

PARLEZ-LEUR
D'AMOUR...
ET DE SEXUALITÉ

Édition : Sophie Aumais
Infographie : Johanne Lemay
Révision : Caroline Hugny
Correction : Odile Dallaser, Brigitte Lépine

Données de catalogage disponibles auprès de Bibliothèque
et Archives nationales du Québec

DISTRIBUTEURS EXCLUSIFS :

Pour la Canada et les États-Unis :

MESSAGERIES ADP inc.*
Téléphone : 450-640-1237
Internet : www.messageries-adp.com
* filiale du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.

Pour la France et les autres pays :

INTERFORUM editis
Téléphone : 33 (0) 1 49 59 11 56/91
Service commandes France Métropolitaine
Téléphone : 33 (0) 2 38 32 71 00
Internet : www.interforum.fr
Service commandes Export – DOM-TOM
Internet : www.interforum.fr
Courriel : cdes-export@interforum.fr

Pour la Suisse :

INTERFORUM editis SUISSE
Téléphone : 41 (0) 26 460 80 60
Internet : www.interforumsuisse.ch
Courriel : office@interforumsuisse.ch
Distributeur : OLF S.A.
Commandes :
Téléphone : 41 (0) 26 467 53 33
Internet : www.olf.ch
Courriel : information@olf.ch

Pour la Belgique et le Luxembourg :

INTERFORUM BENELUX S.A.
Téléphone : 32 (0) 10 42 03 20
Internet : www.interforum.be
Courriel : info@interforum.be

09-18

Imprimé au Canada

© 1999, 2018, Les Éditions de l'Homme,
division du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.
(Montréal, Québec)

Tous droits réservés

Dépôt légal : 2006
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN (version papier) 978-2-7619-5159-3
ISBN (version numérique) 978-2-7619-5160-9

Gouvernement du Québec – Programme de crédit
d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC –
www.sodec.gouv.qc.ca

L'Éditeur bénéficie du soutien de la Société de
développement des entreprises culturelles du Québec
pour son programme d'édition.



**Conseil des Arts
du Canada** | **Canada Council
for the Arts**

Nous remercions le Conseil des Arts du Canada de l'aide
accordée à notre programme de publication.

Financé par le gouvernement du Canada
Funded by the Government of Canada

Canada

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement
du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada
pour nos activités d'édition.

Jocelyne Robert

PARLEZ-LEUR
D'AMOUR...
ET DE SEXUALITÉ

L'éducation sexuelle:
Ça presse!



LES ÉDITIONS DE
L'HOMME
Une société de Québecor Média

Puisse ce livre jouer son rôle de médiateur
entre vous et vos petits et grands enfants

*À Marie-Agnès et à Norbert, mes parents.
Ils vivent en moi.
Ils m'ont légué le plus riche des héritages :
ma quête de respect et de dignité.*

NOTE ET CONFIDENCES DE L'AUTEURE

Ce livre comporte de nombreuses voies d'accès. Vous pouvez, selon votre fantaisie, y entrer par la fin, par le milieu et même par le commencement.

Tous les cas relatés, toutes les anecdotes et tous les extraits de lettres sont authentiques. Seuls les noms ainsi que certains détails ont été changés par souci de discrétion.

Tout au long du texte, les caractéristiques énoncées en fonction de l'âge de l'enfant correspondent à des généralités et ne doivent jamais être considérées comme des vérités absolues.

Peut-être vous demandez-vous pourquoi il est tant question d'amour, d'affection, de sentiments et d'émotions dans un livre sur l'éducation sexuelle des enfants. Pour plusieurs raisons que voici.

- Parce que j'aborde le développement sexuel de l'enfant principalement sous l'angle de ses implications affectives et que l'amour est « une disposition favorable » de l'affectivité.
- Parce que l'amour renvoie à l'affection, à l'attachement, à l'inclination, à la tendresse, au plaisir et à la passion qui sont autant de sentiments et d'émotions liés à l'expression sexuelle, et que l'expression sexuelle traduit à son tour une quête d'affection, de reconnaissance de soi, d'amour...

- Parce que les domaines de la sexualité et de l'affectivité sont presque indissociables et pourtant différents. Et qu'il importe de parler de l'une et de l'autre afin d'amener le jeune à distinguer ses besoins personnels véritables.
- Parce que, malgré une expérimentation sexuelle souvent précoce et diversifiée, les jeunes de ce nouveau millénaire placent encore le sentiment amoureux comme une valeur importante dans leur quête de partenaires intimes.
- Parce qu'en parlant d'amour et de sexualité, on clarifie chacune de ces notions et que l'on peut ainsi éviter des désillusions: l'ardeur érotique ne garantit pas l'amour, l'amour n'est pas le gage de la satisfaction érotique.
- Parce qu'il me paraît souhaitable de parler d'amour de manière réaliste, sans verser dans le romantisme larmoyant, et de parler de sexualité de façon objective et saine, sans la cantonner à de la « plomberie ».
- Parce qu'il est urgent de montrer et de rappeler à nos jeunes que la sexualité peut aussi témoigner de l'amour, du partage et de l'affection, afin d'amortir les graves répercussions des agressions, des misères, des maladies et des abus sexuels largement étalés autour d'eux.
- Enfin, parce que de toute façon l'amour est toujours là, présent et à peine dissimulé derrière mes propos, même quand le mot n'y est pas. Amour multiple, humain, sans grand A et incertain...

Je n'ai qu'une conviction: toute demande ou attente sexuelle est, d'une certaine façon, une demande d'amour.



Ma vie est une ribambelle de faits cocasses, de détails loufoques et de hasards étonnants. À commencer par ma naissance...

Je suis le fruit tardif d'une corbeille de sept enfants; une génération me sépare du frère auquel j'ai volé le titre de benjamin. Ma mère est tombée enceinte de moi à 40 ans, en période stérile de son cycle et malgré le « faire-attention », m'a-t-elle raconté. Quand on me demande

ce qui m'a amenée à la sexologie, je réponds que rien n'a pu m'y déterminer autant que ma naissance imprévue.

Je n'ai pas été désirée. Qu'importe ? puisque j'ai été aimée.

Rien n'est jamais parfait. N'est-ce pas son savoir aimer qui a autorisé ma mère, lorsque je lui posais des questions, à me raconter, sans cachotteries et sans bavures, l'histoire de ma naissance ? Aujourd'hui, j'adore épiloguer sur le désir et sur l'amour, nuancer les sentiments, les émotions, les engagements ; j'ai le sentiment que j'aurai, jusqu'à 100 ans, le goût d'être désirée et désirable. Allez donc savoir pourquoi...

Si les années d'études, de travail et de réflexion en sexologie ont contribué à façonner chez moi une compréhension personnelle des « choses de la vie », je dois dire que c'est d'abord la transparence de mon milieu familial qui m'a permis de me saisir, de m'accepter, d'être bien dans ma peau de fille, avec mes forces et mes faiblesses. De là à écrire un livre pour les parents sur la sexualité et l'éducation sexuelle et affective de leur progéniture, il n'y avait qu'un pas que j'ai pourtant mis bien du temps à franchir. Peut-être avais-je besoin que les enfants de ma vie aient eux-mêmes fini de grandir, physiquement, cela va sans dire ; peut-être avais-je besoin de prendre le temps de vivre à leurs côtés, de leur petite enfance jusqu'à l'âge adulte, avant de balbutier sur le sujet.

Vous aurez compris, au ton de ma dédicace et de ce préambule, que c'est tout d'un bloc que je m'adresse à vous : mère, pédagogue, femme, sexologue, grand-mère et... *sexosophe*¹.

Sans doute ai-je lâché des morceaux de mon enfance et de mon adolescence dans les pages qui suivent et vous saisirez en avançant dans votre lecture que je ne me perçois ni comme une technicienne, ni comme une stricte théoricienne de la sexualité. Celle-ci est trop intrinsèquement liée à l'intimité pour qu'on l'extrait de l'ensemble de la personne. Dans cette optique, je ne puis séparer mon propos professionnel

1. J'ai créé le mot « sexosophe » parce que j'ai le sentiment que le suffixe « sophe » (comme dans philosophe) ressemble davantage à ma manière de percevoir et d'expliquer la sexualité. En abordant celle-ci en tant que dimension humaine qui illumine ou assombrit l'estime de soi, je pose la question du sens que revêt pour la personne sa vie et son vécu sexuels. À mes yeux, la signification qu'accorde la personne à un comportement ou à une activité est plus importante et marquante pour elle que le geste en soi.

de mes convictions personnelles. Cette approche est-elle une force ou une faiblesse? Probablement tantôt l'une, tantôt l'autre. J'ai renoncé à ce qu'il en soit autrement.

Ainsi donc, pendant de nombreuses années, l'intervention en éducation sexuelle auprès des enfants, des adolescent-es et de leurs parents a constitué l'essentiel de l'exercice de ma profession. Cet engagement m'a amenée à travailler auprès d'enseignant-es, d'intervenant-es-jeunesse, d'éducatrices et d'éducateurs ainsi que de professionnel·les de la santé, et à rencontrer des milliers de parents, tant au Québec qu'à l'étranger. J'ai pu me rendre compte de la bonne volonté des parents à faire l'éducation sexuelle de leurs enfants. De leurs difficultés, de leurs peurs et de leurs malaises, aussi. Combien de fois m'a-t-on dit :

Je voudrais bien, mais je n'y arrive pas.

Je ne trouve pas les mots.

Je me sens si mal à l'aise.

Il ne me parle pas de lui.

J'ai l'impression qu'elle en sait plus que moi.

Elle ne veut pas en entendre parler. Du moins pas par moi...

Combien de fois me suis-je fait apostropher gentiment, qui lors d'une tribune téléphonique à la radio, qui au détour d'une fin de conférence :

Ça paraît si facile quand c'est vous qui en parlez, si limpide... Moi, quand j'en parle, ça sort tout croche et mon fils me regarde comme si je débarquais d'une autre planète. La planète Parents dépassés, fatigués et ennuyés. De toute façon, les enfants ont des livres faits pour eux, il y a du sexe partout, les adolescent-es ont des cours à l'école j'imagine... On dirait que nous, les parents, n'avons plus rien à voir là-dedans.

Pour tout cela, parce que je crois aux parents comme premiers acteurs dans l'éducation sexuelle de leurs enfants, parce que vous demeurez, parents lecteurs, les personnes les plus significatives auprès de vos adolescent-es et parce que les réseaux scolaire, social et de la santé les ont négligés dans la prise en charge de cette responsabilité, j'ai cru nécessaire de mettre ce livre à jour.

Dans le domaine de la sexualité et de l'éducation à la sexualité, il n'y a pas de recette. Il y a des ingrédients. Le reste est affaire de créativité et d'humilité. Tout au plus partagerai-je avec vous des pistes susceptibles de vous épauler dans l'accompagnement de votre enfant. Des sentiers éprouvés puisque ce sont les enfants eux-mêmes qui m'y ont conduite. Les tout-petits m'ont dessiné des lettres, sur du vrai papier d'abord, par courriel ensuite. Les enfants m'ont écrit, m'ont inondée de questions, de mots gentils, après avoir lu un de mes livres qui leur était spécifiquement destiné. Les adolescent-es se sont longuement raconté-es, se sont parfois engueulé-es amicalement les uns les autres quand je les rencontrais en groupe et leur permettait de s'exprimer librement. Et puis, pour tout dire, ils et elles m'ont aussi beaucoup parlé de vous, leurs parents. Je crois pouvoir livrer, sans les trahir, l'essentiel de leur message et de leurs attentes.

Ne vous étonnez pas si les questions relatives à l'anatomie et à la physiologie ne sont qu'effleurées. J'ai volontairement négligé ces aspects largement et convenablement traités ailleurs, dans leurs cours de biologie par exemple. Je vous invite ici à ajuster une autre lorgnette.

Par-delà le jeu génital, que vit l'enfant de cinq ans en jouant au docteur ?

Que ressent la fillette de 10 ans, se pâmant pour ses idoles, devant l'image que lui renvoie son miroir ?

Le garçon de 12 ans est-il préoccupé par la physiologie de l'érection ou par l'émoi, l'anxiété et le plaisir qui y sont associés ?

Ce qui trouble l'adolescente est-il son moyen de contraception ou la peur d'avoir mal lors de la première pénétration vaginale ?

Facile de parler de contraception à son adolescente et des dangers des infections sexuelles à son adolescent ! C'est toujours plus aisé d'aborder les aspects factuels de la sexualité. Plus ardu de partager l'angoisse, l'étonnement, la peur et le désir qui les tiraillent. L'affectivité est la dimension la plus escamotée du devenir sexuel parce qu'elle trouble les adultes. Raison de plus pour s'y intéresser : elle est essentielle à l'intériorisation des valeurs que nous souhaitons transmettre à nos jeunes. Éducation sexuelle ne va pas sans éducation affective. Voilà un terrain fascinant qui ne comporte aucun danger, à part celui de nous remuer un peu à l'intérieur.

Ici, pas de grands objectifs. Seulement un vœu, non pieux je l'espère: contribuer à réduire la zone de silence entre les générations, éliminer le mensonge « de bonne foi ».

Au risque de passer pour une illuminée, en ces années de marchandisation, de misère et de violence sexuelles, je mise sur l'espoir. L'espoir qui, tout compte fait, commence lorsque le désespoir est surmonté, cet espoir qui me souffle que, loin de démissionner, vous prendrez enfin la place respectueuse et respectable que vos jeunes sont prêts à vous accorder.

OUVERTURE

Si vivre sa sexualité en ce début de troisième millénaire n'est pas de tout repos, qu'en est-il de l'éducation sexuelle des enfants et des adolescent-es? Une mission à accomplir? Une source d'irritation pour les parents? Une surcharge de travail pour les enseignant-es? Une chasse gardée pour les intervenant-es des services sociaux? Une chose devenue inutile, les médias sociaux et la pornographie sur le Web s'en chargeant désormais? Le rôle de qui? Depuis quelques années, tout le monde en parle, personne ne s'en charge.

C'est dans le noyau familial que s'implantent les fondations d'une sexualité saine ou... tordue.

Il y a plusieurs années, j'avais mené, avec des collègues, une enquête auprès d'une centaine de jeunes de niveau secondaire. Nous leur demandions, entre autres, si la sexualité était un sujet discuté en famille. Résultat: environ 80% avaient répondu négativement. La même question posée aux parents des mêmes élèves atteignait à peu près le même pourcentage... mais positif! Qui mentait? Probablement ni les uns ni les autres. Je crois qu'on pourrait aujourd'hui faire le même exercice avec sensiblement le même résultat.

Les réponses apparemment contradictoires témoignent avec éloquence d'une perception différente de ce que sont la discussion et l'échange sur la sexualité. Pour l'adolescent-e, recevoir une information factuelle sur les dangers ou sur la puberté n'équivaut pas à un dialogue sur la sexualité. Le parent, embarrassé par le sujet, peut avoir le sentiment du devoir accompli s'il en a parlé une fois ou deux.

Nous vivons dans une société qui prévient. Qui tente de prévenir. Le suicide, les toxicomanies, la violence, la maladie, les grossesses non désirées, les agressions sexuelles, les dépendances de toutes sortes, le sida... Tout occupés que nous sommes à regarder devant, on peut se demander si nous n'avons pas perdu notre aptitude à vivre dans le moment présent. Le rôle des parents est de travailler à enrichir la vie, d'aider à lui trouver un sens, de donner aux jeunes quelque chose à aimer, quelque chose qui les liera à la vie. Bien enraciné, l'intérêt pour la vie survit, même dans l'enfer du désespoir, et il pousse à en sortir. C'est aux parents qu'il appartient de présenter à leurs enfants la sexualité comme une dimension humaine source d'enrichissement plutôt que d'appauvrissement.

Les enfants de tous âges ont plus que jamais besoin de leurs parents; besoin de la présence d'hommes et de femmes qui leur servent de phares, qui soient capables de partager ce qu'ils sont autant que ce qu'ils savent ou croient savoir. Émerveillement, partage et affectivité constituent les matériaux de base de cet art à inventer qu'est l'éducation à la sexualité.

Trois grands sentiers parcourent le paysage sexuel que je vous invite à traverser avec moi. Le premier propose un honnête examen de conscience: démêler l'écheveau de l'éducation sexuelle reçue, réfléchir sur sa perception personnelle de la sexualité, identifier ses couleurs, ses limites, ses malaises... Le deuxième parcourt une longue distance: celle du développement psychosexuel de votre enfant. Une attention particulière sera accordée au comment de l'intervention éducative. Enfin, le troisième présente une kyrielle de dossiers chauds et de situations particulières choisis pour l'inquiétude qu'ils suscitent ou parce que je les ai jugés importants dans une perspective de mieux-être sexuel et global.

Je devine votre pensée: *C'est donc bien compliqué, la sexualité; c'est pourtant naturel!* Eh oui, la santé aussi, c'est naturel, et on n'attend pas qu'elle se dégingue pour s'en occuper! Comprenons-nous bien. Je ne pense surtout pas qu'il faille parler davantage de sexe, mais j'ai le sentiment qu'il est grand temps d'en parler différemment. Cette approche que je défends sera-t-elle efficace? En tout cas, elle a toujours retenu l'attention et intéressé les jeunes que j'ai rencontrés. Réduira-t-elle les conséquences malheureuses des lendemains de la révolution sexuelle?

Transformera-t-elle les perceptions faussées et l'angoisse inoculées par le message pornographique avalé par la jeunesse qui s'y instruit, faute d'autres supports pour assouvir une curiosité bien légitime? Formellement, je ne peux en jurer. Tout me porte à croire qu'elle est valable, prometteuse et possiblement gagnante. La méthode de travail est simple: se laisser éclairer pour être éclairant, se laisser toucher pour rejoindre l'autre.

Je suis certaine d'une chose: toute tentative d'éducation sexuelle sera vaine tant que nous ne mettrons pas nos pendules à l'heure de nos enfants; tant que nous ne serons pas assez forts, assez séduisants, assez présents et concernés pour rivaliser avec le message ambiant.

Première partie

ADULTE-PARENT ET SEXUALITÉ

Chapitre 1

IL ÉTAIT UNE FOIS LA SEXUALITÉ

La première définition du mot «sexualité» dans un dictionnaire date de 1838: «Caractère de ce qui est sexué, ensemble des caractères propres à chaque sexe. Voir génitalité.» La deuxième arrive vers 1924: «Ensemble des comportements relatifs à l'instinct sexuel et à sa satisfaction (qu'ils soient ou non liés à la génitalité). Voir libido [...].» C'est donc en 1838, alors que nos patriotes se battaient à la fourche pour sauvegarder notre langue, nos droits et la survie de la nation, que serait apparu le mot «sexualité» dans la langue française. Exemple flagrant du retard des mots sur les comportements et les réalités. Permettez-moi de vous proposer ma propre définition.

La sexualité : ce qu'elle est, ce qu'elle n'est pas

La sexualité est une dimension fondamentale de l'être humain qui s'imbrique dans la totalité de la personne et la colore dans tout ce qu'elle est. Fondamentale, parce que présente comme caractère essentiel et déterminant dès la naissance (et même avant: on sait maintenant qu'au dernier trimestre de la vie intra-utérine, le fœtus, quel que soit son sexe, a des réactions génitales). C'est une composante, ni plus ni moins importante que les autres, d'un être humain, d'une existence, d'une société. Si la sexualité prend naissance dans le monde biologique,

son expression varie à l'infini à travers les mœurs, l'histoire, la culture et les arts. Énergie vitale, elle se manifeste en nous et par nous tout au long de notre vie.

Connaissez-vous l'histoire de cette maman qui se désespérait parce que son fils de deux ans était, selon elle, toujours en érection? N'en pouvant plus, elle décida d'aller consulter son vieux médecin de famille: «Ça n'a pas de bon sens, docteur, il est toujours en érection! Pas moyen de faire sa toilette, de changer sa couche, de lui faire des câlins, sans que son pénis bondisse comme un petit diable. Ça n'est pas normal! Qu'est-ce que vous donneriez pour ça, vous, docteur?»

Après avoir écouté religieusement en se grattant le menton, gardé un moment de silence pensif, le docteur finit par répondre le plus sérieusement du monde: «Moi, madame, pour cela je donnerais... ma Mercedes, mon voilier et ma maison de campagne!»

Morale de cette naïve histoire de sexe: la sexualité commence à la naissance et finit avec la mort. En effet, nous sommes ici en présence de trois personnes qui expriment leur intérêt sexuel et leur perception de la sexualité selon l'épisode propre de leur développement et de leur vie: on y trouve un tout-petit qui réagit sensuellement, normalement ET génitalement à des contacts que son corps codifie comme étant agréables; une jeune femme qui s'inquiète des réactions physiques de son bébé en fonction de l'éducation reçue, de ses attitudes et de ses valeurs personnelles et, probablement aussi, en raison de sa méconnaissance du développement sexuel de l'enfant; et enfin, un homme vieillissant qui plaisante en évoquant ses performances viriles... passées. La composante sexuelle s'exprime différemment à travers chacune de ces personnes. Il faut noter que les filles ont elles aussi des réactions sexuelles, moins visibles que celles des garçons en raison de la configuration de leurs organes génitaux.

La sexualité est comme un thème musical, avec des variations de l'expression et de l'interprétation qui, selon les circonstances, sont propres à chaque individu. Elle s'estompe, s'emballe, trébuche, se tait et refait surface... Elle patauge, fuit, bondit fougueusement, emprunte des détours inattendus... Elle se tait irrémédiablement avec le dernier opus lorsque le musicien quitte la scène de la vie.

Elle englobe l'identité sexuelle et l'identité de genre, les rôles sexuels, les attitudes et comportements sexuels que l'on exprime à tra-

vers le jeu, la tendresse, l'amitié, l'amour, l'érotisme, la sensualité, le plaisir, l'orientation sexuelle, le désir, l'attachement... Notre sexualité et notre personnalité se manifestent aussi dans les stéréotypes sexuels culturels : ceux que l'on admet, que l'on tolère ou que l'on condamne selon qu'ils font notre affaire ou pas, selon qu'on les considère comme conformes à nos valeurs ou pas. Le principal organe sexuel humain est le cerveau. Et ce qui s'anime entre la taille et les cuisses est la composante génitale de la sexualité.

Notre réalité individuelle et personnelle, notre unicité se traduit jusque dans nos tendances, engagements et philosophies. Renforcée par la culture, elle nous conditionne dans le choix de telle ou telle profession et imprègne notre manière de l'exercer. Féminité et masculinité sont des traits de nature et de culture. Tout n'est pas appris, tout n'est pas génétique, tout n'est pas environnemental, tout n'est pas hormonal. Il existe une spécificité féminine et une spécificité masculine ; le reconnaître ne dissimule aucun jugement de valeur, aucune allégeance féministe ou antiféministe. Cela ne contredit pas l'existence de plusieurs identités de genre, lesquelles se manifestent de plus en plus librement depuis une quinzaine d'années. Cela étant, il y a deux sexes de base, il n'y en a pas dix. Mais, selon le dosage de féminin et de masculin, selon différents facteurs développementaux tant biologiques qu'environnementaux, des personnes sentiront qu'elles n'appartiennent ni à l'un ni à l'autre, ou aux deux, à des degrés divers. Elles sont en droit d'obtenir une reconnaissance et une acceptation de ce qu'elles sont, telles qu'elles sont.

Enfin, au même titre que le bien-être physique, mental et émotionnel, la sexualité fait partie intégrante de la santé et de la qualité de vie. Elle est étroitement liée à l'intimité, à l'affectivité et au développement de la personne. La physiologie de l'acte sexuel est une chose dont la compréhension clinique n'est pas négligeable, mais le sens que revêt, pour un homme ou pour une femme, le fait de séduire, d'être choisi et de faire l'amour est une tout autre chose, dépassant largement la gestuelle. Toute demande, qu'elle se situe sur le plan de la tendresse, de l'amitié ou de la reconnaissance personnelle, est une demande d'amour. Être accueilli physiquement ou ne pas l'être viendra fortifier ou saper l'estime de soi.

De surcroît et, de fait, en tout premier lieu, la sexualité est une relation avec soi-même.

- *Que m'apporte cette relation ?*
- *Ce comportement sexuel est-il bon pour moi ?*
- *Quel effet a eu sur moi ce récent épisode gynécologique (premières règles, grossesse, stérilisation temporaire ou permanente, ménopause) ?*
- *Comment est-ce que je me sens dans ma peau d'homme ou de femme de 40 ans ?*
- *Pourquoi cette attitude de mon fils ou de ma fille me dérange-t-elle autant ?*

On peut contourner la sexualité, la nier, l'écraser, la maudire ou la louer. On peut en rire ou en pleurer. On ne la supprime pas. Quand on s'y essaye, on ne parvient qu'à abîmer la personne. La sexualité ressurgira, mutilée mais bien vivante.

Mouvante, évolutive, changeante, elle se dit et se dédit, s'éclate, s'attriste ou se réjouit, se ratatine. Elle murmure, bavarde ou se mure. Elle enrichit ou elle appauvrit. En elle-même, elle n'est ni bonne ni mauvaise. Elle est. Elle peut traduire l'amour comme la haine, l'ouverture comme le rejet, l'infinie tendresse comme la violence concrète. Il appartient à chaque individu de faire de sa sexualité une source de mieux-être, de croissance et de satisfaction. Il appartient à chaque parent de témoigner de ce potentiel d'émerveillement ancré dans des valeurs humanistes: respect, égalité, consentement, partage, dignité, responsabilité...

La sexualité d'hier à demain

Au XVIII^e siècle, le terme « sexuel » désignait la différence génitale entre l'homme et la femme. Par « sexe », on entendait « féminin » ; on disait les « personnes du sexe » pour évoquer les femmes ! Dès le XVI^e siècle, bien que le mot « sexualité » ne fût pas encore en usage, la langue française possédait quelque 300 vocables pour désigner l'acte sexuel, et environ 400 pour nommer les parties génitales². La sexualité « n'existait pas », en tout cas nommément, mais l'imaginaire débordait de créativité linguistique pour l'inventer et la nommer.

2. Van Ussel, Jos. *L'Histoire de la répression sexuelle*, Paris, Laffont, 1972.

Il n'y a pas si longtemps, on ne parlait pas de sexualité mais on se reproduisait allègrement, comme en font foi nos bonnes vieilles familles québécoises qui comptaient les enfants à la douzaine. La sexualité humaine a longtemps été considérée dans son unique fonction de reproduction de l'espèce. Parce qu'on la percevait comme un obscur mystère, on dispensait une sorte d'éducation sexuelle implicite faite de silences, de sous-entendus, de mises en garde et de mensonges. Les enfants, tant bien que mal, potassaient pour débrouiller l'énigme. Reportons-nous dans les années 1950, encore si proches, quelque part au Québec ou ailleurs...

Louis, 10 ans :

Ma mère est partie chercher un bébé chez les Sauvages³; on ne sait même pas s'ils vont m'apporter un frère ou une sœur !

Cécile, 9 ans :

Hein ? Chez les Sauvages ? Pourquoi va-t-elle aussi loin ? Moi, ma mère est juste allée dans le potager; mon frère a poussé dans une feuille de chou pendant que j'étais chez ma grand-mère. Il paraît que les filles, elles, elles poussent dans les roses.

Françoise, 9 ans :

Des sottises, tout ça. Moi, je sais la vérité ! Ma grand-mère me l'a expliquée. C'est pas du tout comme vous dites ! C'est une cigogne, un grand oiseau, qui apporte les bébés. Faudra que je lui demande comment il se fait que le petit ne se blesse pas quand l'oiseau le laisse tomber par terre...

Louis :

Peut-être que la cigogne laisse tomber le bébé chez les Sauvages qui l'attrapent !

3. À cette époque, on appelait les autochtones (les personnes des Premières Nations) les Sauvages.

Cécile :

Voyons donc, les Sauvages ne passent pas leur temps les yeux au ciel pour surveiller les cigognes ! Peut-être qu'elles volent très bas puis qu'elles le déposent dans un chou ou dans un rosier.

Françoise :

Argh ! Un rosier, c'est plein d'épines, je ne peux pas croire que j'ai poussé là-dedans. C'est bizarre, tout ça, vous ne trouvez pas ? Comment se fait-il qu'on ne voie jamais de cigognes, ni de bébés dans les choux ou les roses ?

Le message dominant reçu par les gens de ma génération n'était pas moins trouble : « La sexualité, c'est merveilleux, n'en parlons surtout pas à nos enfants. » Pourquoi taire la beauté ? Ou bien : « La sexualité, c'est sale, honteux, péché, c'est l'enfer ! Gardons cela pour la personne qu'on aimera vraiment. » Ouf ! pensais-je, tout un cadeau que je réserve à mon futur chéri !

Je me souviens d'une amie qui était pensionnaire chez les religieuses. Lorsqu'elle avait ses règles, elle devait se présenter au magasin du couvent et chuchoter à la sœur économe qu'elle avait besoin d'« oreilles de lapin ». C'était en 1960. Que d'ambivalence, de mystères épais, de paradoxes et de mensonges dans ces images et messages que nous avons, hélas, intégrés.

Vint ensuite ce qu'on a appelé la révolution sexuelle. On voulut arracher, déchirer le voile épais qui enveloppait la question sexuelle. On ne parlait plus que de sexe, on « faisait le sexe », métamorphosant le fléau séculaire en panacée universelle. Avec l'avènement de la contraception orale, les femmes, pour la première fois dans l'histoire, prenaient possession de leur corps, de leur fécondité et de leur aptitude au plaisir. Elles purent « s'envoyer en l'air » comme des crêpes, frénétiquement et librement, en balançant leurs soutiens-gorge par-dessus bord. C'étaient les années magiques du *peace and love* et des slogans désinhibiteurs du type « Faites l'amour, pas la guerre ». Ce qu'on a appelé des communes poussa ici et là comme des champignons. Dans celles-ci, on vivait en groupe et en autosuffisance, en cultivant ses légumes et ses plants de mari, en consommant du LSD pour les plus *flyés*. C'est dans cet esprit coopératif d'amour universel que s'ancre le mouvement de libération des femmes. Mais la magie, tout le monde le sait (à moins d'une indicible crédulité), n'est que

prestidigitation. Nous étions passés de la grande noirceur à l'illumination par le sexe, de l'ère des F pour fatalité, famille, fidélité à l'ère des L pour liberté, libération, libertinage.

La digression fabuleuse ne dura guère. Avec l'arrivée du sida dans les années 1980, les temps et les minois se sont rembrunis : le sexe et l'amour pouvaient donner la mort. Les MTS (maladies transmissibles sexuellement, comme on les appelait alors) devinrent épidémiques et les cas d'inceste, défendus par certains comme banals, s'étaient au grand jour en même temps que la pornographie infantile et juvénile. Que se passait-il donc ? Nos lendemains seraient-ils meilleurs ? Était-ce si tragique ? Nul n'avait de réponses à ces questions. La conjoncture sociosexuelle nous força à tenter de définir de nouvelles valeurs, à rechercher un nouvel équilibre, à inventer des comportements neufs. Nous n'étions pas loin d'un certain affolement et nous nous sommes mis à ne plus parler que des dangers et méfaits de la sexualité. Nous avons alors un bien beau programme d'éducation à la sexualité obligatoire au menu scolaire, lequel, sur papier, n'excluait pas le droit au plaisir. Mais dans les faits, on y parlait surtout de prévention et de santé sexuelle.

Pas une semaine ne s'écoulait sans que nous paniquions devant la quantité de cas d'incestes signalés. « Y en a-t-il vraiment autant ? Plus qu'autrefois ? On dit que c'est la pointe de l'iceberg... » Nous n'avions et n'avons toujours pas de statistiques valables sur le sujet. Cependant, pour avoir beaucoup travaillé auprès des femmes et en particulier auprès de celles victimes de violence conjugale, j'ai pu constater, entre les années 1980 et 2000, qu'un nombre faramineux de femmes de 40, 50 et 60 ans avaient été victimes d'inceste dans leur enfance. Ce n'est que 30, 40 et 50 ans plus tard qu'elles en parlaient pour la première fois, qu'elles osaient se souvenir. Cela laisse supposer que l'iceberg était ancestral et que la rupture du silence constituait l'élément nouveau permettant d'en apercevoir la pointe. Même si ces réalités sont toujours présentes actuellement et que l'on constate une augmentation des ITSS (infections transmissibles sexuellement et par le sang) en raison de l'absence d'éducation sexuelle scolaire depuis le tournant de l'an 2000, nous n'en sommes plus tout à fait là.

Nous en sommes où alors en 2018 ? vous demandez-vous. Avec la démocratisation de la pornographie et l'arrivée d'Internet, nous avons

fait, au tournant du troisième millénaire, un pas vers un modèle sexuel de consommation et de marchandisation : le corps et le sexe sont perçus désormais comme objets de consommation, utilisables, jetables. Sex shops, joujoux sexuels, images pornos omniprésentes, salons de massages spéciaux, danses contact, ghettos sexuels, sextage, branlettes intersidérales, partouses, voyeurisme virtuel, sexe à trois, triple pénétration, viols collectifs, violence sexuelle, tourisme sexuel répandu, éjaculation faciale, sexe anal, bestial, pédo, géronto, scato, nécro, sado, maso... Le bar est ouvert et le buffet est vaste. Les mets assaisonnés de violence y prévalent.

Le sexe est tour à tour une denrée à consommer, un carburant, une performance, une mécanique bien huilée, un emboîtement de pièces anatomiques, un refuge, un tapage *rapido tristo*. Ou tout cela à la fois. L'amour, le désir, le baiser, l'attente, bref l'érotisme sont en voie de disparition. Dans ce vacarme, il faut faire l'éducation sexuelle de nos enfants, ne pas laisser Internet s'en occuper. Leur transmettre des valeurs qui propagent l'idée que la sexualité peut être source d'épanouissement humain, de bonheur, d'augmentation de l'estime de soi, de partage.

Je connais les enfants et les adolescent-es. Je crois en eux et en elles. Je les juge sains et capables de faire des choix responsables en rapport avec leur sexualité. J'ai toujours douté que la chasse aux sorcières, le « faire-peur », puissent donner quelque résultat positif. Aujourd'hui, je sens que ce modèle sexuel à tout-va ne les satisfait pas. Il les éblouit provisoirement. Mais que veulent-ils au juste, que cherchent-ils à l'aveugle ? Ils ne vous en parlent pas parce qu'ils ont peur. Peur que leurs parents capotent, peur qu'ils n'y comprennent rien, peur qu'ils soient bien trop vieux et dépassés...

Ont-ils tort de penser que mère et père n'arrivent qu'à déverser sur eux, leurs enfants, leurs propres angoisses ? Ont-ils tout faux quand ils questionnent la cohérence parentale ? Prenons le condom. Je suis tentée de croire qu'en le présentant dans un contexte de droit au plaisir, on susciterait bien davantage le goût de l'adopter qu'en le recommandant strictement dans la perspective de se protéger des dangers. Comment leur donner envie de choisir de « capoter » en se « capotant » si on ne leur parle que de maladies ? Érotiser le condom, c'est érotiser aussi la responsabilité. Est-il inconcevable qu'un parent vante

à son fils ou à sa fille les bienfaits du préservatif? Qu'il le rende accessible dans l'armoire de la salle de bain, non loin du dentifrice, des serviettes hygiéniques, du déodorant et du gargarisme en tant que petit objet de santé et de prévention des grossesses, indispensable aux jeunes qui commencent leur vie sexuelle?

Ouais... pas si facile que cela, direz-vous. Il y a du chemin à parcourir avant d'atteindre à une telle congruence. D'accord. Pensons-y, au moins. Rappelons-nous que les normes d'aujourd'hui en matière de sexualité contrastent avec celles qui prévalaient hier. Quand j'étais adolescente, la fille de 20 ans qui avait eu une relation sexuelle « complète » avant le mariage se faisait invectiver: « Tu es souillée. Aucun homme ne voudra de toi ! » Aujourd'hui, c'est à la fille de 20 ans qui n'a pas encore « couché » qu'on demande si elle va bien, si elle est normale. Comme quoi, ce qui est déviant un jour peut s'avérer la norme le lendemain.

L'urgence nous pousse vers de nouvelles façons d'intervenir. Comment? En faisant preuve de créativité et d'humilité, en se collant aux besoins de nos enfants et de nos ados, en maintenant la communication sans nous sentir rejetés, en nous ouvrant à leurs préoccupations. Que ce soit dans les milieux familial, scolaire, institutionnel ou de la santé, la sexualité n'a jamais été naturellement abordée, intégrée à la vie et à leur développement. Elle n'a jamais été traitée de manière simple, sans complication ou affectation. Elle fut, au fil du temps, l'objet des plus grands hommages comme des pires offenses et toujours arbitrairement réservée à un groupe spécifique (hétérosexuel, en âge de procréer) alors qu'elle fait partie intégrante de toute personne. Devant nous s'ouvre peut-être un épisode historique sans précédent: on abordera et on considèrera la sexualité simplement et démocratiquement, comme on considère tous les autres aspects du développement, de la croissance, de la vie.

Des notions à clarifier

Il vaut la peine, pour chaque personne qui veut faire l'éducation sexuelle des enfants, de faire un petit examen de conscience, c'est-à-dire, d'identifier les normes sociales et culturelles qu'elle a assimilées, l'éducation reçue, les conceptions de la sexualité héritées de mère en fille ou contestées de père en fils... Ces données, en se juxtaposant et

en s'amalgamant à la personnalité propre, ont engendré des valeurs individuelles. Chez le parent, ces valeurs donnent le ton à la dynamique relationnelle qu'il établit avec l'enfant ou l'adolescent concernant la sexualité.

Une valeur, c'est ce qui est considéré comme vrai, beau, bon et bien selon son jugement personnel, plus ou moins en accord avec la société dans laquelle on évolue. Notre échelle de valeurs nous les fait classer de la plus haute à la plus faible selon notre conscience et nous sert de balise dans nos jugements et notre conduite. Il est important pour le parent de clarifier ses valeurs et sa conception de la sexualité. En résumé, une valeur est une représentation personnelle de ce qui est désirable. Les valeurs, sexuelles et non sexuelles, sont les clés d'interprétation qui orientent nos jugements.

Quand une personne dit «c'est contre mes principes», elle en réfère à ses valeurs profondes. On peut adhérer à des valeurs semblables à partir de motivations différentes. Par exemple, le chrétien engagé et l'humaniste fervent peuvent proposer des valeurs de respect et d'amour d'autrui. Pour le premier, le respect peut être une exigence de sa foi en son Dieu, alors que pour l'humaniste, il sera un impératif de son amour des êtres humains⁴. Ce qui a été, et est encore antinomique et épouvantable, c'est que parfois, des chefs religieux intégristes amènent leurs disciples à haïr, à blesser, et même à tuer au nom de leur Dieu.

L'attitude que l'on adopte en certaines circonstances, presque toujours spontanément, découle de nos valeurs. Elle est en quelque sorte une disposition de l'esprit qui se traduit par la fermeture ou l'ouverture à certaines idées. Elle se manifeste lorsqu'on est appelé à juger d'une situation.

Il y a longtemps, au début de ma carrière, la direction d'une institution de soins de longue durée m'a demandé d'évaluer si on pouvait améliorer la qualité de vie affective et sexuelle de ses résidents. Parmi une cinquantaine d'entrevues, j'en ai mené une avec Jean, 25 ans, qui composait avec un sévère handicap depuis son tout jeune âge. À la fin de l'entretien, je lui ai dit en le remerciant: « Si tu as, à ton tour, quelque chose à me demander, je

4. Désaulniers, Marie-Paule. «La place des valeurs en éducation sexuelle», dans *Apprentissage et socialisation*, Montréal, Conseil québécois pour l'enfance et la jeunesse (CQEJ), 1988.