religieuses. Des chercheurs ont mis en lumière le fait que la plupart des adolescents contemporains<sup>cccxi</sup> :
  - estiment que la sexualité et les relations amoureuses sont intimement liées;



- considèrent que « deux jeunes qui s'aiment ont le droit d'avoir des relations sexuelles, même s'ils ne projettent pas de vivre ensemble plus tard »;
- jugent que la sauvegarde de la virginité, au sens où l'entendaient les générations précédentes, est moins importante.
- Les adolescents s'interrogent sur leur identité en mouvance, remettant en question les normes et les valeurs de l'entourage afin de déterminer celles qui correspondent davantage à eux.
- Tout comme les normes et les valeurs de l'entourage et celles de l'espace public, les normes et les valeurs personnelles s'enracineront, disparaîtront alors que d'autres apparaîtront. Certaines normes et valeurs sont universelles, intemporelles, tandis que d'autres s'estompent, s'effacent et laissent place à de nouvelles. Certaines questions peuvent être éclairantes pour vérifier si on est à l'aise ou non avec les normes et les valeurs de l'entourage, de même qu'avec celles relevant de l'espace public :
  - Quelles sont les normes et les valeurs de la société dans laquelle je vis?
  - Quelles sont les normes et les valeurs de mon entourage?
  - Quelles sont celles que je souhaite garder? Lesquelles guident mes actions?
  - Qu'est-ce qui est important pour moi?
  - Qu'est-ce qui ne correspond plus à la personne que je suis?

### ILLUSTRATIONS DES NOTIONS DANS LA VIE DES ADOLESCENTS

*Il est possible d'utiliser les exemples suivants en classe pour contribuer à la compréhension des élèves.*

#### **Normes et valeurs personnelles**

- *J'ai un profil, mais je ne suis pas considérée « populaire ». J'ai l'impression que tous sont plus populaires que moi. J'ai 40 « Likes » pour ma photo de profil, mais une fille populaire en a plus de 100. Je regarde les « Likes » des autres en me disant que je suis nulle. Je ne devrais pas faire ça, mais c'est plus fort que moi<sup>ccccix</sup>.*
- *L'autre jour, j'ai vu un des gars de l'école montrer à ses amis les photos de filles presque nues qu'il avait dans son téléphone. Je ne savais pas quoi faire.*
- *Quand je regarde les photos du magazine de mode auquel je suis abonnée, je ne me trouve pas attirante ni séduisante.*
- *Je viens d'apprendre la nouvelle que mon réseau social préféré vient d'interdire les filtres qui retouchent les photos. C'est une bonne idée.*
- *Je veux aller voir l'infirmière de l'école, car j'ai des questions. Je veux bien me protéger quand j'aurai des relations sexuelles.*





## 5 - Ressources complémentaires

Liste de documents et d'outils afin de soutenir le personnel scolaire et référer les parents

### RELATIONS ET BIENVEILLANCE

#### EXPÉRIENCES INTIMES POSITIVES

##### DÉSIR ET PLAISIR SEXUELS | INTIMITÉS AFFECTIVE ET SEXUELLE

Pour mieux comprendre les notions de **fantasmes, de désir et de plaisir** à l'adolescence

- Sur le site Web des publications du ministère de la Santé et des Services sociaux, des numéros du magazine *Ça s'exprime* sont accessibles à partir du lien suivant : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en juillet 2019).
  - numéro 17 (2011), intitulé : « Les fantasmes sexuels à l'adolescence » (voir les pages 7 à 15).
- Sur le site Web de Tel-Jeunes, la section « Relations sexuelles : fantasmes, désir, plaisir » est accessible à partir du lien suivant : <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Relations-sexuelles>.

Pour mieux cerner le contexte entourant les **premières relations sexuelles**

- Sur le site des publications du ministère de la Santé et des Services sociaux, des numéros du magazine *Ça s'exprime* sont accessibles à partir du lien suivant : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en juillet 2019);
  - numéro 15 (2011), intitulé : « Amour et sexualité : les premières fois » (voir les pages 7 à 10);
  - numéro 11 (2008), intitulé : « La relation sexuelle : revue et recadrée » (voir les pages 1 à 8);
  - numéro 9 (2007), intitulé : « La pornographie sur Internet et ses conséquences pour les jeunes : comment intervenir? » (voir les pages 2 à 7).
- Sur le site Web français « Fil santé jeunes », des professionnels répondent à deux questions :
  - « C'est quoi le désir? » et « C'est quoi une relation sexuelle? », accessible à partir du lien suivant : <http://www.filsantejeunes.com/amour-et-sexualite/les-premieres-fois/des-infos-sur-les-premieres-fois/la-premiere-relation-sexuelle>.

Pour mieux comprendre la réalité de l'**agir sexuel** et les **questions que les adolescents peuvent se poser** à ce sujet

- Sur le site Web du projet « Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation » de l'Université du Québec à Montréal (UQAM), le rapport de recherche exploratoire intitulé : *Perceptions et pratiques de jeunes du secondaire face à l'hypersexualisation et à la sexualisation précoce* présente des témoignages de jeunes qui viennent appuyer les motifs décrits pour s'engager dans des relations sexuelles (aux pages 100 à 103). Ce document est accessible à partir du lien suivant : [https://hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/INT\\_RAPPORT\\_FINAL.pdf](https://hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/INT_RAPPORT_FINAL.pdf) (consulté en juillet 2019).





- Sur le site Web de Tel-Jeunes, la section « Premières expériences » accessible au : <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Les-premieres-experiences>.
  - La vidéo « Comment ça se passe la première fois? » (2 min 41 s) pourrait être utilisée selon la modalité pédagogique retenue.

#### Pour mieux comprendre la notion de **consentement sexuel**

- Le site Web québécois « Educaloi », section « La loi, vos droits », catégorie « Santé », fichier « Sexualité », capsules « Le consentement sexuel » et « L'âge du consentement sexuel » au :
  - <http://www.educaloi.qc.ca/capsules/le-consentement-sexuel> (consulté en décembre 2019);
  - <http://www.educaloi.qc.ca/capsules/lage-du-consentement-sexuel> (consulté en décembre 2019).
- Le site Web de Tel-Jeunes, section « Sexualité » :
  - onglet « Consentement- Agression sexuelle» ou au : <http://teljeunes.com/informe-toi/violence/agression-sexuelle/qu-est-ce-que-le-consentement> (consulté en décembre 2019);
  - onglet « Sexto » ou au : <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Sextos> (consulté en décembre 2019).

#### Pour des **statistiques sur les comportements sexuels des jeunes**

- Le document de l'Institut de la statistique du Québec *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (2016-2017)*, tome 3, *La santé physique et les habitudes de vie des jeunes*, section 10 : *Comportements sexuels et orientation sexuelle chez les élèves de 14 ans et plus*, disponible au : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t3.pdf>.

#### Pour comprendre l'intérêt des jeunes relativement aux **nouvelles réalités sociosexuelles** :

- les **amitiés avec bénéfiques et les aventures sans lendemain** :
  - le résumé de la recherche de Sophie Dubé; Francine Lavoie; Martin Blais; Martine Hébert (2015). « L'aventure sans lendemain chez les adolescents hétérosexuels : réflexions et pistes d'intervention », *Revue québécoise de psychologie*, 36 (1). <https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/dube2014.pdf>
  - la partie sur le phénomène des « fuck-friends », aux pages 123 à 140, du rapport de recherche *Perceptions et pratiques de jeunes du secondaire face à l'hypersexualisation et à la sexualisation précoce*, de Francine Duquet avec la collaboration d'Anne Quiénart à : [https://hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/INT\\_RAPPORT\\_FINAL.pdf](https://hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/INT_RAPPORT_FINAL.pdf).

#### Pour des informations complémentaires sur **les enjeux associés aux relations sexuelles à l'adolescence**

- Sur le site Web de Télé-Québec - Zone vidéo, une série de capsules intitulées « On parle de sexe » aborde différents sujets, chacun décliné en trois segments : *Rosalie et Julien* (sketch humoristique), *Bon à savoir* (capsule d'information) et *Histoires perso* (témoignages). Il est conseillé de ne pas utiliser les segments « sketches humoristiques » en classe. Certains segments *Bon à savoir* et *Histoires perso* pourraient être utilisés selon la modalité pédagogique retenue et son niveau d'aisance à en discuter avec les élèves.



Ces capsules sont accessibles à partir du lien suivant : <https://zonevideo.telequebec.tv/Recherche/?MotsCles=On+parle+de+sexe&x=0&y=0> (consulté en avril 2019).

- Les capsules suivantes correspondent à certaines notions abordées dans le présent document de soutien en éducation à la sexualité :
  - « Sexe sans amour » (segments *Bon à savoir* et *Histoires perso*)
  - « Sextos » (segment *Bon à savoir*)
  - « Sexe, drogue et alcool » (segments *Bon à savoir* et *Histoires perso*)
  - « Doubles standards » (segments *Bon à savoir* et *Histoires perso*)
  - « Consentement » (segment *Bon à savoir*)
  - « Être prêt(e) ou pas » (segment *Histoires perso*)
  - « Impacts de la porno » (segments *Bon à savoir* et *Histoires perso*)
  - « Performance » (segments *Bon à savoir* et *Histoires perso*)
- Sur le site Web des publications du ministère de la Santé et des Services sociaux, le magazine *Ça s'exprime* au : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>
  - numéro 11 (2008) intitulé : « La relation sexuelle : revue et recadrée ».

### Des outils pouvant être utiles à l'animation

- Sur le site Web de Télé-Québec - Zone vidéo, une série de capsules intitulées « On parle de sexe » aborde différents sujets, chacun décliné en trois segments : *Rosalie et Julien* (sketch humoristique), *Bon à savoir* (capsule d'information) et *Histoires perso* (témoignages). Il est conseillé de ne pas utiliser les segments « sketches humoristiques » en classe. Certains segments *Bon à savoir* et *Histoires perso* pourraient être utilisés selon la modalité pédagogique retenue et son niveau d'aisance à en discuter avec les élèves.

Les capsules suivantes correspondent à certaines notions présentées dans le présent document de soutien en éducation à la sexualité.

| CAPSULES                | LIENS (consultés en février 2020):  |
|-------------------------|---|
| Intérêt et désir sexuel | Histoires perso<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/41385/interet-et-desir-sexuel/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/41385/interet-et-desir-sexuel/on-parle-de-sexe</a>  |
| Fantasmes               | Bon à savoir<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/41196/fantasmes/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/41196/fantasmes/on-parle-de-sexe</a>   |
| Masturbation            | Bon à savoir<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/40286/masturbation/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/40286/masturbation/on-parle-de-sexe</a><br><i>*Important de préciser que la pornographie s'adresse à une clientèle adulte afin d'éviter de la légitimer chez les mineurs.</i>   |
| Être prêt(e) ou pas     | Bon à savoir<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/41332/etre-pret-e-ou-pas/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/41332/etre-pret-e-ou-pas/on-parle-de-sexe</a><br>Histoires perso<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/41333/etre-pret-e-ou-pas/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/41333/etre-pret-e-ou-pas/on-parle-de-sexe</a>   |
| Première fois           | Bon à savoir<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/39912/premiere-fois/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/39912/premiere-fois/on-parle-de-sexe</a><br><i>*Important de préciser que plusieurs filles ont perdu leur hymen avant la première relation sexuelle.</i><br>Histoires perso<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/39910/premiere-fois/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/39910/premiere-fois/on-parle-de-sexe</a> |



|                 |   |
|-----------------|---|
| Sexe sans amour | Bon à savoir<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/40278/sexe-sans-amour/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/40278/sexe-sans-amour/on-parle-de-sexe</a><br>Histoires perso<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/40279/sexe-sans-amour/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/40279/sexe-sans-amour/on-parle-de-sexe</a> |
| Consentement    | Bon à savoir<br><a href="https://zonevideo.telequebec.tv/media/40805/consentement/on-parle-de-sexe">https://zonevideo.telequebec.tv/media/40805/consentement/on-parle-de-sexe</a>   |

- La « Campagne de sensibilisation des violences sexuelles en contexte intime : une initiative AVEC, PAR et POUR les adolescents » du Laboratoire d'études sur la violence et la sexualité de l'UQAM<sup>cccxx</sup>, propose des capsules vidéo conçues pour sensibiliser les jeunes aux violences sexuelles exercées par un partenaire. Certaines capsules pourraient être utilisées selon la modalité pédagogique retenue et son niveau d'aisance à en discuter avec les élèves. Ces capsules sont accessibles à partir du lien suivant :  
[https://www.youtube.com/channel/UCAM\\_LLXi0WkckMKqrjAFUtA/videos?disable\\_polymer=1](https://www.youtube.com/channel/UCAM_LLXi0WkckMKqrjAFUtA/videos?disable_polymer=1).
  - Les capsules suivantes correspondent à certaines notions présentées dans le présent document de soutien en éducation à la sexualité :
    - « Et toi, tu le fais pour toi ou pour l'autre? Quelles sont tes motivations à avoir une relation sexuelle? »
    - « Peu importe les jugements et la pression, c'est ta relation intime. Quelles sont tes motivations à avoir une relation sexuelle? »
    - « Accepter sous pression ou avoir une réaction physique ne veut pas dire que tu en as envie »
    - « Mettre tes limites, c'est te respecter »
    - « Le consentement (partie 2) » : avoir une relation intime ou sexuelle sans le vouloir? »

## RELATIONS ÉGALITAIRES ET RESPECT DE SOI (ITSS ET GROSSESSE)

Pour des informations sur la **contraception d'urgence**

- Sur le site de la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada
  - Dans la section CONTRACEPTION au <https://www.sexandu.ca/fr> (consulté en octobre 2020)
    - un livret des méthodes de contraception (comprenant une section sur la contraception d'urgence) (téléchargeable en PDF)
    - des informations sur la contraception d'urgence
- Sur le site de la Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN) sont présentées différentes méthodes contraceptives et la contraception orale d'urgence (COU) au :  
<http://www.fqpn.qc.ca/?methodes=contraception-orale-durgence> (consulté en octobre 2020).
- Sur le site de Tel-Jeunes, dans la section « Informe-toi », à l'onglet « Sexualité-Contraception » se trouvent des informations sur la contraception et les méthodes d'urgence au  
<http://teljeunes.com/informe-toi/sexualite/contraception/pilule-du-lendemain-cou> (consulté en septembre 2020).

Pour mieux comprendre **les défis auxquels sont confrontés les adolescents à l'égard de l'utilisation des moyens de protection et des tests de dépistage des ITSS**

- Sur le site Web des publications du ministère de la Santé et des Services sociaux, des numéros du magazine *Ça s'exprime* sont accessibles au  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en septembre 2020)
  - numéro 14 (2010) : « Aider les jeunes à faire des choix éclairés devant les tests de dépistage des ITSS »



- numéro 4 (2010), « La santé sexuelle, ça se protège! » nouvelle édition mise à jour et augmentée : (pages 3 à 10 et 22 à 26)

#### Pour des informations sur **les ITSS, leur prévention et leur dépistage**

- Sur le site gouvernemental de prévention des ITSS, les sections « Je crois avoir une ITSS : quoi faire? » et « Comment me protéger » au <http://www.itss.gouv.qc.ca/> (octobre 2020).
- La brochure du ministère de la santé et des Services sociaux, intitulée « **Les ITSS - mieux les connaître** » destinée aux jeunes de 12 à 17 ans, vise à les informer sur les ITSS et les moyens de les prévenir. Pour la télécharger ou en commander des exemplaires gratuits pour les élèves : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000277/> (disponible en français et en anglais) (consulté en octobre 2020).
- Sur le portail gouvernemental **Quebec.ca**, section SANTÉ :
  - rubriques « Problèmes de santé/ITSS » accessible au : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/itss/> (consulté en octobre 2020)
  - rubriques « Conseil et prévention/Dépistage et offre de tests porteur/Dépistage des ITSS » accessible au : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/depistage-et-offre-de-tests-de-porteur/depistage-des-itss/#c782> (consulté en octobre 2020)
  - rubriques « Conseils et prévention/Santé sexuelle (**à venir**) »
- L’affiche intitulée « **Les infections transmissibles sexuellement et par le sang** » du ministère de la Santé et des Services sociaux, accessible au : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000870/?&type=affiche&date=DESC&sujet=itss&critere=sujet> (consulté en octobre 2020) (téléchargeable)

#### Pour voir les **répercussions des grossesses et de la parentalité** à l’adolescence :

- Sur le site Web des publications du ministère de la Santé et des Services sociaux, des numéros du magazine *Ça s'exprime* sont accessibles au <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en septembre 2020)
  - numéro 2 (2005) : « La grossesse à l’adolescence, un phénomène qui persiste! » (pages 3 à 5)
  - numéro 8 (2007) : « Désirer ou avoir un enfant à l’adolescence : mieux saisir le sens et les enjeux »

#### Des outils pouvant être utiles à l’animation

- Sur la plateforme **Télé-Québec en classe**, une série de capsules intitulées « On parle de sexe ». Des segments *Bon à savoir* et *Histoires perso* pourraient être utilisés selon la modalité pédagogique retenue et le niveau d’aisance pour en discuter avec les élèves. Ces capsules sont accessibles à partir du lien suivant : <https://enclasse.telequebec.tv/collection/on-parle-de-sexe/32> (consulté en octobre 2020). Les capsules suivantes peuvent être pertinentes en lien avec les notions abordées dans le présent document de soutien en éducation à la sexualité :
  - « Contraception » (*segments Bon à savoir et Histoires perso*) (*suggéré aussi en 3<sup>e</sup> secondaire*)
  - « ITSS » (*segment Bon à savoir*) (*suggéré aussi en 3<sup>e</sup> secondaire*)
  - « Utiliser le condom » (*segment Bon à savoir*) (*suggéré aussi en 3<sup>e</sup> secondaire*)
  - « Interruption de grossesse » (*segments Bon à savoir et Histoires perso*)
  - « Sexe oral » (*segment Bon à savoir*) (*suggéré aussi en 3<sup>e</sup> secondaire*)
- Des vidéos produites pour expliquer le **mode d’emploi du condom** (consultées en mai 2020)



- La vidéo « Condom : mode d'emploi » (1 min 30), produite par le Centre des sciences de Montréal, accessible au <https://youtu.be/26THQ7iW-r4>
- Les vidéos produites par l'organisme américain Planned Parenthood.org :
  - « What is a condom and how is it used » (45 s) au <https://www.plannedparenthood.org/learn/birth-control/condom> (en anglais seulement)
  - « How to put a condom on » (2 min 30) au <https://www.plannedparenthood.org/learn/birth-control/condom/how-to-put-a-condom-on> (en anglais seulement)
  - Le site albertain [www.teachingsexualhealth.ca](http://www.teachingsexualhealth.ca) contient une vidéo (4 min) qui explique comment utiliser un condom <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/resource/utliser-un-condom/> (disponible en français et en anglais)
- Un feuillet sur **l'utilisation du carré de latex et sa fabrication à partir d'un condom**, accessible au <https://www.cdc.gov/condomeffectiveness/Dental-dam-use.html> (par les Centers for Disease Control and Prevention, en anglais seulement) (consulté en juin 2020)

## VIOLENCE DANS LES RELATIONS INTIMES

### Pour mieux comprendre les enjeux spécifiques à la violence en contexte amoureux

- Sur le site Web des publications du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), des numéros du magazine *Ça s'exprime* sont accessibles à partir du lien suivant : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en novembre 2019)
  - numéro 12 (2009) intitulé : « La violence sexuelle dans les couples adolescents : subtile, mais dévastatrice » (voir les pages 2 à 4)
- Sur le catalogue collectif du réseau informatisé des bibliothèques gouvernementales (CUBIQ), des numéros du *Petit Magazine de la formation personnelle et sociale* sont accessibles à partir du lien suivant : [https://www.bibliotheque.assnat.qc.ca/DepotNumerique\\_v2/AffichageNotice.aspx?idn=6334](https://www.bibliotheque.assnat.qc.ca/DepotNumerique_v2/AffichageNotice.aspx?idn=6334) (consulté en novembre 2019)
  - numéro 1 (printemps 2000) intitulé : « Vivre d'amour et de tendresse » (voir les pages 2 à 5)
- Sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), la *Trousse Média sur la violence conjugale* présente les relations amoureuses à l'adolescence comme un « contexte de vulnérabilité ». Ainsi, des informations sur l'ampleur, les facteurs de risque et des **pistes d'intervention prometteuses en matière de violence en contexte amoureux à l'adolescence** sont accessibles à partir du lien suivant : <https://www.inspq.qc.ca/violence-conjugale/comprendre/contextes-de-vulnerabilite/adolescence>
- Le livre de Mylène Fernet, professeure au Département de sexologie à l'UQAM, « Amour, violence et adolescence », 2005, principalement le chapitre 6, dont la notice complète est accessible à partir du lien suivant : <https://www.puq.ca/catalogue/livres/amour-violence-adolescence-304.html> (consulté en novembre 2019)
- Sur le site Web de l'Enquête sur les parcours amoureux des jeunes (PAJ), enquête réalisée entre 2011 et 2014 auprès de plus de 8000 jeunes Québécois de 14 à 18 ans du 2<sup>e</sup> cycle du secondaire, des outils sont accessibles à partir des liens suivants :



- **Feuillets d'information** (résultats de recherche vulgarisés **pour les jeunes**) :  
<https://paj.uqam.ca/pour-les-jeunes/> et <https://paj.uqam.ca/pour-les-enseignants/>  
 (consulté en novembre 2019)
  - Feuillelet n° 1 : *Les relations amoureuses*
  - Feuillelet n° 3 : *La violence dans les relations amoureuses*
  - Feuillelet n° 4 : *La vulnérabilité, le soutien et la résilience*
  - Feuillelet n° 6 : *Les expériences de victimisation des jeunes lesbiennes, gays et bisexuel.le.s*
  
- **Affiches** (format 11 X 17 à installer en classe), sur les mêmes thèmes et téléchargeables aux mêmes adresses
  
- **Flash PAJ** (faits saillants de l'Enquête à l'intention des intervenants) :  
<https://paj.uqam.ca/flash-paj> (consulté en novembre 2019)
  - Flash PAJ n° 01 : *Violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes;*
  - Flash PAJ n° 04 : *Sentiment d'auto-efficacité des jeunes pour composer avec la violence dans les relations amoureuses;*
  - Flash PAJ n° 07 : *Relations entre la violence perpétrée et la communication au sein des couples adolescents;*
  - Flash PAJ n° 09 : *Pires expériences vécues au sein des relations amoureuses chez les jeunes ayant subi de la violence sexuelle.*
  
- Sur le site Web de l'Institut de la statistique du Québec (ISQ), le rapport de la deuxième édition de l'*Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017 : Résultats de la deuxième édition* (tome 2 : *L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes*) – réalisée auprès de plus de 62 000 élèves à l'échelle du Québec, comporte une section consacrée aux résultats portant sur la « Violence dans les relations amoureuses » (pages 121-134). Cette section est accessible à partir du lien suivant : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019)
  
- Sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), le *Rapport québécois sur la VIOLENCE et la santé* regroupe du contenu scientifique visant à documenter les différentes formes de violence vécues au Québec, leurs manifestations ainsi que les approches probantes en matière de prévention. Trois chapitres s'avèrent plus particulièrement liés aux *Précisions de contenus* de la présente thématique et sont accessibles à partir du lien suivant : [https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2380\\_rapport\\_quebecois\\_violence\\_sante.pdf](https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2380_rapport_quebecois_violence_sante.pdf) (consulté en novembre 2019)
  - Chapitre 3 – *Les agressions sexuelles* (pages 55 à 96)
  - Chapitre 4 – *La violence dans les relations amoureuses des jeunes* (pages 97 à 130)
  - Chapitre 7 – *La violence en milieu scolaire et les défis de l'éducation à la socialisation* (pages 199 à 228)
  
- Sur le site Web de Tel-Jeunes, dans la section « Amour », sous la rubrique « Vivre une relation amoureuse » ou « Vivre un conflit », de l'information sur :
  - *Vis-tu une relation d'amour malsaine?* est accessible à partir du lien suivant : <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Amour/Vivre-une-relation-amoureuse/Vis-tu-une-relation-d-amour-malsaine-fr> (consulté en novembre 2019)



- *La jalousie dans un couple* est accessible à partir du lien suivant : <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Amour/Vivre-un-conflit/La-jalousie-dans-un-couple> (consulté en novembre 2019)

### Pour savoir quoi faire en cas de dévoilement d'une situation d'agression sexuelle

- Les rôles et les obligations des adultes de l'école lorsqu'un élève est victime d'agression sexuelle, le document *Entente multisectorielle relative aux enfants victimes d'abus sexuels, de mauvais traitements physiques ou d'une absence de soins menaçant leur santé physique*, du gouvernement du Québec, est accessible à partir du lien suivant : [https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/documents/sf\\_entente.pdf](https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/documents/sf_entente.pdf) (voir les pages 30 à 34) (consulté en novembre 2019)
- La brochure *Faire un signalement au DPJ, c'est déjà protéger un enfant – Quand et comment signaler?*, du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), est accessible à partir du lien suivant : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000895/> (consulté en mai 2020)
- La Direction de la protection de la jeunesse. Pour obtenir les coordonnées : <http://www.cdpcj.qc.ca/fr/droits-de-la-jeunesse/Pages/DPJ.aspx> (consulté en novembre 2019)
- La ligne ressource sans frais pour les victimes d'agression sexuelle, pour écouter, informer et guider les victimes d'agression sexuelle et leurs proches. Ce service est **bilingue, sans frais, confidentiel** et est accessible 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Pour la région de Montréal : 514 933-9007 et ailleurs au Québec : 1 888 933-9007.

### Pour être à l'affût des mesures d'ouverture et de soutien en matière de diversité sexuelle et de genre

- Le document sur les *Mesures d'ouverture et de soutien envers les jeunes trans et les jeunes non binaires : guide pour les établissements d'enseignement*, rédigé par le comité de travail sur les jeunes trans et non binaires de la Table nationale de lutte contre l'homophobie et la transphobie des réseaux de l'éducation, est accessible à partir du lien suivant : <http://tablehomophobietransphobie.org/> (consulté en novembre 2019)

### Des outils pouvant être utiles à l'animation

- La *Campagne de sensibilisation des violences sexuelles en contexte intime: une initiative AVEC, PAR et POUR les adolescents*, du Laboratoire d'études sur la violence et la sexualité de l'UQAM<sup>cccxxi</sup>, propose des capsules vidéo conçues pour sensibiliser les jeunes aux violences sexuelles exercées par un partenaire. Certaines capsules pourraient être utilisées selon la modalité pédagogique retenue et son niveau d'aisance à en discuter avec les élèves. Ces capsules sont accessibles à partir du lien suivant : [https://www.youtube.com/channel/UCAM\\_LLXi0WkckMKqrjAFUtA/videos?disable\\_polymer=1](https://www.youtube.com/channel/UCAM_LLXi0WkckMKqrjAFUtA/videos?disable_polymer=1) (consulté en novembre 2019)

Les capsules suivantes correspondent à certains des éléments des *Précisions sur les contenus* :

- *Les différentes formes de violence sexuelle dans les relations intimes* (5 min 44 s);
- *La violence sexuelle ne laisse pas toujours de trace visible* (47 s);
- *Le consentement (partie 2)* (2 min 31 s);
- *Accepter sous la pression, ce n'est pas donner son consentement* (55 s);
- *Au lit comme dans la vie, communiquer c'est la clé* (50 s);
- *Mettre tes limites, c'est te respecter* (1 min 18 s);
- *Soyons solidaires contre les violences sexuelles* (1 min 15 s).



- La campagne *C'est pas violent*, lancée par l'organisme SOS Violence conjugale, propose une plateforme numérique visant à sensibiliser les jeunes de 15 à 25 ans aux subtilités de la violence pouvant être vécue en contexte amoureux. Des simulations de conversations par messages textes, avec différentes options de réponses, permettent d'aborder des formes de violences dont : le consentement sexuel, le harcèlement psychologique, la géolocalisation à l'insu du partenaire, la manipulation et la violence du suicide et l'exploitation sexuelle. Les exercices de simulation pourraient être utilisés selon la modalité pédagogique retenue et son niveau d'aisance à en discuter avec les élèves. Les simulations sont accessibles à partir du lien suivant : <https://cestpasviolent.com/> (consulté en novembre 2019). Puisque chaque simulation présente un garçon qui commet des gestes de violence envers une fille, il importe de rappeler que la violence en contexte amoureux peut se vivre dans différents contextes (ex. : sans égard au sexe, au genre ou à l'orientation sexuelle) et que la recherche d'aide est importante pour toutes les personnes concernées (ex. : autant pour la personne qui exerce les gestes de violence, celle qui la subit, que pour celle qui est témoin ou qui reçoit une confidence). Les simulations suivantes correspondent à certaines notions abordés le présent document de soutien en éducation à la sexualité :

- *Ça s'appelle pas touche!!;*
- *Être pris en sandwich : c'est moi ou eux;*
- *J'ai mon voyage;*
- *Une faim de loup : pour mieux te croquer;*
- *Vrai pot de colle : comme une sangsue.*

## POUR LES JEUNES

- Puisque le fait de pouvoir « compter sur un adulte significatif » et d'« avoir accès à des ressources d'aide » constitue un **facteur de protection**<sup>cccxxii</sup> en matière de violence en contexte amoureux chez les jeunes, **il importe d'informer ces derniers sur les ressources disponibles autour d'eux**. Il peut s'agir de leur remettre un « aide-mémoire » qui leur permettra d'identifier :
  - des membres du personnel scolaire qui peuvent aider les élèves qui subissent, commettent ou qui sont témoins de violence en contexte amoureux;
  - des amis, des parents et des proches en qui les élèves ont confiance et qui pourraient aider en situation de violence en contexte amoureux;
  - des ressources d'aide spécifiques aux jeunes, dans leur communauté ou plus largement (ex. : organismes régionaux ou nationaux), en matière de violence en contexte amoureux.

## POUR LES PARENTS

L'éducation à la sexualité est plus efficace lorsqu'une collaboration entre l'école et la famille est établie. Les parents peuvent jouer un rôle complémentaire dans la réflexion sur les premières relations sexuelles et les motivations à s'y engager. Plusieurs adolescents citent leurs parents comme modèles en matière de sexualité.

- Les parents peuvent avoir une influence importante : les comportements des adolescents sont plus influencés par leurs parents que par leurs amis. Une étude menée en 2011 auprès de mères et d'adolescents de 14 à 17 ans révèle que **45 % des adolescents considèrent leurs parents comme leur modèle de comportement sexuel**. L'étude indique aussi que 32 % s'identifient à leurs amis et que seulement 15 % s'inspirent de vedettes. Ces résultats confirment l'importance de la communication entre les parents et leur adolescent au sujet des relations sexuelles<sup>cccxxiii</sup>.





- Les références suivantes pourraient les aider à poursuivre la discussion avec leur adolescent après l'animation en classe :
  - Sur le site Web du ministère de la Santé et des Services sociaux, le projet Mosaïk, section « Impliquer les parents dans l'éducation à la sexualité de leur jeune » au <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001151/> pour prendre connaissance des bulletins suivants :
    - **Numéro 12** « Les premières relations amoureuses »
    - **Numéro 13** « La violence dans les relations amoureuses à l'adolescence »
    - **Numéro 16** « Comment aborder les premières relations sexuelles avec mon jeune? »
    - **Numéro 17** « Comment parler de contraception avec mon jeune ? »
    - **Numéro 18** « Pourquoi parler du condom avec mon jeune? »
- Une étude présentée en 2011 par le Dr Jean-Yves Frappier du Centre de recherche du CHU Sainte-Justine et réalisée auprès de mères et d'adolescents de 14 à 17 ans révèle que 45 % des adolescents considèrent leurs parents comme modèle de comportement en matière de sexualité. L'article est accessible à partir du lien suivant : <https://www.chusj.org/fr/Calendrier-salle-presse/nouvelles/actualites/2011/Les-adolescents-plus-influences-par-la-sexualite-d.>
- La prévention de la violence en contexte amoureux à l'adolescence est plus efficace lorsqu'une collaboration entre l'école et la famille est établie. Les parents peuvent jouer un rôle **complémentaire** dans la poursuite de la réflexion réalisée à l'école en encourageant leurs jeunes à dénoncer une situation de violence en contexte amoureux. Ils peuvent aussi jouer un rôle important en aidant leurs jeunes à adopter des comportements respectueux dans leurs relations interpersonnelles afin qu'elles soient basées sur la réciprocité et le respect. La capacité à développer l'intimité en contexte amoureux dépendrait des compétences relationnelles (ex. : communication, stratégies de résolution de conflits) acquises dans les relations significatives antérieures (notamment avec les parents et les pairs). Les parents peuvent aussi communiquer leurs opinions, leurs valeurs et faire réfléchir leurs jeunes sur ce qui est acceptable et sur ce qui est inacceptable en contexte amoureux.
- Sur le site Web de la Ligne Parents :
  - la section « Sexualité », sous les onglets « En parler avec mon ado », « Consentement sexuel » et « Pornographie », propose des pistes d'intervention accessibles à partir du lien suivant : <https://www.ligneparents.com/LigneParents/Tous-les-themes/Sexualite.>
  - dans la section thématique « Communications et relations » sous l'onglet « Amis et amour » et ensuite « **Que faire en tant que parent** », des pistes d'intervention sur la rupture amoureuse sont accessibles à partir du lien suivant : <https://www.ligneparents.com/LigneParents/Tous-les-themes/Communications-et-relations/Amis-et-amour/Que-faire-en-tant-que-parent> (consulté en novembre 2019)
  - dans la section thématique « Comportements » sous l'onglet « Adolescence » et ensuite « **Violence amoureuse** », des statistiques ainsi que des définitions sur la violence en contexte amoureux sont accessibles à partir du lien suivant : <https://www.ligneparents.com/LigneParents/Tous-les-themes/Comportements/Adolescence/Violence-amoureuse> (consulté en novembre 2019)
  - dans la section thématique « Comportements » sous l'onglet « Adolescence » et ensuite « **Agressions sexuelles** », des informations concernant la prévention, le soutien et des ressources disponibles sont accessibles à partir du lien suivant : <https://www.ligneparents.com/LigneParents/Tous-les->



[themes/Comportements/Adolescence/Agressions-sexuelles](#) (consulté en novembre 2019)

- Sur le site Web de l'Association québécoise Plaidoyer-Victimes, sous l'onglet « **Cyberviolence dans les relations amoureuses des jeunes** », des outils et activités à l'intention des parents d'adolescents sont accessibles à partir du lien suivant : <https://aqpv.ca/outils-et-guides-dinformation/> (consulté en novembre 2019)

---

## COMMUNICATION NUMÉRIQUE

---

Pour mieux comprendre le sextage et le partage non consenti d'images intimes :

- les **sextos** :
  - le site du Centre canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique HabiloMédias au : <http://habilomedias.ca/recherche-et-politique> (en français et en anglais)
    - *Le partage non consenti d'images intimes : Comportements et attitudes des jeunes Canadiens*, (2018)
    - *Jeunes Canadiens dans un monde branché*, phase III : *La sexualité et les relations amoureuses à l'ère du numérique*, (2014)
  - le site de Jeunesse J'écoute au : <https://jeunessejecoute.ca/information/sextage-la-vie-privee-et-la-loi/>.
- l'usage **d'Internet, des réseaux sociaux, des technologies de l'information et de la communication** et sur le **matériel sexuellement explicite** :
  - le magazine *Ça sexprime* <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>
    - numéro 9, printemps 2007, pages 5 à 7, portant sur les conséquences de l'exposition à la pornographie sur les jeunes et leurs relations amoureuses a
    - numéro 20 (printemps 2012) intitulé : « *Séduction en ligne : vers une exploration sécuritaire et épanouissante de soi et des autres* » le contenu des pages 4 à 8 et le court questionnaire pour aider les élèves à faire le point sur ce qu'ils partagent en ligne à la page 12.
  - le site du Centre canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique HabiloMédias, le résumé de l'enquête *Jeunes Canadiens dans un monde branché*, phase III : *La sexualité et les relations amoureuses à l'ère du numérique* au : <http://habilomedias.ca/recherche-et-politique>
  - le dossier *L'éducation à la sexualité, du social à l'intime : l'émergence d'Internet et des réseaux sociaux* du magazine *La santé de l'homme* (numéro 418, mars-avril 2012) produit par l'INPES en France (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé) : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/SLH/pdf/sante-homme-418.pdf>.
- Sur le site Web d'Éducaloi, une capsule vidéo intitulée « **Partager les photos intimes d'une personne sans son accord** » est accessible à partir du lien suivant : <https://www.educaloi.qc.ca/capsules/partager-des-images-intimes-un-crime> (consulté en novembre 2019)
- Sur le site Web de Cyberaide (Centrale canadienne de signalement des cas d'exploitation sexuelle d'enfants sur Internet), un feuillet explicatif sur **la distribution non consentie d'images intimes** est accessible à partir du lien suivant : [https://www.cyberaide.ca/pdfs/Ctip\\_SharingSexualPictures\\_fr.pdf](https://www.cyberaide.ca/pdfs/Ctip_SharingSexualPictures_fr.pdf) (consulté en novembre 2019)



## Pour réfléchir à l'utilisation d'Internet dans l'espace privé et l'espace public

- La vidéo (5 min) de Serge Tisseron, psychiatre et spécialiste de l'image et des médias numériques <http://blogsgrms.com/cestmalade/utiliser-internet-a-lecole/>. Consulté en octobre 2019.

## Des outils pouvant être utiles à l'animation

- La *Campagne de sensibilisation des violences sexuelles en contexte intime: une initiative AVEC, PAR et POUR les adolescents*, du Laboratoire d'études sur la violence et la sexualité de l'UQAM<sup>cccxxiv</sup>, propose des capsules vidéo conçues pour sensibiliser les jeunes aux violences sexuelles exercées par un partenaire. Certaines capsules pourraient être utilisées selon la modalité pédagogique retenue et son niveau d'aisance à en discuter avec les élèves. Ces capsules sont accessibles à partir du lien suivant : [https://www.youtube.com/channel/UCAM\\_LLXiOWkckMKqrjAFUtA/videos?disable\\_polymer=1](https://www.youtube.com/channel/UCAM_LLXiOWkckMKqrjAFUtA/videos?disable_polymer=1) (consulté en novembre 2019)  
Les capsules suivantes correspondent à certains des éléments des *Précisions sur les contenus* :
  - *Partager des photos intimes de l'autre, c'est illégal et ça fait mal* (1 min 42 s);
  - *Et si c'était toi sur la photo?* (1 min 9 s).

## JUSTICE ET DROIT

### ENCADREMENT JURIDIQUE DE LA VIE AMOUREUSE ET SEXUELLE

Cette section n'est pas encore développée.

## CULTURE ET PRODUCTIONS SYMBOLIQUES

### REPRÉSENTATIONS DE LA SEXUALITÉ

## Pour cerner le concept de sexualisation de l'espace public

- Les outils proposés par le Secrétariat à la condition féminine *Sans stéréotypes*, <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/personnel-scolaire/>. Consulté en octobre 2019.
- L'avis *Le sexe dans les médias : obstacle aux rapports égalitaires* sur le site Web du Conseil du statut de la femme, [www.csf.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/avis-le-sexe-dans-les-medias-obstacle-aux-rapports-egalitaires.pdf](http://www.csf.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/avis-le-sexe-dans-les-medias-obstacle-aux-rapports-egalitaires.pdf). Consulté en octobre 2019. Lire plus particulièrement :
  - l'introduction et la conclusion de cet avis;
  - les chapitres 1 et 2 (section 2.3 sur les représentations de la sexualité dans l'espace public);
  - pour une vue d'ensemble des enjeux : le résumé de cet avis (28 pages), <http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/bs67134> (pages 9 à 14). Consulté en octobre 2019.

## Pour comprendre les nouvelles réalités sociosexuelles

- L'entrevue de l'émission Banc public *La naissance du genre neutre* (possible de se concentrer uniquement sur les huit premières minutes)



<https://zonevideo.telequebec.tv/media/39178/la-naissance-du-genre-neutre/banc-public>. Consulté en octobre 2019.

- Un extrait de l'émission Dans les médias *La diversité corporelle dans les médias* <http://danslesmedias.telequebec.tv/emissions/100495951/mitsou/42147/la-diversite-corporelle-dans-les-magazines>. Consulté en octobre 2019.
- Le documentaire *Troller les trolls* <https://www.telequebec.tv/documentaire/troller-les-trolls/>. Consulté en octobre 2019.

### **Pour une banque d'images conçue par le Centre des sciences de Montréal dans le but de démontrer la sexualisation de l'espace public et de faire réfléchir sur les messages qu'elle véhicule**

- Une banque d'images conçue par le Centre des sciences de Montréal ayant pour but de démontrer la sexualisation de l'espace public et de faire réfléchir sur les messages qu'elle véhicule; elle est accessible au : [www.flickr.com/groups/sexualite](http://www.flickr.com/groups/sexualite). Consulté en octobre 2019.

### **Pour mieux comprendre l'influence des médias et distinguer les messages implicites des messages explicites**

- Sur le site Web d'HabiloMédias, des vidéos sont accessibles à partir des liens suivants :
  - *Les médias sont des constructions* (2014) : <https://www.youtube.com/watch?v=gGKO2Pzco-Y>. Consulté en octobre 2019.
  - *Les médias ont des implications sociales et politiques* (2014) : <https://www.youtube.com/watch?v=1HLJzUrpYM>. Consulté en octobre 2019.
  - *Les médias ont des implications commerciales* (2014) : <https://www.youtube.com/watch?v=aQz2YfVPSMI>. Consulté en octobre 2019.
  - *Les médias ont des auditoires imprévus* (2018) : [https://www.youtube.com/watch?v=XKr6\\_fkrSq4](https://www.youtube.com/watch?v=XKr6_fkrSq4). Consulté en octobre 2019.

### **Pour un exemple de campagne médiatique visant à sensibiliser l'opinion publique aux aspects de la sexualité (représentation de la sexualité dans les médias)**

- La Charte pour une image corporelle saine et diversifiée au : [http://www.scf.gouv.qc.ca/fileadmin/Documents/Stereotypes/Charte\\_8.5X11\\_CHIC.pdf](http://www.scf.gouv.qc.ca/fileadmin/Documents/Stereotypes/Charte_8.5X11_CHIC.pdf). Seulement en français. Consulté en octobre 2019.

## **POUR LES PARENTS**

L'éducation à la sexualité est plus efficace lorsqu'une collaboration entre l'école et la famille est établie. Les parents peuvent jouer un rôle complémentaire dans la réflexion sur la sexualisation de l'espace public. Les parents savent que les outils technologiques permettent l'accès à des contenus et la création de contenus à caractère sexuel; ils peuvent poser différents gestes pour aider et soutenir leur adolescent. On sait, par ailleurs, que les parents qui se protègent en ligne ont plus de chances d'être un modèle pour leur enfant et d'agir à titre de mentor numérique<sup>cccxxv</sup>. Différents moyens peuvent être mis en œuvre par les parents à la suite des réflexions faites en classe<sup>cccxxvi</sup> :

- monitorer les activités des jeunes sur Internet et les réseaux sociaux, mettre des restrictions sur le textage :



- bien que certains parents pensent le contraire, les jeunes interrogés dans le cadre d'études ont dit préférer que leurs parents soient plus que moins intéressés à ce qu'ils font en ligne. Il demeure toutefois un défi pour les parents de superviser le contenu des discussions entre amis;
- mettre en place, avec son adolescent, des stratégies de sécurité et avoir clarifié avec lui la façon respectueuse de se comporter en ligne. Cela aidera à développer les habiletés préventives nécessaires à un usage prudent des technologies.
- garder les canaux de communication ouverts sur la sexualité :
  - être présents et ouverts à ce que son adolescent fait en ligne;
  - utiliser le matériel médiatique à proximité, saisir différentes occasions pour discuter spontanément de l'utilisation des médias, d'Internet et des réseaux sociaux;
  - trouver un équilibre entre des discussions, des expériences agréables et positives tout en étant prêts à intervenir lors de situations problématiques ou coercitives;
  - s'ajuster au fil du temps : au fur et à mesure que les défis se posent et que l'adolescent grandit.
- connaître les ressources qui peuvent aider en cas de besoin :
  - sur le site du Centre canadien de protection de l'enfance, plusieurs rubriques indiquent comment faire pour obtenir de l'aide et connaître ses droits :
    - Aidezmoisvp.ca : <https://needhelpnow.ca/app/fr/> (en français). Consulté en octobre 2019.
    - Needhelpnow.ca : <https://needhelpnow.ca/app/en/index> (en anglais). Consulté en octobre 2019.
- favoriser le développement de l'esprit critique à l'égard de la sexualisation de l'espace public et des stéréotypes :
  - utiliser les outils proposés par le Secrétariat à la condition féminine *Sans stéréotypes* <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/parents/>. Consulté en octobre 2019.



# Références

Les informations comprises dans ce document de soutien proviennent des canevas pédagogiques suivants :

- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (Document de travail). *Agir sexuel – 3<sup>e</sup> secondaire*, avril 2020, 37 pages.
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (Document de travail). *Agir sexuel – 4<sup>e</sup> secondaire*, juillet 2019, 30 pages.
- Ministère de l'Éducation du Québec. (Document de travail). *ITSS et grossesse – 3<sup>e</sup> secondaire*, novembre 2020, 30 pages.
- Ministère de l'Éducation du Québec. (Document de travail). *ITSS et grossesse – 4<sup>e</sup> secondaire*, novembre 2020, 27 pages.
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (Document de travail). *Vie affective et amoureuse – 4<sup>e</sup> secondaire*, mai 2020, 39 pages.
- Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. (Document de travail). *Identité, rôles stéréotypes sexuels et normes sociales – 3<sup>e</sup> secondaire*, janvier 2020, 29 pages.

---

i. Fernet et collab., 2005.

paii. ASSS Mtl, 2009.

iii. Fernet, 2002.

iv. ISQ, 2002.

v. Fortenberry, 2010.

vi. Thériault, 1995, p. 69.

vii. Fortenberry, 2010.

viii. MSSS, 2011; Blais et collab., 2009; Cazale et Leclerc, 2010.

ix. MSSS, 2011; Cazale et Leclerc, 2010; Fortenberry, 2010.

x. ISQ, 2002.

xi. Rotterman, 2012.

xii. Connolly et McIsaac, 2009.

xiii. Diamond et Savin-Williams, 2009.

xiv. Connolly et McIsaac, 2009.

xv. Harter, 2006.

xvi. Cleamans et collab., 2010.

xvii. Harter, 2006.

xviii. Cleamans et collab., 2010.

xix. Harter, 2006.

xx. Harter, 2006.

xxi. Crockett, L. J., Raffaelli, Marcella et Moilanen, K.L., 2003. "Adolescent Sexuality : Behavior and Meaning", *Faculty Publications, Department of Psychology, University of Nebraska – Lincoln*, 245, p. 371-392. <https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1244&context=psychfacpub>. Consulté en février 2020.

xxii. Institut national de santé publique (INSPQ), *Portrait des ITSS*, 2018. [<https://www.inspq.gc.ca/publications/2471>] (Consulté en septembre 2020).

xxiii. Street, Maria-Constanza, (2018). « Comportements sexuels et orientation sexuelle chez les élèves de 14 ans et plus », dans *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. La santé physique et les habitudes de vie des jeunes*, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 3. [<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t3.pdf>] (Consulté en octobre 2020).

xxiv. Rotermann, 2012; MSSS, 2011; Rotermann, 2008; Kirby, 2007.

xxv. Lacroix et Cloutier, 2010; Rotermann, 2008.

xxvi. Kirby, 2007.

xxvii. Kirby, 2007.

xxviii. Kirby, 2007.

xxix. ISQ, 2002.

xxx. ISQ, 2002.

xxxi. UNESCO, 2018. *Principes directeurs internationaux sur l'éducation à la sexualité*, p. 133. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000266214>. Consulté en février 2020.



- xxxii. UNESCO, 2018. *Principes directeurs internationaux sur l'éducation à la sexualité*, p. 54. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000266214>. Consulté en février 2020.
- xxxiii. Resnick, S., 2002. "Sexual pleasure : the next frontier in the study of sexuality", *SIECUS REPORT*, vol. 30, n° 4, p. 6-11. <https://siecus.org/wp-content/uploads/2015/07/30-4.pdf>. Consulté en février 2020.
- xxxiv. Blunt-Vinti, H.D. et collab., 2016. "Assessing relationship and sexual satisfaction in adolescent relationships formed online and offline", *Journal of Adolescent Health*, 58, p. 11-16, [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(15\)00387-0/fulltext](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(15)00387-0/fulltext). Consulté en février 2020.
- xxxv. Fay, J., 2002. "Teaching teens about sexual pleasure", *SIECUS REPORT*, vol. 30, n° 4, p. 12-18, <https://siecus.org/wp-content/uploads/2015/07/30-4.pdf>. Consulté en février 2020.
- xxxvi. Brooks-Gunn et Paikoff, 1997; Lieberman et collab., 2017.
- xxxvii. Magazine *Ça s'exprime*, n° 17, printemps 2011. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- xxxviii. Wentland, J. et Reissing, E., 2014. "Causal sexual relationships: identifying definitions fort one night stands, booty calls, fuck buddies, and friends with benefits", *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(3), p. 167-177. <https://utpjournals.press/doi/full/10.3138/cjhs.2744>. Consulté en février 2020.
- xxxix. Frappier et collab. 2008. Cité dans Dubé, Lavoie, Blais et Hébert, 2015. « L'aventure sans lendemain chez les adolescents hétérosexuels : réflexions et pistes d'intervention », *Revue québécoise de psychologie*, 36(1), p. 105-126.
- xl. Manning, W.D., Giordano, P.C. et Longmore, M.A., 2006. "Hooking up : the relationship contexts of non-relationship sex", *Journal of Adolescent Research*, 21(5), p. 459-483. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0743558406291692>. Consulté en février 2020.
- xli. Brooks-Gunn et Paikoff, 1997.
- xlii. Street, Maria-Constanza, 2018. « Comportements sexuels et orientation sexuelle chez les élèves de 14 ans et plus », dans *Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. La santé physique et les habitudes de vie des jeunes*, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 3, p. 263-297, [<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/sante-jeunes-secondaire-2016-2017-t3.pdf>] (Consulté en octobre 2020).
- xliii. Magazine *Ça s'exprime*, n° 25 2016. [<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>] (Consulté en octobre 2020).
- xliv. Adapté de : Fédération canadienne pour la santé sexuelle. *Au-delà de l'essentiel. Guide-ressources sur l'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive*, 2006.
- xlv. INSPQ, *Portail de l'Infocentre de santé publique du Québec, Taux de grossesse selon l'âge, version mars 2018*. [<http://www.ciass-anaudiere.gouv.qc.ca/documentation/sylla-statistiques-regionales/recherche/?q=grossesse&id=1781&L=0>] (Consulté en octobre 2020).
- xlvi. Bossé, 2016. Magazine *Ça s'exprime*, n° 25. 2016. [<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>] (Consulté en octobre 2020).
- xlvii. INSPQ, Étude PIXEL – Portrait de la santé sexuelle des jeunes adultes au Québec, 2017. [<https://www.inspq.qc.ca/publications/2307>] (Consulté en septembre 2020)
- xlviii. INSPQ, Étude PIXEL – Portrait de la santé sexuelle des jeunes adultes au Québec, 2017. [<https://www.inspq.qc.ca/publications/2307>] (Consulté en septembre 2020)
- xlix. INSPQ. 2018. Étude PIXEL. – Contraception, grossesse, IVG, 2018. [<https://www.inspq.qc.ca/espace-itss/pixel/contraception-grossesse-ivg>] (consulté en septembre 2020)
- l. Yen et collab., 2014, cité dans Magazine *Ça s'exprime*, n° 25 (2016). [<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>] (Consulté en octobre 2020).
- li. QUEBEC.CA. 2020. *Famille et soutien aux personnes- Grossesse et parentalité- Avortement : prise de décision* [<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/grossesse-et-parentalite/avortement-prise-de-decision>] (Consulté en octobre 2020).
- lii. QUEBEC.CA. 2020. *Santé-Système et services de santé-Organisation des services-Avortement : services* [<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/avortement-services/demarche>] (Consulté en octobre 2020).
- liii. QUEBEC.CA. 2020. *Famille et soutien aux personnes- Adoption-Adoption au Québec* [<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/adoption/adoption-au-quebec/>] (Consulté en octobre 2020).
- liv. Simon V. A., Furman W. (2010), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- lv. Lavoie et Vézina (2002), dans Olivia Beaulieu-Denault (2016). *Identification de patterns de violence physique et psychologique infligée et subie dans les relations amoureuses à l'adolescence*, mémoire doctoral en psychologie, Université Laval.
- lvi. Fernet et collab., 2005.
- lvii. Fernet et collab., 2005.
- lviii. Fernet et collab., 2005.
- lix. Fernet, 2002.
- lx. Tuval-Mashiach R., Shulman S. (2006), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- lxi. Bundock, K., Chan, C. et Hewitt, O. (2018). "Adolescents' Help-Seeking Behavior and Intentions Following Adolescent Dating Violence: A systematic Review", *Trauma, Violence and Abuse*, 1(17), p. 1-17.
- lxii. Fernet, 2002.
- lxiii. Wekerle et Tanaka (2010), tiré du site Web de l'observatoire sur la maltraitance des enfants. Récupéré à : [http://observatoiremaltraitance.ca/Pages/Coup\\_d'oeil\\_sur\\_les\\_relations\\_amoureuses.aspx](http://observatoiremaltraitance.ca/Pages/Coup_d'oeil_sur_les_relations_amoureuses.aspx) (consulté en novembre 2019).
- lxiv. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- lxv. Wachs & Cordova (2007), cités dans Olivia Beaulieu-Denault (2016). *Identification de patterns de violence physique et psychologique infligée et subie dans les relations amoureuses à l'adolescence*, mémoire doctoral en psychologie. Université Laval.



- lxvi. Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M., et Guerrier, M. (2015, juin). Flash PAJ no 1 – *La violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, Université du Québec à Montréal, Montréal (QC), Canada; Hébert, M., Blais, M. et Lavoie, F. (2017). "Prevalence of teen dating victimization among a representative sample of high school students in Quebec", *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17, 225-233. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.06.001> (consulté en novembre 2019).
- lxvii. Paradis, A. Hébert, M. et Fernet, M. (2015, juillet). Flash PAJ no 7 – *Relation entre la violence perpétrée et la communication au sein des couples adolescents*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, Université du Québec à Montréal, Montréal (QC), Canada. Récupéré à : <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Flash-PAJ-07-VRA-Interactions.pdf> (consulté en novembre 2019).
- lxviii. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- lxix. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- lxx. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- lxxi. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- lxxii. Tiré de l'Enquête sur les parcours amoureux des jeunes québécois de minorités sexuelles. Récupéré à : <https://www.viraj.ulaval.ca/en/la-violence-dans-les-couples-de-m-me-sexe-existe-aussi-capsule-10-viraj-20-ans> (consulté en novembre 2019).
- lxxiii. Tiré de l'Enquête sur les parcours amoureux des jeunes québécois de minorités sexuelles. Récupéré à : <https://www.viraj.ulaval.ca/en/la-violence-dans-les-couples-de-m-me-sexe-existe-aussi-capsule-10-viraj-20-ans> (consulté en novembre 2019).
- lxxiv. Tiré de l'Enquête sur les parcours amoureux des jeunes québécois de minorités sexuelles. Récupéré à : <https://www.viraj.ulaval.ca/en/la-violence-dans-les-couples-de-m-me-sexe-existe-aussi-capsule-10-viraj-20-ans> (consulté en novembre 2019).
- lxxv. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- lxxvi. Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M., et Guerrier, M. (2015, juin). Flash PAJ no 1 – *La violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, Université du Québec à Montréal, Montréal (QC), Canada; Hébert, M., Blais, M. et Lavoie, F. (2017). "Prevalence of teen dating victimization among a representative sample of high school students in Quebec", *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17, 225-233. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.06.001> (consulté en novembre 2019).
- lxxvii. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- lxxviii. Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M., et Guerrier, M. (2015, juin). Flash PAJ no 1 – *La violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, Université du Québec à Montréal, Montréal (QC), Canada; Hébert, M., Blais, M. et Lavoie, F. (2017). "Prevalence of teen dating victimization among a representative sample of high school students in Quebec", *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17, 225-233. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.06.001> (consulté en novembre 2019).
- lxxix. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- lxxx. Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M., et Guerrier, M. (2015, juin). Flash PAJ no 1 – *La violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, Université du Québec à Montréal, Montréal (QC), Canada; Hébert, M., Blais, M. et Lavoie, F. (2017). "Prevalence of teen dating victimization among a representative sample of high school students in Quebec", *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17, 225-233. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.06.001> (consulté en novembre 2019).
- lxxxi. Wilkins et collab., 2014, cités dans Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- lxxxii. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, 189 p. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- lxxxiii. HabitoMédias, 2014. *Jeunes Canadiens dans un monde branché. La sexualité et les relations amoureuses à l'ère du numérique*. [http://habitolmedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII\\_La\\_sexualite\\_relations\\_amoureuses\\_ere\\_numerique\\_Rapport.pdf](http://habitolmedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII_La_sexualite_relations_amoureuses_ere_numerique_Rapport.pdf). Consulté en octobre 2019.
- lxxxiv. Pew Research Center, 2015. *Teens, technology and romantic relationships*. [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2015/10/PI\\_2015-10-01\\_teens-technology-romance\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2015/10/PI_2015-10-01_teens-technology-romance_FINAL.pdf). Consulté en octobre 2019.





- <sup>lxxxv</sup>. HabiloMédias, 2014. *Jeunes canadiens dans un monde branché. La sexualité et les relations amoureuses à l'ère du numérique*. [http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII\\_La\\_sexualite\\_relations\\_amoureuses\\_ere\\_numerique\\_Rapport.pdf](http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII_La_sexualite_relations_amoureuses_ere_numerique_Rapport.pdf). Consulté en juin 2018.
- <sup>lxxxvi</sup>. Pew Research Center, 2015. *Pew research Center, 2015. Teens, technology and romantics relationships*. [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2015/10/PI\\_2015-10-01\\_teens-technology-romance\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2015/10/PI_2015-10-01_teens-technology-romance_FINAL.pdf). Consulté en juillet 2018.
- <sup>lxxxvii</sup>. Lievens, 2014.
- <sup>lxxxviii</sup>. Johnson, M., Mishna, F., Okumu, M., Daciuk, J. *Le partage non consensuel de sextos : Comportements et attitudes des jeunes Canadiens*, Ottawa : HabiloMédias, 2018. <http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/publication-report/full/partage-de-sextos.pdf>. Consulté en avril 2019.
- <sup>lxxxix</sup>. Mitchell et collab., 2011; Rice et collab., 2012; dans Nadeau, 2017. *Les pratiques de sextage chez les adolescents : État de la situation actuelle et étude sur la contribution de certains déterminants associés au phénomène*. <https://corpus.ulaval.ca/jspui/bitstream/20.500.11794/28021/1/33256.pdf>. Consulté en mars 2019.
- <sup>xc</sup>. Johnson, M., Mishna, F., Okumu, M., Daciuk, J. *Le partage non consensuel de sextos : Comportements et attitudes des jeunes Canadiens*, Ottawa : HabiloMédias, 2018. <http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/publication-report/full/partage-de-sextos.pdf>. Consulté en avril 2019.
- <sup>xc1</sup>. Van Ouytsel et collab., 2017 et Vanden Abeele et collab., 2014. "Sexting, mobile porn use, and peer group dynamics : boys and girls self-perceived popularity, need for popularity, and perceived peer pressure", *Media psychology*, 17(1) : 6-33.
- <sup>xc2</sup>. Ringrose et collab., 2013. "Teen girls, sexual double standards and sexting : gendered value in digital image exchange", *Feminist theory*, 14 (3) : 305-323.
- <sup>xc3</sup>. Vanden Abeele, Campbell, Eggermont, et Roe, 2014; et Champion et Pedersen, 2015; dans Nadeau, 2017 : *Les pratiques de sextage chez les adolescents : État de la situation actuelle et étude sur la contribution de certains déterminants associés au phénomène*. <https://corpus.ulaval.ca/jspui/bitstream/20.500.11794/28021/1/33256.pdf>. Consulté en mars 2019.
- <sup>xc4</sup>. Lippman et Campbell, 2014. "Damned if you do, damned if you don't... If you're a girl : relational and normative contexts of adolescent sexting in the United States", *Journal of children and media*, 8(4), p. 371-386.
- <sup>xc5</sup>. Plusieurs auteurs cités dans Van Ouytsel et collab., 2017. "Sexting : adolescents perceptions of the applications used for, motives for, and consequences of sexting", *Journal of youth studies*, 20(4), p. 446-470.
- <sup>xc6</sup>. HabiloMédias, 2014. *Jeunes canadiens dans un monde branché. La sexualité et les relations amoureuses à l'ère du numérique*. [http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII\\_La\\_sexualite\\_relations\\_amoureuses\\_ere\\_numerique\\_Rapport.pdf](http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII_La_sexualite_relations_amoureuses_ere_numerique_Rapport.pdf). Consulté en juin 2018.
- <sup>xc7</sup>. Johnson, M., Mishna, F., Okumu, M., Daciuk, J. *Le partage non consensuel de sextos : Comportements et attitudes des jeunes Canadiens*, Ottawa : HabiloMédias, 2018. <http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/publication-report/full/partage-de-sextos.pdf>. Consulté en avril 2019.
- <sup>xcviii</sup>. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/sexualisation-de-lespace-public/>. Consulté en octobre 2019.
- <sup>xcix</sup>. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/sexualisation-de-lespace-public/>. Consulté en octobre 2019.
- c. Hirdman, 2004.
- ci. Bouchard P. & Bouchard N., 2004.
- cii. Conseil du statut de la femme, 2008.
- ciii. Collins, R. L. et collab., *Pediatrics*, vol. 114, n° 3, 2004.
- civ. Thompson, J., & Stice, E., 2001. "Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology", *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), dans Paul, J., 2018. *RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE*, Université d'Ottawa, 2018, p. 12-13. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cv. Grogan, S., 2017. "Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children", New York: Routledge, dans Paul, J., 2018. *RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE*, Université d'Ottawa, 2018, p. 12-13. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cv1. Grogan, S., 2017. "Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children", New York: Routledge, dans Paul, J., 2018. *RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE*, Université d'Ottawa, 2018, p. 12-13. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cvii. Peter, J. et Valkenburg, P.M., 2016. "Adolescents and pornography : a review of 20 years of research", *The Journal of Sex Research*, 53 (4-5), p. 509-531. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27105446>. Consulté en février 2020.
- cviii. HabiloMédias, 2014. *Jeunes Canadiens dans un monde branché. La sexualité et les relations amoureuses à l'ère du numérique*. [http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII\\_La\\_sexualite\\_relations\\_amoureuses\\_ere\\_numerique\\_Rapport.pdf](http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/pdfs/publication-report/full/JCMBIII_La_sexualite_relations_amoureuses_ere_numerique_Rapport.pdf). Consulté en février 2020.
- cx. Duquet, F. et Quiénart, A., 2009. *Perceptions et pratiques des jeunes du secondaire face à l'hypersexualisation et à la sexualisation précoce*. UQAM, YMCA et Forum Jeunesse de l'île de Montréal, p. 158. [https://hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/INT\\_RAPPORT\\_FINAL.pdf](https://hypersexualisation.uqam.ca/wp-content/uploads/sites/61/INT_RAPPORT_FINAL.pdf). Consulté en février 2020.
- cx1. Peter, J. et Valkenburg, P.M., 2016. "Adolescents and pornography: a review of 20 years of research", *The Journal of Sex Research*, 53 (4-5), p. 509-531. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27105446>; Owens et collab., 2012. « The impact of Internet pornography on adolescents: a review of research », *Sexual addiction & compulsivity*, 19 (1-2), p. 99-122. [https://www.researchgate.net/publication/239798839\\_The\\_Impact\\_of\\_Internet\\_Pornography\\_on\\_Adolescents\\_A\\_Review\\_of\\_the\\_Research/link/55accb9608aea9946727c44a/download](https://www.researchgate.net/publication/239798839_The_Impact_of_Internet_Pornography_on_Adolescents_A_Review_of_the_Research/link/55accb9608aea9946727c44a/download). Consulté en février 2020.
- cx2. Peterson, A.C., Leffert, N. et Graham, B.L., 1995. "Adolescent development and the emergence of sexuality", *Suicide and Life Threatening Behavior*, vol. 25, p. 4-17. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1943-278X.1995.tb00485.x>. Consulté en février 2020.
- cxiii. Tel-Jeunes : *Questions les plus posées*. <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Pornographie>. Consulté en février 2020.
- cxiiii. Inspiré d'une question d'une fille de 15 ans sur le site de Tel-jeunes, avril 2015.
- cxv. Inspiré d'une question d'un garçon de 13 ans sur le site de Tel-jeunes, septembre 2019.
- cxvi. Inspiré d'une question d'un garçon de 13 ans sur le site de Tel-jeunes, août 2015.



- cxvi. Magazine *Ça sexprime*, n° 15, hiver 2011. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- cxvii. Tel-Jeunes : *Questions les plus posées*. <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Relations-sexuelles>. Consulté en février 2020.
- cxviii. Magazine *Ça sexprime*, n° 15, hiver 2011. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- cxix. Tel-Jeunes : *Questions les plus posées*. <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Relations-sexuelles>. Consulté en février 2020.
- cx. Diamond et Savin-Williams, 2009.
- cxxi. Site Web « Le sexe et moi », Société des obstétriciens et gynécologues du Canada. <https://www.sexandu.ca/fr/sexual-activity/sexual-attraction/>. Consulté en février 2020.
- cxixii. Herdt et McClintock, 2000.
- cxixiii. Udry, 1990, dans Diamond et Savin-Williams, 2009.
- cxixiv. Lessard, 1997.
- cxixv. Magazine *Ça sexprime*, n° 17, printemps 2011. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- cxixvi. SOGC, 2006. Magazine *Ça sexprime*, n° 17, printemps 2011. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- cxixvii. Magazine *Ça sexprime*, n° 17, printemps 2011, p. 7. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- cxixviii. Pilon, 2001.
- cxixix. Inspiré d'une question d'une fille de 15 ans sur le site de Tel-Jeunes, septembre 2013.
- cx. Inspiré d'une question d'une fille de 13 ans sur le site de Tel-Jeunes, février 2015.
- cx. Inspiré d'une question d'une fille de 13 ans sur le site de Tel-Jeunes en 2009. Tiré du magazine *Ça sexprime*, n° 17. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime>. Consulté en février 2020.
- cx. Diamond et Savin-Williams, 2009.
- cx. Site Web « Le sexe et moi », Société des obstétriciens et gynécologues du Canada. <https://www.sexandu.ca/fr/sexual-activity/sexual-arousal/>. Consulté en février 2020.
- cx. Diamond et Savin-Williams, 2009.
- cx. Jocelyne Robert, 2002. *Full sexuel, la vie amoureuse des adolescents*, Éditions de l'Homme, 192 p.
- cx. Inspiré d'une question d'une fille de 13 ans sur le site de Tel-Jeunes, juillet 2014.
- cx. Inspiré d'une question d'un garçon de 14 ans sur le site de Tel-Jeunes, août 2010.
- cx. Tel-Jeunes : *Questions les plus posées*. <https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Tous-les-themes/Sexualite/Sexe-sans-amour>. Consulté en février 2020.
- cx. Inspirée d'une question d'une fille de 14 ans sur le site de Tel-Jeunes, août 2019.
- cx. Diamond et Savin-Williams, 2009.
- cx. Inspirée d'une question d'une fille de 15 ans sur le site de Tel-Jeunes, mai 2015.
- cx. Inspiré d'une question d'une fille de 16 ans sur le site de Tel-Jeunes, avril 2015.
- cx. Dubé, Lavoie, Blais et Hébert, 2015. « L'aventure sans lendemain chez les adolescents hétérosexuels : réflexions et pistes d'intervention », *Revue québécoise de psychologie*, 36(1), p. 105-126.
- cx. Dubé, Lavoie, Blais et Hébert, 2015. « L'aventure sans lendemain chez les adolescents hétérosexuels : réflexions et pistes d'intervention », *Revue québécoise de psychologie*, 36(1), p. 105-126.
- cx. Duquet et Quiénart, 2009, p. 129.
- cx. Action Canada pour la santé et les droits sexuels, 2019. *Les ITS et l'évaluation du risque*. <https://www.actioncanadashr.org/fr/ressources/informations-sur-la-sante-sexuelle/infections-transmises-sexuellement/les-its-et-levaluation-du-risque>. Consulté en février 2020.
- cx. Inspiré d'une question d'une fille de 16 ans sur le site de Tel-Jeunes, avril 2015.
- cx. Livingstone et collab. 2012. "Mixed drinks and mixed messages : adolescent girls perspectives on alcohol and sexuality". *Psychology of women quarterly*, 37(1), p. 38-50.
- cx. Conseil des ministres de l'Éducation du Canada, 2003. *Étude sur les jeunes, la santé sexuelle, le VIH et le sida au Canada. Facteurs influant sur les connaissances, les attitudes et les comportements*. [https://cmec.ca/Publications/Lists/Publications/Attachments/180/CYSHHAS\\_2002\\_FR.pdf](https://cmec.ca/Publications/Lists/Publications/Attachments/180/CYSHHAS_2002_FR.pdf). Document consulté en mai 2018.
- cx. SIECCAN. « En quoi la consommation d'alcool influence-t-elle la relation sans lendemain? », *La recherche en revue*, septembre 2011, 4 p.
- cx. Site Web Éducaloi : <https://www.educaloi.qc.ca/capsules/le-consentement-sexuel-non-valide>. Page consultée en mars 2019.
- cx. Duquet et Quiénart, 2009, p. 80.
- cx. Inspiré d'une question d'une fille de 13 ans sur le site de Tel-Jeunes, septembre 2019.
- cx. Ministère de la Jeunesse, de l'Éducation nationale et de la Recherche, France, 2008. *L'éducation à la sexualité : Guide d'intervention pour les collèges et les lycées*. [https://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/ressources/education\\_sexualite\\_intervention\\_educscol\\_2008.pdf](https://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/ressources/education_sexualite_intervention_educscol_2008.pdf). Consulté en février 2020.
- cx. Salières, E. et collab., 2017. "Sexually Experienced Adolescents' Thoughts about Sexual Pleasure", *Journal of Sex Research*, p. 4. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5724765/>. Consulté en février 2020.
- cx. Thériault, Jocelyne, *Revue sexologique*, vol 3, n°1, 1995, p. 64.
- cx. Thériault, 1998. "Assessing intimacy with the best friend and the sexual partner during adolescence: the PAIR-M inventory", *The journal of psychology*, 132(5), p. 493-506.
- cx. Gagnon et Thériault, 2006.
- cx. Delaunois, 1997. *Ma blonde, l'amour fou*, dans Variations sur un même « t'aime » (nouvelles littéraires), Éditions Héritage, p. 81.
- cx. Reis et Shaver (1988). Cité dans Campanelli, 2005. « Où en est l'intimité dans les relations sexuelles des adolescents? La particularité des relations orales-génitales », *Ça sexprime*, n° 6, p. 4. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2005/05-314-03.pdf>. Consulté en mai 2018.
- cx. Gagnon et Thériault, 2006. « Intimité sexuelle et relation de couple : étude exploratoire », *Bulletin de psychologie*, 59(1), p. 93-100.
- cx. Skyler et Bayer, 2010. "Eight spheres of intimacy", *American Journal of Sexuality Education*, 5(3), p. 290-299.
- cx. Gagnon et Thériault, 2006.
- cx. Gagnon et Thériault, 2006.
- cx. Thériault, Jocelyne, *Revue sexologique*, vol 3, n° 1, 1995, p. 69.
- cx. Gagnon et Thériault, 2006.



- clxvii. Connolly et McIsaac, 2009.
- clxviii. Claes, 2003.
- clxix. Carlson et Rose, 2007; Brown, 1999.
- clxx. Claes, 2003.
- clxxi. Inspiré d'une question d'une fille de 14 ans sur le site de Tel-Jeunes, avril 2015.
- clxxii. Site Web Éducaloi, Capsule sur le consentement sexuel. <https://www.educaloi.qc.ca/capsules/le-consentement-sexuel>.
- clxxiii. Amsellem, Cheynel et Fouet, 2016. « Entrée dans la sexualité à l'adolescence : le consentement en question », *La santé en action*, n° 438.
- clxxiv. Site Web Éducaloi. <https://www.educaloi.qc.ca/capsules/le-consentement-sexuel-non-valide>. Consulté en mars 2019.
- clxxv. Dubé, Lavoie, Blais et Hébert, 2015. « L'aventure sans lendemain chez les adolescents hétérosexuels : réflexions et pistes d'intervention », *Revue québécoise de psychologie*, 36(1), p. 105-126.
- clxxvi. Inspiré d'une question d'un garçon de 16 ans sur le site de Tel-Jeunes, avril 2015.
- clxxvii. Inspiré d'une question d'une fille de 14 ans sur le site de Tel-Jeunes, mars 2014.
- clxxviii. Duquet et Quiénart, 2009, p. 110.
- clxxix. Brady et collab. 2018. "All in all it is just a judgement call : issues surrounding sexual consent in young people's heterosexual encounters", *Journal of youth studies*, 21(1), p. 46.
- clxxx. Brady et collab. 2018. p.46.
- clxxxi. Kreager et collab. 2016. "The Double Standard at Sexual Debut : Gender, Sexual Behavior and Adolescent Peer Acceptance", *Sociology Department, Faculty Publications*, 493.
- clxxxii. Kreager et Staff, 2009. Dans *masexualite.ca*. Février 2011.
- clxxxiii. Diamond et Savin-Williams, 2009.
- clxxxiv. Amsellem, Cheynel et Fouet, 2016. « Entrée dans la sexualité à l'adolescence : le consentement en question », *La santé en action*, n° 438.
- clxxxv. Dubé, Lavoie, Blais et Hébert, 2015, p. 109.
- clxxxvi. Duquet et Quiénart, 2009, p. 109.
- clxxxvii. Duquet et Quiénart, 2009, p. 110.
- clxxxviii. Duquet et Quiénart, 2009, p. 118.
- clxxxix. Adapté de Kirby, 2011. [http://ipp.jisi.com/Docs/Reducing Adolescent Sexual Risk.pdf](http://ipp.jisi.com/Docs/Reducing_Adolescent_Sexual_Risk.pdf) (Consulté en septembre 2020).
- cx. Hernandez, Goulet et Lampron, 2005.
- cxci. Adapté de Kirby, 2011. [http://ipp.jisi.com/Docs/Reducing Adolescent Sexual Risk.pdf](http://ipp.jisi.com/Docs/Reducing_Adolescent_Sexual_Risk.pdf) (Consulté en septembre 2020).
- cxcii. Inspiré Magazine *Ça sexprime*, n° 25. 2016. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (Consulté en octobre 2020).
- cxci. Magazine *Ça sexprime*, n° 25 (2016). <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (Consulté en juin 2020).
- cxci. Fernet, Imbleau et Pilote, 2002 dans Magazine *Ça sexprime*, n° 4 (2010). <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (Consulté en février 2020).
- cxci. Adapté de : Magazine *Ça sexprime*, n°25 (2016), p. 13. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (Consulté en juin 2020).
- cxci. Adapté de : Van de Bongardt et coll., 2014, cité dans Magazine *Ça sexprime* n° 25 (2016), p. 13. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (Consulté en juin 2020).
- cxci. Fortin et Lévy, 2003 dans Magazine *Ça sexprime*, n° 4 (2010). <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (Consulté en février 2020).
- cxci. Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M. & Guerrier, M. Flash PAJ n° 1 – *La violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, UQAM, Montréal. <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Flash-PAJ-01-Prevalence-violence.pdf> (consulté en novembre 2019).
- cxci. Lavoie F. et collab. (2009), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- cxci. Adapté de Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- cxci. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- cxci. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- cxci. Ministère de l'Éducation, « Vivre d'amour et... de tendresse. Les jeunes vers des relations amoureuses plus harmonieuses », *Le petit magazine*, printemps 2000, p. 2.
- cxci. Ministère de l'Éducation, « Vivre d'amour et... de tendresse. Les jeunes vers des relations amoureuses plus harmonieuses », *Le petit magazine*, printemps 2000, p. 2.
- cxci. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- cxci. Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M. & Guerrier, M. Flash PAJ n° 1 – *La violence subie dans les relations amoureuses chez les jeunes*. Équipe des IRSC sur les traumatismes interpersonnels, UQAM, Montréal. <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Flash-PAJ-01-Prevalence-violence.pdf> (consulté en novembre 2019).



- ccviii. Adapté de Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccix. Lavoie F. et collab. (2009), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccx. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxi. Pica L. A. et collab. (2013), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxii. Zweig J. M. et collab. (2014), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxiii. Zweig J. M. et collab. (2014), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxiv. Pica L. A. et collab. (2013), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxv. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxvi. Davies, Elaine L. (2013). *The Lived Experiences of Individuals who Have Been Technologically Stalked by a Past Intimate: a hermeneutic phenomenological study through a Communication Privacy Management Theory lens*. Thèse doctorale, Université du Missouri, États-Unis, <https://doi.org/10.32469/10355/42942>. Récupéré à : <https://mospace.umsystem.edu/xmlui/handle/10355/42942> (consulté en novembre 2019).
- ccxvii. Tinneke Van Camp, Martine Hébert, Mylène Fernet, Martin Blais, Francine Lavoie et l'équipe du projet PAJ, « Perceptions des jeunes victimes de violence sexuelle au sein de leurs relations amoureuses sur leur pire expérience », dans *Journal international de victimologie*, année 11, no 2, décembre 2013.
- ccxviii. Inspiré de : Ministère de l'éducation. « Vivre d'amour et... de tendresse. Les jeunes vers des relations amoureuses plus harmonieuses », *Le petit magazine*, printemps 2000.
- ccxix. Fernet et collab., 2005.
- ccxx. Fernet et collab., 2005.
- ccxxi. Fernet et collab., 2005.
- ccxxii. Fernet et collab., 2005.
- ccxxiii. Lavoie F. et collab. (2009), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxxiv. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxxv. Tiré et adapté de Ministère de la Justice Canada (2008); Toscano (2007), cités dans magazine *Ça s'exprime*, no 12, printemps 2009, <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en novembre 2019).
- ccxxvi. Tiré et adapté de Rondeau (2007), cité dans magazine *Ça s'exprime*, no 12, printemps 2009, <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en novembre 2019).
- ccxxvii. Tiré et adapté de Coker et collab. (2000), cités dans magazine *Ça s'exprime*, no 12, printemps 2009, <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/ca-sexprime> (consulté en novembre 2019).
- ccxxviii. Bergeron, M. et collab. (2016), cités dans Baril, K. et Laforest, J. (2018). *Les agressions sexuelles*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxxix. Tiré et adapté de : Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).



- ccxxx. Wolitzky-Taylor et collab. (2008), cités dans Fernet, M., Hébert, M., Stéphanie C. et Brodeur, G. (2019). "Meeting the needs of adolescent and emerging adult victims of sexual violence in their romantic relationships: A mixed methods study exploring barriers to help-seeking", *Child Abuse and Neglect*, vol. 91, p. 41-51.
- ccxxxi. Zweig J. M. et collab. (2014), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxxxii. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxxxiii. Van Camp, T., Hébert, M., Fernet, M., Blais, M., Lavoie, F. & l'équipe PAJ (2015, novembre). Flash PAJ n° 9 – *Pires expériences vécues au sein des relations amoureuses chez les jeunes ayant subi de la violence sexuelle*. Équipe des IRSC sur les traumas interpersonnels, UQAM, Montréal. Récupéré à : <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Flash-PAJ-09-Pire-expérience-de-violence.pdf> (consulté en novembre 2019).
- ccxxxiv. Fernet et collab., 2005.
- ccxxxv. Fernet et collab., 2005.
- ccxxxvi. Adapté de Fernet et collab., 2005.
- ccxxxvii. Van Camp, T., Hébert, M., Fernet, M., Blais, M., Lavoie, F. et l'équipe PAJ. (2013). « Perceptions des jeunes victimes de violence sexuelle au sein de leurs relations amoureuses sur leur pire expérience », *Journal International de Victimologie*, 11(2).
- ccxxxviii. Van Camp, T., Hébert, M., Fernet, M., Blais, M., Lavoie, F. et l'équipe PAJ (2013). « Perceptions des jeunes victimes de violence sexuelle au sein de leurs relations amoureuses sur leur pire expérience », *Journal International de Victimologie*, 11(2).
- ccxxxix. Saltzman, L. E. et collab. (1999), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxl. Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccxli. Adapté de la Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal et CSSS Jeanne-Mance (2008). « Les relations amoureuses des jeunes ».
- ccxlii. Adapté de Van Camp, T., Hébert, M., Fernet, M., Blais, M., Lavoie, F. & l'équipe PAJ (2015, novembre). Flash PAJ n° 9 – *Pires expériences vécues au sein des relations amoureuses chez les jeunes ayant subi de la violence sexuelle*. Équipe des IRSC sur les traumas interpersonnels, UQAM, Montréal. Récupéré à : <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Flash-PAJ-09-Pire-expérience-de-violence.pdf> (consulté en novembre 2019).
- ccxliii. Fernet et collab., 2005.
- ccxliv. Fernet et collab., 2005.
- ccxlv. Fernet et collab., 2005.
- ccxlvi. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORÈS (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- ccxlvii. Whitaker et collab. (2007), dans Paradis, A., Hébert, M., Lavoie, F., Blais, M. et l'équipe du projet PAJ, « Examen des profils de violence dans les relations amoureuses des adolescents : victimisation et perpétration », *Journal international de victimologie*, 11(2), décembre 2013.
- ccxlviii. Paradis, A., Hébert, M., et Fernet, M. (2015, juillet). Flash PAJ no 7 – *Relations entre la violence perpétrée et la communication au sein des couples adolescents*. Équipe des IRSC sur les traumas interpersonnels, Université du Québec à Montréal, Montréal (QC), Canada.
- ccxlix. Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORÈS (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : [www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf) (consulté en novembre 2019).
- cc. Inspiré d'un témoignage dans Fernet et collab., 2005.
- ccli. Tiré et adapté de Ministère de l'Éducation (2000). « Vivre d'amour et... de tendresse. Les jeunes vers des relations amoureuses plus harmonieuses », *Le petit magazine*, printemps 2000.
- cclii. Harper, M. S., Welsh, D. P. (2007), cités dans Hébert, M., Lapierre, A., Lavoie, F., Fernet, M. et Blais, M. (2018). *La violence dans les relations amoureuses des jeunes*, dans J. Laforest, P. Maurice et L. M. Bouchard (dir), Rapport québécois sur la violence et la santé, Québec : Institut national de santé publique du Québec. Récupéré à : [www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes](http://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/la-violence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes) (consulté en novembre 2019).
- ccliiii. Lavoie, F., Hébert, M., Poitras, M., Blais, M. et l'équipe PAJ (2015). *La vulnérabilité, le soutien et la résilience*. Feuillet thématique no 4, Campagne de transfert des connaissances de l'Enquête PAJ, Montréal : Université du Québec à Montréal. Récupéré à : <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Feuillet-4-La-vulnerabilite-le-soutien-et-la-resilience-RFS.pdf> (consulté en novembre 2019).
- ccliv. Van Camp, T., Hébert, M., Fernet, M., Blais, M., Lavoie, F. & l'équipe PAJ (2015, novembre). Flash PAJ n° 9 – *Pires expériences vécues au sein des relations amoureuses chez les jeunes ayant subi de la violence sexuelle*. Équipe des IRSC sur les traumas interpersonnels, UQAM, Montréal. <https://paj.uqam.ca/files/2015/10/Flash-PAJ-09-Pire-expérience-de-violence.pdf> (consulté en novembre 2019).
- cclv. Hawkings, Pepler et Craig (2001), cités dans Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (2012). « La violence à l'école : ça vaut le coup d'agir ensemble! », 1(6) (printemps 2012), 8 p.
- ccclvi. Tiré et adapté de Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (2019). *Aide-mémoire pour les élèves victimes et témoins de violence ou d'intimidation* (document de travail), 2 p.
- ccclvii. Extrait d'un témoignage dans Fernet et collab., 2005.



- cclviii. Inspiré d'un témoignage dans Fernet et collab., 2005.
- cclix. Inspiré d'un témoignage dans Fernet et collab., 2005.
- cclx. Fernet et collab., 2005.
- cclxi. Inspiré d'un témoignage dans Fernet et collab., 2005.
- cclxii. Extrait d'un témoignage dans Fernet et collab., 2005.
- cclxiii. Pew research Center, 2015. "Teens, technology and romantics relationships". [http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2015/10/PI\\_2015-10-01\\_teens-technology-romance\\_FINAL.pdf](http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2015/10/PI_2015-10-01_teens-technology-romance_FINAL.pdf). Consulté en juillet 2018.
- cclxiv. INPES, 2012. « Éducation à la sexualité, du social à l'intime : l'émergence d'Internet et des réseaux sociaux ». *La santé de l'homme*, n° 418, mars-avril. <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-de-l-homme-mars-avr-2012-n-418-education-a-la-sexualite-du-social-a-l-intime-l-emergence-d-internet-et-des-reseaux-sociaux> Consulté en août 2019.
- cclxv. Adapté de la définition tirée du site Web du Service de police d'Ottawa : <https://www.ottawapolice.ca/fr/safety-and-crime-prevention/Cellphone-and-online-safety.aspx>. Page consultée en mars 2019.
- cclxvi. Tiré du site Web HabiloMédias du Centre canadien d'éducation aux médias et de littératie numérique : <https://habilomedias.ca/litt%C3%A9rati-num%C3%A9rique-et-%C3%A9ducation-aux-m%C3%A9dias/enjeux-num%C3%A9riques/les-sexos/pourquoi-les-enfants-envoient-des-sexos>. Consulté en mars 2019.
- cclxvii. Le et collab., 2014. Cité dans Van Ouytsel et collab., 2017. "Sexting : adolescents perceptions of the applications used fort, motives for, and consequences of sexting". *Journal of youth studies*, 20(4), p. 446-470.
- cclxviii. Propos inspirés de Van Ouytsel et collab., 2017. "Sexting : adolescents perceptions of the applications used fort, motives for, and consequences of sexting", *Journal of youth studies*, 20(4), p. 446-470.
- cclxix. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/index.php?id=888>. Page consultée en mai 2018.
- cclxx. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/index.php?id=888>. Page consultée en mai 2018.
- cclxxi. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/index.php?id=888>. Page consultée en mai 2018.
- cclxxii. Boilard et Poulin, 2011.
- cclxxiii. Tiré de Gagnon et Raymond, 2015. *Planifier et implanter des actions concrètes auprès des parents. Guide de soutien*. Projet Mosaïk, MSSS. [http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/mosaik/15-314-11W\\_Guide\\_soutien\\_AC.pdf](http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/mosaik/15-314-11W_Guide_soutien_AC.pdf). Consulté en mai 2018.
- cclxxiv. Tiré et adapté de : *Ligne Parents, Consommation de pornographie à l'adolescence; rôle du parent*. <http://ligneparents.com/adolescent/consommation-de-pornographie-a-l-adolescence-role-du-parent/>. Consulté en juin 2018.
- cclxxv. Synthèse de différents auteurs réalisée dans Gagnon, 2007. « La pornographie sur Internet et ses conséquences pour les jeunes : comment intervenir? », *Ça sexprime*, n° 9, p. 6. <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2006/06-314-03.pdf>. Consulté en mai 2018.
- cclxxvi. Duquet et Quiénart, 2009, p. 122.
- cclxxvii. Hirdman, A. 2004. "Mirrored masculinity? Turning the perspective of sexualization and representation around", *NIKK magasin*, no 3, p. 8-11.
- cclxxviii. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/sexualisation-de-l-espace-public/>. Consulté en octobre 2019.
- cclxxix. Hirdman, A. 2004. "Mirrored masculinity? Turning the perspective of sexualization and representation around". *NIKK magasin*, n° 3, p. 8-11.
- cclxxx. Inspiré du site *HabiloMédias* du Centre canadien d'éducation aux médias et à la littératie numérique : [www.habilomedias.ca](http://www.habilomedias.ca). Consulté en octobre 2019.
- cclxxxi. Boyd, D., & Ellison, N., 2007. "Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*", 13(1), 210-230, dans Paul, J., 2018. RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE. Université d'Ottawa, 2018, p. 15-17. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cclxxxii. Lievens, 2014.
- cclxxxiii. Ainsworth, M. D. S., 1989. "Attachments beyond infancy. *American Psychologist*", 44, p. 709-716, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 47.
- cclxxxiv. Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 165.
- cclxxxv. Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 6.
- cclxxxvi. Blyth, D.A., Hill, J.P. et Thiel, K.S. 1982. "Early adolescents' significant others: Grade and gender differences in perceived relationships with familial and non-familial adults and young people", *Journal of Early Adolescence*, II, p. 425-450. Dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 32.
- cclxxxvii. Larson, R. W. et Richards, M. H., 1991. "Daily companionship in late childhood and early adolescence : Changing developmental context. *Child Development*", 62, p. 284-300, dans Claes M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 5-10.
- cclxxxviii. Claes, M. (2003). *L'univers social des adolescents*, p. 162.
- cclxxxix. Blyth, D. A., Hill, J. P. et Thiel, K. S., 1982. "Early adolescents' significant others: Grade and gender differences in perceived relationships with familial and non-familial adults and young people", *Journal of Early Adolescence*, II, p. 425-450. Dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 41 à 52.
- ccxc. Raffaelli, M. et Duckett, E., 1989. "We were just talking. Conversation in early adolescence". *Journal of Youth and Adolescence*, 18, p. 567-582, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 98.
- ccxci. Raffaelli, M. et Duckett, E., 1989. "We were just talking. Conversation in early adolescence". *Journal of Youth and Adolescence*, 18, p. 567-582, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 13 à 26, p. 41 à 52.
- ccxcii. Raffaelli, M. et Duckett, E., 1989. "We were just talking. Conversation in early adolescence". *Journal of Youth and Adolescence*, 18, p. 567-582, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 13 à 26.
- ccxciii. Claes, M. et Poirier, L., 1994. « Caractéristiques et fonctions des relations d'amitié à l'adolescence », *Psychiatrie de l'enfant*, 1, p. 289-308, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 99.
- ccxciv. Youniss, J. et Smolar, J., 1985. "Adolescent relations with mother, father and friends", Chicago (IL): University of Chicago Press, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 98-99.
- ccxcv. Patterson, G. R., 1982. "The coercive family process", Eugene (OR) : Castalia Press, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 25.



- cccvi. Blyth, D. A., 1982. "Mapping the social world of adolescents : Issues, techniques and problems", dans F. C. Serafica (dir.), *Social cognitive development in context*, New York (NY) : Guilford Press, p. 240-272 et Blyth, D. A., Hill, J. P. et Thiel, K. S., 1982. "Early adolescents' significant others: Grade and gender differences in perceived relationships with familial and non-familial adults and young people". *Journal of Early Adolescence*, 11, p. 425-450 et Tyszkowa, M., 1993. "Adolescents' relationships with grandparents: Characteristics and developmental transformation". Dans S. Jackson et H. Rodriguez-Tomé (dir.), *Adolescence and its social world*. Hillsdale (NJ) : Lawrence Erlbaum, p. 121-143.
- cccvii. Allen, J. P. et Land, D. J., 1999. "Attachment in adolescence", dans J. Cassidy et P. R. Shaver (dir.). "Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications", New York (NY) : Guilford, p. 319-335.
- cccviii. Collins, W. A., 1997. "Relationships and development during adolescence : Interpersonal adaptation to individual change". *Personal Relationships*, 3, p. 1-14.
- cccix. Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 98-99.
- ccc. Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 13-26.
- ccci. Cohen, Noga., 2016. "The roles that teachers play in adolescents' processes of identity formation as they are reflected in graduate students' life stories", Bar-Ilan University, <https://education.biu.ac.il/sites/education/files/shared/cohennoga.pdf>. Consulté en octobre 2019.
- cccii. Blyth, D. A., Hill, J. P. et Thiel, K. S., 1982. "Early adolescents' significant others: Grade and gender differences in perceived relationships with familial and non-familial adults and young people", *Journal of Early Adolescence*, 11, p. 425-450, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 152.
- ccciii. Hamilton, S. F. et Darling, N., 1996. "Mentors in adolescents' lives". Dans K. Hurrelmann, et S. F. Hamilton (dir.), *Social problems and social contexts in adolescence : Perspectives across boundaries*, New York (NY) : Aldine de Gruyter, p. 199-215.
- ccciv. Secrétariat à la condition féminine, *Les choix scolaires et professionnels*, <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/choix-scolaires-et-professionnels/>. Consulté en octobre 2019.
- cccv. Secrétariat à la condition féminine, *Partage du pouvoir*, <http://www.scf.gouv.qc.ca/egalite/partage-du-pouvoir/>. Consulté en octobre 2019.
- cccvi. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/sexualisation-de-lespace-public/>. Consulté en octobre 2019.
- cccvii. Tiré et adapté de : Secrétariat à la condition féminine, 2017. *Sexualisation de l'espace public*. <http://www.scf.gouv.qc.ca/sansstereotypes/les-stereotypes-et/sexualisation-de-lespace-public/>. Consulté en octobre 2019.
- cccviii. Goffman, E., 1973. *La mise en scène de la vie quotidienne 2. Les relations en public*, Paris : Les Éditions de minuit, dans Paul, J., 2018. RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE, Université d'Ottawa, 2018, p. 40. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cccix. Tiré de l'étude de Lehnart, 2009. Traduction libre.
- ccc. Paul, J., 2018. RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE, Université d'Ottawa, 2018, p. 40. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cccxi. Kaplan, A., & Haenlein, M., 2010. "Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media", *Business Horizons*, 53 (1), p. 59-68, dans Paul, J., 2018. RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE, Université d'Ottawa, 2018, p. 20. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cccxi. HabiloMédias, *Comment les spécialistes du marketing ciblent les enfants*, <http://habilomedias.ca/litt%C3%A9rature-num%C3%A9rique-et-%C3%A9ducation-aux-m%C3%A9dias/enjeux-des-m%C3%A9dias/publicit%C3%A9-et-consommation/comment-les-sp%C3%A9cialistes-du-marketing-ciblent-les-enfants>. Consulté en octobre 2019.
- cccxi. Zhao, S., Grasmuck, S., & Martin, J., 2008. "Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships", *Computers in Human Behavior*, 24(5), p. 1816-1836, dans Paul, J., 2018. RÉSEAUX SOCIAUX ET IMAGE CORPORELLE, Université d'Ottawa, 2018, p. 20. [https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul\\_Jolianne\\_2018\\_m%C3%A9moire.pdf](https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/38296/1/Paul_Jolianne_2018_m%C3%A9moire.pdf). Consulté en octobre 2019.
- cccxiv. Coates, D. L., 1999. "The cultures and culturing aspects of romantic experience in adolescence", dans W. Furman, B. B. Brown et C. Feiring (dir.). "The development of romantic relationships in adolescence", Cambridge: Cambridge University Press, p. 330-363.
- cccxi. Coates, D. L., 1999. "The cultures and culturing aspects of romantic experience in adolescence", dans W. Furman, B. B. Brown et C. Feiring (dir.). "The development of romantic relationships in adolescence", Cambridge: Cambridge University Press, p. 128-129.
- cccxi. Fuligni, A. J. et Eccles, J. S., 1993. "Perceived parent-child relationships and early adolescents' orientation toward peers", *Development Psychology*, 29, p. 622-632, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 104.
- cccxi. Adapté d'une question d'une fille de 15 ans sur le site de Tel-jeunes (avril 2015).
- cccxi. Coleman, J. C. et Hendry, L., 1990. "The nature of adolescence", Londres : Routledge, dans Claes, M., 2003. *L'univers social des adolescents*, p. 122.
- cccxi. Inspiré d'une question d'une fille de 15 ans sur le site de Tel-jeunes.
- cccxi. Fernet, M., Hébert, M., Brodeur, G., Couture, S. & Langlois, É. (2019). « Campagne de sensibilisation des violences sexuelles en contexte intime: une initiative AVEC, PAR et POUR les adolescents » du Laboratoire d'études sur la violence et la sexualité, Université du Québec à Montréal (UQAM), (QC), Canada : Productions Trinité +1. [Capsules vidéo en ligne]. [https://www.youtube.com/channel/UCAM\\_LLXi0WkckMKqriAFUtA/videos?disable\\_polymer=1](https://www.youtube.com/channel/UCAM_LLXi0WkckMKqriAFUtA/videos?disable_polymer=1). Consulté en février 2020.
- cccxi. Fernet, M., Hébert, M., Brodeur, G., Couture, S. & Langlois, É. (2019). « Campagne de sensibilisation des violences sexuelles en contexte intime: une initiative AVEC, PAR et POUR les adolescents », du Laboratoire d'études sur la violence et la sexualité, Université du Québec à Montréal (UQAM), (QC), Canada : Productions Trinité +1. [Capsules vidéos en ligne] Récupéré à : [https://www.youtube.com/channel/UCAM\\_LLXi0WkckMKqriAFUtA/videos?disable\\_polymer=1](https://www.youtube.com/channel/UCAM_LLXi0WkckMKqriAFUtA/videos?disable_polymer=1) (consulté en octobre 2019).
- cccxi. Wilkins et collab. (2014), cités dans Traoré, Issouf, Hélène CAMIRAND et Jasline FLORES (2018). *Violence dans les relations amoureuses*, dans Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Résultats de la deuxième édition. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes, [En ligne], Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 2, p. 121-134. Récupéré à : <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/adaptation-sociale/sante-jeune-secondaire-2016-2017-t2.pdf> (consulté en novembre 2019).
- cccxi. Tiré d'une étude dont le résumé se retrouve au [https://www.eurekalert.org/pub\\_releases\\_ml/2011-06/aaft-t061511.php](https://www.eurekalert.org/pub_releases_ml/2011-06/aaft-t061511.php) (consulté en octobre 2020)
- cccxi. Fernet, M., Hébert, M., Brodeur, G., Couture, S. & Langlois, É. (2019). « Campagne de sensibilisation des violences sexuelles en contexte intime: une initiative AVEC, PAR et POUR les adolescents », du Laboratoire d'études sur la violence et la sexualité, Université du Québec à Montréal (UQAM), (QC), Canada : Productions Trinité +1. [Capsules vidéos en ligne] Récupéré à : [https://www.youtube.com/channel/UCAM\\_LLXi0WkckMKqriAFUtA/videos?disable\\_polymer=1](https://www.youtube.com/channel/UCAM_LLXi0WkckMKqriAFUtA/videos?disable_polymer=1) (consulté en octobre 2019).
- cccxi. Brisson-Boivin, Kara, 2018. « Le bien-être numérique des familles canadiennes », HabiloMédias. Ottawa, p. 63. Consulté en janvier 2020.
- cccxi. Ringrose, J. et collab., 2012. "A qualitative study of children, young people and 'sexting' A report prepared for the NSPCC", p. 57-58. [https://www.researchgate.net/publication/265741962\\_A\\_qualitative\\_study\\_of\\_children\\_young\\_people\\_and\\_'sexting'\\_a\\_report\\_prepared\\_for\\_the\\_NSPCC](https://www.researchgate.net/publication/265741962_A_qualitative_study_of_children_young_people_and_'sexting'_a_report_prepared_for_the_NSPCC). Consulté en janvier 2020; Société canadienne de pédiatrie, 2019. « Le temps d'écran et les médias numériques : des conseils aux parents d'enfants d'âge scolaire et d'adolescents ». <https://www.soinsdenosenfants.cps.ca/87douts/screen-time-and-digital-media>. Consulté en janvier 2020.

