

Éducation à la sexualité offerte par les mères vivant avec le VIH à leurs enfants

Les mères vivant avec le VIH veulent offrir à leurs enfants une éducation à la sexualité de qualité, mais les sujets entourant la sexualité sont difficiles à aborder.

QUELS SONT LES PRINCIPAUX OBSTACLES À L'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ DU POINT DE VUE DES MÈRES VIVANT AVEC LE VIH?

- 1) Des mères sentent qu'elles n'ont pas les informations et les outils pour faire l'éducation à la sexualité de leur enfant;
- 2) Dans certaines cultures, l'éducation à la sexualité fait référence à la promotion des activités sexuelles. Les parents ont peur que leurs enfants aient des relations sexuelles plus jeunes s'ils reçoivent des messages éducatifs au sujet de la sexualité;
- 3) Certaines mères ont peur de devoir partager leur expérience ou de devoir dire à leurs enfants comment elles ont contracté le VIH;
- 4) Des mères croient que la vie sexuelle de leurs enfants ne les regarde pas;
- 5) L'âge et la maturité des enfants sont jugés insuffisants pour parler de sexualité;
- 6) Certaines mères sentent que leur enfant ne veut pas parler de sexualité;
- 7) Les connaissances sur la sexualité ou les sources d'information (école, amis, Internet, etc.) des jeunes sont jugées suffisantes par les mères.

Malgré ces obstacles, la plupart des mères souhaitent offrir des messages de prévention à leurs enfants.



LE SAVIEZ-VOUS?

- + L'éducation à la sexualité concerne plusieurs aspects de la vie dont :
 - ✓ La puberté;
 - ✓ Les relations amoureuses;
 - ✓ La première relation sexuelle;
 - ✓ La prévention des agressions sexuelles;
 - ✓ La prévention des infections transmissibles sexuellement;
 - ✓ La contraception;
 - ✓ Etc.

- + Les discussions au sujet de la sexualité peuvent être intégrées au quotidien avec des mots simples. Elles peuvent aussi être adaptées en fonction de l'âge de l'enfant en commençant, par exemple, par nommer les parties du corps. Parler simplement de sexualité à votre enfant peut vous aider à développer un lien de confiance. Ainsi, il sera à l'aise de vous poser des questions quand il sera prêt.



MA BOÎTE À OUTILS

- + Le Ministère de la Santé et des Services sociaux a conçu un guide pour accompagner les parents dans l'éducation à la sexualité de leurs enfants. Ce guide s'intitule « *Entre les transformations, les frissons, les passions... et toutes les questions* ». Demandez à un intervenant ou un infirmier de vous le commander. Vous pouvez aussi le consulter en ligne à l'adresse suivante :

<http://publications.msss.gouv.qc.ca>



QUELS SONT LES SUJETS ABORDÉS PAR LES MÈRES VIVANT AVEC LE VIH EN MATIÈRE D'ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ?

- 1) La prévention des infections transmissibles sexuellement (ITS), notamment le VIH;
- 2) La prévention d'une grossesse non désirée et la contraception;
- 3) La puberté;
- 4) L'utilisation du condom.

Lorsque les mères ont déjà dévoilé leur séropositivité au VIH, elles auraient plus de facilité à discuter de sexualité avec leurs enfants.

QUELLES SONT LES STRATÉGIES UTILISÉES PAR LES MÈRES VIVANT AVEC LE VIH POUR PARLER DE SEXUALITÉ AVEC LEURS ENFANTS?

- 1) Attendre que leurs enfants posent des questions à ce sujet;
- 2) Planifier ses discussions en fonction de la maturité et des expériences de leurs enfants;
- 3) Raconter des anecdotes, utiliser son expérience personnelle ou celle d'une connaissance comme exemples;
- 4) Saisir les occasions qui se présentent à la télévision, sur Internet, dans un livre, etc.



LE SAVIEZ-VOUS?

- + Les enfants apprennent beaucoup par imitation. Ils vous observent depuis leur naissance. Vous êtes un modèle de femme et de mère, et vous représentez votre culture.
- + Même si vos enfants pensent connaître beaucoup de choses sur la sexualité, vous avez des connaissances et de l'expérience que vos enfants n'ont pas.



LE SAVIEZ-VOUS?

- + Les enfants tendent des perches sans nécessairement poser des questions. Ils parlent de leurs préoccupations à travers leurs amis ou ce qu'ils ont vu à la télévision. Profitez de ces occasions pour aborder le sujet avec eux et pour parler de ce qui les préoccupe.
- + Discutez avec vos enfants. Si vous êtes à l'aise, utilisez votre expérience et celle de gens que vous connaissez. Pensez à ce que vous auriez voulu savoir lorsque vous étiez jeune.
- + Utilisez les sujets abordés à la télévision ou à la radio pour parler des sujets comme les relations amoureuses.
- + N'hésitez pas à lire des livres avec vos enfants. Cela vous aidera à développer un lien de confiance avec eux. Ils en profiteront pour vous poser des questions. Plusieurs livres sont disponibles en magasin ou à la bibliothèque. Vous pouvez les laisser à la salle de bain ou dans la salle familiale.
- + Évitez de poser des questions personnelles sur les comportements de vos enfants et respectez leur décision lorsqu'ils refusent de vous répondre. Ils ont droit à leur intimité.



MA BOÎTE À OUTILS

+ Malgré tous les efforts, ce n'est pas facile de parler de sexualité avec les jeunes. Certains sites Internet destinés aux jeunes ont un volet pour les parents. Vous trouverez plusieurs conseils et beaucoup d'information sur la vie amoureuse et sexuelle des jeunes. Inspirez-vous de ces sites Internet ou donnez ces liens à vos enfants :

- ▶ <http://www.masexualite.ca/parents>
- ▶ <http://itss.gouv.qc.ca/moi-et-ma-sexualite.dhtml>



LE SAVIEZ-VOUS?

+ Demandez à votre organisme communautaire de lutte contre le VIH/sida si des sexologues sont disponibles sur place. Ils pourront vous aider à répondre à vos questions concernant l'éducation à la sexualité de vos jeunes.