
FORMATION

Vie affective et sexualité

Animée par Audrey Sarrazin

1. La sexualité, qu'est ce que c'est ?

Sexe et sentiments

Être amoureux / Avoir envie de faire l'amour

- Avoir du désir et aimer n'est pas la même chose. Avoir du désir peut se limiter à un acte ou plusieurs actes sexuels (toujours dans le respect de soi et du partenaire) alors qu'aimer associe l'acte sexuel et le sentiment amoureux.
- La séduction est un ensemble d'attitudes qui vise à faire comprendre que quelqu'un a soit du désir pour quelqu'un d'autre, soit du désir et des sentiments amoureux pour quelqu'un d'autre. Ces attitudes sont propres à chacun et ne fonctionnent pas avec tout le monde.
Le tout est d'essayer de séduire une personne qui a le même fonctionnement que soi
- Pas obligé d'aimer pour faire l'amour. Il est possible de désirer une personne qui n'a pas la même façon que soi d'être amoureux. Pour autant la relation peut se faire avec tendresse et respect.
- La sexualité n'est pas qu'un acte physique, elle représente un acte physique qui pour être épanouissant correspond à la personnalité de chacun, tout le monde ne désire pas tout le monde.
- Le sentiment amoureux n'est pas qu'une émotion. D'abord une pensée puis une réaction physique associée au sentiment amoureux.
- Homosexualité, bisexualité, hétérosexualité sont les trois formes de sexualité exprimées par des envies et des actes, que l'on soit homme ou femme.

Quand débute un acte sexuel ?

La sexualité commence toujours par une pensée

- Point de départ : pensées autour de ce qui plait, fait envie, attire
- Puis : coeur qui bat, frissons, réactions physiques (érection, lubrification, ...)

- Pas besoin de faire l'amour pour avoir une vie sexuelle.

Notre vie sexualité se manifeste dès que nous créons des pensées autour du désir de quelqu'un de connu ou à travers un fantasme.

Qu'il y est acte sexuel ou pas, notre sexualité s'exprime alors.

La relation au corps, à son corps

Apprécier son corps pour mieux vivre sa sexualité

- Il n'existe pas de corps plus aptes que d'autres à faire « joliment » l'amour, plus attirants que d'autres, plus performants que d'autres.
- L'attraction sexuelle est une question de sensation, cela n'a rien à voir avec une courbe, une couleur, une grandeur, une grosseur, ...
- Même si il peut y avoir des préférences personnelles au sujet des formes corporelles qui plaisent plus que d'autres (larges épaules, bassin très arrondi, ...) , il s'agit là d'un plus, mais c'est ce qui est ressenti au sujet d'une personne qui fait qu'il y a attraction ou pas.
- Parfois il est possible d'être fortement attiré par une personne qui n'a pas du tout les critères physiques auxquels nous nous attachons habituellement.
- Chacun a un devoir envers son corps ; en le nourrissant, en l'hydratant, en respectant sa fatigue et son besoin de sommeil et en l'aimant comme il est avec les soins (sport, attentions, maquillage,...) que nous choisissons en fonction de nos goûts.

Des références pas toujours adaptées

Effets des représentations de la sexualité

- Les vidéos, livres, sites, réseaux sociaux qui abordent les différents aspects de la sexualité sont souvent loin de la réalité.
Ils sont le reflet de fantasmes, d'envies, de pratiques pas toujours respectueuses de soi et des autres, mais surtout qui appartiennent à d'autres personnes.
- La sexualité est un domaine qui est très personnel, en fonction :
de son âge, de ses envies (pas tous la même façon de faire l'amour)

2. Les vulnérabilités

Une question d'âge

- Un enfant face à un adolescent ou un adulte est plus vulnérable.
- Un adolescent face à un adulte est plus vulnérable.

Le positionnement

- Timidité, réserve
- Position sociale (supérieur hiérarchique : patron, chef de service, professeur, référent médical, ...)

Le handicap (physique, mental, psychologique)

Pour information :

D'après étude de la DRESS (Direction de Recherche, d'Études, d'Évaluations et de Statistiques), parue en 2020, une femme handicapée mentale à 2 fois plus de risques d'être agressée sexuellement.

et

Un enfant handicapé a 2,9 fois plus de risques d'être agressé sexuellement, mais cela passe à 4,6 fois plus de risque si il s'agit d'un handicap mental.

D'après Handicap International, les Femmes handicapées ont 30 fois plus de risques de connaître une grossesse non désirée.

3. Le(a) partenaire, le consentement

Partenaire, définition

- Un partenaire sexuel est une personne avec qui on a des relations intimes pouvant aller jusqu'à un acte sexuel consenti, de part et d'autre.

- Qui peut être un partenaire ?

Une personne choisie dans son environnement (hors professionnel/patient ou résident, professeur/élève, ...)

Le consentement, qu'est ce donc ?

L'accord de partager une intimité jusqu'à un acte sexuel si souhaité de part et d'autre.

- Pourquoi le consentement est il important ?

Par ce qu'il exprime un choix (acceptation ou refus) au sujet d'une action au moment de l'action.

- Comment savoir que l'autre est d'accord / comment montrer que l'on est d'accord ?

Se demander :

Ce que l'on souhaite a t'il été bien expliqué ?, a t'on écouté ce que l'autre a exprimé ?, a t'on dit clairement oui ou non ?, a t'on observé les manifestations du potentiel partenaire ?, ...

- Se positionner face une situation spécifique.

Intervenir lorsque l'on est témoin d'une difficulté de positionnement de la part d'une personne vulnérable (se rapprocher, s'adresser à la personne en difficulté en lui demande si elle besoin d'aide, s'éloigner avec elle, verbaliser le refus à l'autre personne si nécessaire)

4. Le sexe et la santé, les institutions

Faire le point sur : les principales IST (infections sexuellement transmissibles)

IST/MST	Symptômes	Types	Evolution	Etat sanitaire en France ces dernières années
VIH	Souvent asymptomatique, se	Virus	Traitement sans guérison, pas de vaccin	Environ 4900 nouveaux cas /an, chiffre en baisse
Hépatite B	Longtemps silencieuse, atteint le foie	Virus	Vaccin	2500 nouveaux cas /an 135700 porteurs
Syphilis	Souvent asymptomatique, une plaie ronde et dure peut apparaître si non soignée = éruption cutanée sur paumes des mains et plantes des pieds	Bactérie	Traitement de qqls semaines sinon évolution vers une maladie chronique, pas de vaccin	Environ 2500 cas / an
Chlamydiose	Inflammation des parties génitales	Bactérie	Traitement de qqls jours vers guérison, pas de vaccin	Environ 15000 cas /an ++ chez les 15-24 ans
Blennorrhagie	Généralement rien pour les femmes, écoulement chez les hommes	Bactérie	Traitement de qqls jours vers guérison, pas de vaccin	Environ 2300 cas / an ++ homme
Herpès génital	Bouton à cloque, fièvre, fatigue	Virus	Traitement de qqls jours pour disparition des symptômes mais le virus reste présent et actif, pas de vaccin	270000 personnes touchées
HPV, papillomavirus	Asymptomatique généralement, condylome génital (verruë) possible	Virus	Guérit dans la majorité des cas en qqls semaines mais dans 10% des cas persiste et évolue en lésions voir en cancer, vaccin	80 % des adultes sont infectés par un HPV mais 3000 cas évoluent en cancer et 1000 en décèdent / an

La grossesse

- 950000 nouvelles grossesses (IVG et accouchements) en France chaque année mais pas de chiffre disponible sur le pourcentage que représente les femmes handicapées.
- Même si elle n'est pas possible en fonction de la pathologie d'un individu, le désir de grossesse ou de paternité est naturel et doit pouvoir être verbalisé.
- Le planning familial présent dans les grandes, et parfois les petites, villes de France est un acteur incontournable de l'accompagnement dans la sexualité (IST, grossesses, agressions,...)

L'IVG

234300 IVG en 2022, en augmentation

- Types d'IVG

Chirurgicale

médicamenteuse

- Lois en France

c'est un droit, pris en charge par la sécurité sociale, pas de condition d'âge (si mineur = accompagnée d'un majeur choisi) et jusqu'à 16 semaines d'aménorrhée pour l'IVG chirurgicale et 9 semaines d'aménorrhées pour l'IVG médicamenteuse

La contraception

- Les types de contraceptions

Pilule

Préservatif masc. et fem.

L'implant

Le dispositif in utérin

Les patchs

Le diaphragme

Les spermicides

Les progestatifs injectables

La contraception définitive

La contraception naturelle

- L'accès à la contraception

Planning familial

Médecins

L'institution

La loi de juin 1975, d'orientation en faveur des personnes handicapées, mais la première loi sur le handicap date de 2005

LOI n° 2005-102 du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées

Cependant elle a totalement ignoré l'aspect sexuel;

Comment parler d'intimité quand tout ce qui est confié en institut est noté dans le dossier du résident ?

Le document Vie Affective et Sexualité dans le cadre de l'accompagnement en ESSMS, révèle que la Haute Autorité de Santé en France déclare que les travaux sur le sujet sont rares et les évaluations sur les programmes d'éducation sexuelle également

En revanche, il est constaté que les personnes concernées ne sont pas ou peu interrogées sur leurs besoins, envies, désirs, aspirations et où, dans les établissements, la vie affective et la sexualité se heurtent au respect de l'intimité.

Et même si un partenaire peut être choisi, il ou elle l'est en vase clos.

La place de la sexualité dans notre vie

- A tous les âges

La sexualité se développe au fil de l'évolution d'un individu et est présente dès la naissance. Elle se vit en fonction de chaque âge et à l'intérieur de chaque tranche d'âge.

- La sexualité a la même importance pour tous, qu'elle puisse être vécue librement et pleinement à travers les envies et les actes physiques ou pas.

Pouvoir verbaliser les envies, les questionnements, les frustrations est essentiel.

5. Comment aborder les sujets autour des sentiments et de la sexualité ?

Respect de l'intimité

- La sexualité touche à l'intime, c'est pourquoi il est préférable de ne pas devancer d'éventuels questionnements. Cependant lorsque des manifestations autour du sujet (verbalisation, gestes,...) se présentent, il est essentiel d'en parler avec le résident

- Aucune allusion personnelle (parler de la sexualité ou de l'attirance de X envers Y, ...)

Choix des mots

- Vocabulaire simple à comprendre, ne pas avoir peur des mots mais garder un vocabulaire courant et non familier même si utilisé par un résident.
- Utiliser des supports pour faciliter la parole, exemple jeu de cartes avec le vocabulaire faisant référence au sentiment amoureux et/ou à la sexualité.

Le rôle du toucher

- Déculpabiliser en normalisant les ressentis quand on est touché physiquement ou par une vision (image, films, corps, ...)
- Lors d'entretien individuel aborder l'auto sexualité en la normalisant

Avec des femmes, avec des hommes

- Organiser des ateliers en séparant les hommes des femmes (il est plus facile d'aborder certains sujets devant des personnes du même sexe)
- Exposer les 3 formes de sexualité : hétérosexualité, homosexualité, bisexualité.

6. Les Actions

L'organisation d'Ateliers en groupe et de « discussions » informelles, ou lors de rendez-vous pris, en individuel lorsqu'une situation spécifique se présente, se font en parallèle.

- **Atelier en groupe** : Apporter de la légèreté, de la joie pour ouvrir la parole. En petits groupes (4 à 6 participants)

Débats, favoriser les échanges en posant des questions, en donnant des exemples.

Utilisation de supports pour animer l'atelier :

- Noter sur un tableau ou demander à l'oral les mots les plus représentatifs des sentiments, de la sexualité, du consentement, ... pour les participants.
- Jeu de cartes avec des mots (sentiments et sexualité) et questionner sur signification ?, mot connu ou pas ?, quelque chose à dire ?, ...
- Jeu de cartes du CRIPS (différents thèmes abordés : trier les cartes)
- Utilisation de supports type le manège enchanté, la rosine, les préservatifs, ... (voir en fin de document lien pour achat et renseignements)

- En individuel

- écouter
- souligner l'intérêt du résident pour le sujet
- poser une ? en retour
- ne pas parler de son expérience

- pas de réponse directe
- orienter vers spécialiste ou livres si besoin
- re cadrer si insistant.
- demander la collaboration d'un autre professionnel si nécessaire.
- Partager l'expérience avec un autre professionnel et échanger les avis, les solutions, les attitudes possibles.

Toujours garder une attitude professionnelle

C'est écouter ce que dit le résident, ce qu'il sous entend, écouter ses propres pensées pour mieux prendre du recul et agir au mieux.

Ne pas faire référence à son expérience.

Garder à l'esprit le cadre professionnel et sortir des références familiales, culturelles, religieuses, de peur, ...

Partager avec un autre professionnel si opportun.

Liens et supports

Jeux

Même pas vrai : faut pas croire tout ce qu'on dit, <https://www.sofelia.be>

Discultons, Gendergame

Matériels

- Seduq, supports pour parler facilement de la sexualité.

- Le manège enchanté



- La rosine



Dépliants

Taboo, Vie affective et Sexuelle. Document CRIPS

Supports informatiques

Le CRIPS : <https://www.lecrips-idf.net>
<https://virinieeducatricelarochelle.com/>

AFP France Handicap : <http://www.chs-ose.org/>

Il existe de plusieurs livres sur le thème de la sexualité des personnes handicapées mentales. Tous abordent le sujet selon des axes très différents (l'institution, les besoins, les constats de manque en France et en Europe, les spécificités en fonction des handicaps,...)

Je vous invite à expérimenter les notions vues en formation, à utiliser les outils, supports et liens proposés d'abord en individuel, puis en groupe quand vous le sentirez; et ensuite à vous tourner vers des livres selon vos besoins et envies de spécificités.

Je suis disponible par téléphone et par mail, comme je vous l'ai précisé pendant la formation, n'hésitez pas.

0610705457

a.sarrazin@yahoo.fr

Bonne continuation et bonne pratique à tous.

Audrey Sarrazin