



Les recherches révèlent que :

- **87 % des parents ontariens sont en faveur de l'enseignement de la santé sexuelle à leurs enfants¹.**

QU'EST-CE QUE LE DÉVELOPPEMENT ET LA SANTÉ SEXUELLE?

L'apprentissage du développement et de la santé sexuelle constitue une facette de l'éducation sur la santé en général et commence à la naissance.

Le développement et la santé sexuelle ne se limitent pas qu'aux parties du corps et à la reproduction.

Dans le monde complexe et intense d'aujourd'hui, les enfants et les jeunes doivent savoir plus de choses pour assurer leur santé et leur sécurité. L'éducation sur le développement et la santé sexuelle commence par la compréhension de soi, de ses sentiments, de son corps et du respect envers soi et envers les autres. À mesure que les élèves grandissent, le volet Développement et santé sexuelle aborde des sujets comme les relations saines avec la famille et les amis, l'hygiène, la reproduction, l'identité (dont l'identité de genre), l'orientation sexuelle, la sécurité en ligne et la santé mentale.

En plus du développement et de la santé sexuelle, l'enseignement sur la santé comprend l'alimentation, la sécurité, la consommation, la dépendance et les comportements associés. Cet enseignement vise à fournir des informations exactes aux élèves qui leur permettront d'acquérir les compétences nécessaires pour faire des choix sains dans la vie de tous les jours. Le but n'est pas de leur transmettre des informations isolées sur la santé, mais plutôt de commencer à leur enseigner, par exemple, à prendre des décisions sécuritaires et saines en réfléchissant avant d'agir, en considérant les résultats potentiels et en pensant au choix qu'ils viennent de faire. Les élèves peuvent mettre ces compétences en application dans différents domaines : faire des choix alimentaires, veiller à leur sécurité et se fixer des objectifs de conditionnement physique.

Tout au long du programme-cadre d'éducation physique et santé, les élèves apprendront les habiletés de vie, qui les aideront ensuite à développer leur connaissance de soi et leurs compétences sociales, à communiquer avec leur famille et leurs amis, à gérer les difficultés et à faire preuve de pensée critique pour prendre des décisions, fixer des objectifs et résoudre des problèmes.



Des parents et des élèves qui ont participé à des consultations ont déclaré qu'ils veulent que les écoles et les parents travaillent ensemble pour soutenir les élèves.

LES PARENTS, LES ÉCOLES ET LES COLLECTIVITÉS TRAVAILLENT EN PARTENARIAT

L'éducation s'avère particulièrement fructueuse lorsque les parents, les écoles et les collectivités travaillent ensemble pour favoriser l'apprentissage des élèves sur le développement et la santé sexuelle. Les élèves ont besoin d'informations fiables et exactes pour prendre des décisions saines et sécuritaires.

Les parents aident les enfants à déterminer leurs valeurs en matière de relations, de comportements et de santé sexuelle.

Les écoles offrent aux élèves un milieu d'apprentissage sécuritaire, bienveillant et inclusif. Les élèves ont besoin de ressentir un sentiment d'appartenance alors qu'ils apprennent à se connaître et à se situer dans le monde qui les entoure.

Les partenaires communautaires, comme les organismes de santé publique et de santé mentale, aident les parents et les écoles à offrir du soutien aux enfants et aux jeunes.

DE LA 1^{re} À LA 3^e ANNÉE

Lorsque les enfants connaissent le nom exact des parties du corps, ils peuvent s'exprimer clairement et demander de l'aide s'ils sont malades, s'ils se blessent ou s'ils subissent de mauvais traitements.

QU'EST-CE QUE LES ÉLÈVES APPRENNENT SUR LE DÉVELOPPEMENT ET LA SANTÉ SEXUELLE ET À QUEL MOMENT?

Cycle primaire (1^{re}, 2^e et 3^e année)

Les élèves de la 1^{re} à la 3^e année apprennent notamment :

- le nom des parties du corps
- les notions de base sur le fonctionnement du corps
- les compétences nécessaires pour avoir des relations saines avec leur famille et leurs amis, par exemple, montrer du respect aux autres
- les sens, l'hygiène, la santé bucco-dentaire et les étapes de développement
- la santé physique, en tant que facette de la santé en général et du bien-être
- à reconnaître leurs sentiments et à demander de l'aide s'ils en ont besoin
- la santé sociale et émotionnelle (p. ex. s'entendre avec les autres, décrire leurs sentiments, apprendre des habiletés d'adaptation).

Pour enseigner les notions de base des relations saines aux élèves du primaire, on leur apprend à déterminer ce qui les rend uniques, ce qui les distingue et comment ils doivent montrer du respect aux autres. Cet enseignement inclut, par exemple, découvrir diverses cultures et structures familiales.

Cet apprentissage sur les autres est lié à ce que les élèves apprennent dans toutes les matières, comme le programme-cadre d'études sociales qui porte sur les différentes communautés en 1^{re} année, et sur les familles en 2^e année.

COMMENT EN PARLE-T-ON DANS LE PROGRAMME-CADRE? EXEMPLE D'ATTENTES ET DE CONTENUS D'APPRENTISSAGE (3^e ANNÉE)

Développement et santé sexuelle

À la fin de la 3^e année, l'élève doit pouvoir :

C3.3 expliquer comment on peut respecter les différences visibles (p. ex., couleur de la peau, des cheveux et des yeux; traits faciaux, morphologie, aides à la mobilité, aptitudes physiques, habillement, possessions) et invisibles (p. ex., capacité d'apprentissage, habiletés et talents, valeurs personnelles et culturelles et croyances, identité de genre, orientation sexuelle, antécédents familiaux, préférences personnelles, allergies et intolérances) pour apprécier le fait que chaque personne est unique. [HP, HI]

Exemple de discussion

Enseignante ou enseignant : « Parfois nos différences sont visibles, et dans d'autres cas non, comme la manière dont nous apprenons, nos pensées et nos capacités. Donnez-moi des exemples de différences qui rendent chaque personne unique. »

Élève : « Nous avons tous des familles différentes. Certains élèves vivent avec leurs deux parents, et d'autres, avec un seul. Certains élèves ont deux mères ou deux pères. D'autres vivent avec leurs grands-parents ou des tuteurs. Nous pouvons venir de différentes cultures. Nous avons aussi chacun nos propres talents, capacités et défis. »

Enseignante ou enseignant : « Comment pouvez-vous montrer l'exemple et respecter les différences des autres? »

Élève : « Je peux faire participer d'autres personnes à ce que je fais, les inviter à se joindre à un groupe, montrer que je suis capable de faire équipe avec n'importe qui pour une activité et me montrer disposée à en apprendre plus sur les autres. »

Le programme-cadre vise à aider les élèves à comprendre les différences visibles et invisibles, les caractéristiques qui rendent chaque personne unique et le respect des autres.

Le programme-cadre comprend des exemples de discussion que le personnel enseignant peut utiliser dans ses cours. Ces exemples ont pour but de faire réfléchir en adoptant un éventail de perspectives. Le personnel enseignant décide de son approche en fonction des besoins, tant actuels que futurs, de ses élèves.

Le personnel enseignant n'est pas tenu d'utiliser les exemples de discussion (questions et réponses) fournis. Leur objectif est de donner à l'enseignant une idée de l'apprentissage visé et de présenter plusieurs approches pour faire réfléchir les élèves sur différentes questions ou situations.

Les habiletés de vie font partie intégrante du programme-cadre. Elles englobent la connaissance de soi et l'adaptation, les compétences sociales et en communication pour vivre des relations saines et les compétences pour résoudre des problèmes, se fixer des objectifs et prendre des décisions éclairées. Dans cet exemple, l'indication [HI, PC] indique que l'enseignant peut travailler essentiellement à aider les élèves à développer leurs habiletés interpersonnelles et leur pensée critique pendant leur apprentissage.

DE LA 4^e À LA 6^e ANNÉE

- **Les filles atteignent généralement la puberté entre 8 et 13 ans.**
- **Les garçons atteignent généralement la puberté entre 9 et 14 ans².**

Cycle moyen (4^e, 5^e et 6^e année)

Au fur et à mesure que les élèves grandissent et se développent, ils commencent à comprendre les changements physiques, affectifs, sociaux et cognitifs qui accompagnent la puberté. L'apprentissage sur la puberté comprend :

- les changements physiques
- les changements émotionnels et interpersonnels ainsi que les facteurs de stress liés à la puberté
- la reproduction et les fonctions du corps
- des notions approfondies sur les relations saines

Grâce à ces connaissances, les élèves acquièrent une base qui leur permet de développer leur bien-être et leur santé mentale, et des compétences qu'ils peuvent élargir au fil du temps. Cette base leur permet également de mieux se connaître et de comprendre leurs relations avec les autres – qu'il s'agisse de leurs relations avec des camarades ou de relations pouvant mener à un intérêt amoureux naissant.

Les élèves du cycle moyen apprennent à prendre des décisions saines et sécuritaires. Ils comprennent de mieux en mieux où ils se situent dans le monde, les stéréotypes, les préjugés et leurs effets sur les relations. Ces apprentissages sont liés à d'autres matières comme le français, les études sociales et les mathématiques, où ils sont amenés à développer leur pensée critique et leur réflexion pour examiner des questions et résoudre des problèmes.

Lorsque l'enseignant planifie ses leçons et ses cours, il tient compte des attentes et des contenus d'apprentissage du programme-cadre ainsi que des besoins des élèves. Il tente de prévoir les questions des élèves afin d'être prêt à y répondre en ayant toute l'information nécessaire. L'enseignant utilise son jugement professionnel pour décider s'il inclura dans son plan de cours les exemples de discussion.

COMMENT EN PARLE-T-ON DANS LE PROGRAMME-CADRE? EXEMPLE D'ATTENTES ET DE CONTENUS D'APPRENTISSAGE (5^e ANNÉE)

Développement et santé sexuelle

À la fin de la 5^e année, l'élève doit pouvoir :

C2.4 décrire le stress, sur le plan émotionnel et interpersonnel, attribuable aux changements qui ont lieu à la puberté (p. ex., *questionnement sur ses changements physiques et émotifs, ajustement à l'évolution de ses relations, intensité des sentiments et émotions, questionnement sur son orientation sexuelle, conflit entre ses désirs personnels et les valeurs et pratiques culturelles de son milieu*) ainsi que des stratégies (p. ex., *être actif, exprimer ses sentiments dans un journal intime, faire une recherche et prendre des mesures quant au sujet de préoccupation, parler à un adulte digne de confiance; faire des exercices de respiration contrôlée, faire de la méditation, demander conseil à un aîné de son milieu culturel*) pour gérer ce stress, améliorer sa résilience, et maintenir son bien-être émotionnel et sa santé mentale. [HP]

Exemples de discussion

Enseignante ou enseignant : « Pensez à certaines sources de stress pour les adolescents. Par exemple, quand on grandit, on se sent parfois complexé par son corps, mais la vitesse de cette croissance varie d'une personne à l'autre, et on n'a aucun contrôle sur celle-ci. Qu'est-ce que vous pouvez contrôler ou non pour gérer votre stress? »

Élève : « Je peux par exemple contrôler mon attitude (positive ou négative), la manière dont je témoigne du respect à moi-même et aux autres, l'aide que je demande quand j'en ai besoin, ma participation à des activités à l'école et dans la collectivité, les gestes que je pose, mon ouverture à de nouvelles idées et l'influence des autres sur mes décisions. Je n'ai pas de contrôle sur mon lieu de naissance, les membres de ma famille, la situation financière de ma famille et mes caractéristiques personnelles, comme ma couleur de peau ou de cheveux, mon sexe, mon identité de genre, mon orientation sexuelle et la forme et la structure générales de mon corps. Je pourrais avoir un trouble d'apprentissage, une déficience physique ou un problème de santé. Tous ces aspects font de moi qui je suis. Je ne peux pas les contrôler, mais je peux contrôler ce que je fais et comment j'agis. »

.....

Enseignante ou enseignant : « C'est normal de ressentir du stress et diverses émotions à différents moments, comme de la joie, de la tristesse, de la colère et de l'enthousiasme. Une des manières de prendre soin de votre santé mentale et de votre bien-être émotionnel consiste à apprendre à avoir conscience de vos sentiments et à les surveiller. Comment savez-vous si vous avez besoin d'aide dans ce domaine? »

Élève : « Si un sentiment dure très longtemps, par exemple la tristesse, l'anxiété ou la fatigue, ça pourrait indiquer qu'on a besoin d'aide pour en trouver la cause et résoudre le problème. »

.....

Enseignante ou enseignant : « Au début de l'adolescence, vous pouvez commencer à avoir de nouvelles sortes de relations et à ressentir des sentiments que vous n'aviez jamais eus avant. Vos relations avec vos camarades peuvent devenir plus stressantes. Vous pouvez réduire une partie du stress associé à ces nouvelles émotions et situations en sachant comment agir. Par exemple, si vous avez l'impression de ressentir de l'affection pour quelqu'un d'une manière spéciale, quels sont les moyens appropriés ou non appropriés de le lui faire savoir? »

Élève : « On peut montrer à quelqu'un qu'on l'aime en étant super gentil avec lui, en parlant plus avec lui, en passant du temps avec lui ou en lui faisant part de nos sentiments à son égard. Ce n'est pas approprié de toucher quelqu'un sans sa permission, de répandre des rumeurs sur lui en personne ou en ligne, ou de se moquer de lui pour attirer son attention. C'est inacceptable et illégal de diffuser ou de publier en ligne des photos privées ou des commentaires à caractère sexuel. »

Les élèves élargissent leurs connaissances sur la santé mentale, le stress et la puberté – les causes possibles de problèmes liés à ces sujets et les façons de les gérer.

Des questions visant à susciter la réflexion sur les sources possibles de stress : les choses sur lesquelles les élèves peuvent agir et celles qui sont indépendantes de leur volonté.

Des questions sur la conscience et l'importance de la santé mentale et du bien-être des élèves.

Des questions sur l'importance de faire preuve de respect dans les relations.

Les exemples et les discussions fondés sur la recherche offrent au personnel enseignant plusieurs scénarios qu'il peut utiliser dans son cours.

FAVORISER L'APPRENTISSAGE DES ENFANTS À LA MAISON

Voici quelques idées mises de l'avant par des parents et des spécialistes en développement et en santé sexuelle. Vous pouvez vous y reporter pour aider votre enfant à en apprendre plus sur lui-même, sur son développement sain et sa santé sexuelle.

Commencez tôt

- Commencez par parler franchement et ouvertement avec vos jeunes enfants des parties du corps, des fonctions du corps, des changements physiques, des relations saines, des limites et des saines habitudes de vie.
- Utilisez les bons termes pour parler des parties du corps.
- Engagez la conversation et dites à votre enfant que vous êtes toujours disponible pour répondre à ses questions.

Écoutez

- Écoutez attentivement.
- Si vous vous inquiétez parce que vous croyez que votre enfant pourrait avoir des problèmes, écoutez-le et observez-le aussi. Surveillez son langage corporel et soyez à l'affût des changements dans son comportement.
- Écoutez sans juger, évitez les réponses impulsives et faites preuve d'ouverture d'esprit.
- Valorisez l'expérience de votre enfant et remerciez-le de s'être ouvert à vous.

Créez un environnement ouvert et saisissez toutes les occasions de discuter

- Engagez la conversation avec votre enfant pendant que vous faites autre chose, comme le conduire à son entraînement, faire la vaisselle, préparer son lunch, plier des vêtements ou promener le chien.
- Saisissez des occasions comme des reportages, des émissions de télévision ou des exemples de la vie courante pour entamer la conversation.
- Utilisez des explications simples, directes et exactes et, au besoin, renseignez-vous davantage. Discutez en famille et faites en sorte que les enfants passent du temps avec leurs parents, leurs tuteurs ou d'autres adultes bienveillants, ensemble et séparément.
- Soyez patient et acceptez le silence. Ayez confiance en votre enfant en lui laissant le temps et l'espace pour réfléchir.

Montrez vos valeurs par vos paroles et vos gestes

- Vos enfants apprennent par ce qu'ils voient et entendent : la façon dont vous réagissez aux médias et aux nouvelles, aux problèmes à l'école, aux relations familiales et aux interactions sociales.
- Réfléchissez à vos propres préjugés et stéréotypes lorsque vous discutez avec vos enfants.

Engagez la conversation aussi souvent que possible

- Amenez votre enfant à poser une question ou à donner son opinion. Si vous ne pouvez pas répondre immédiatement à une question, promettez-lui de le faire rapidement et tenez parole.
- Revenez sur la conversation plusieurs fois pour poursuivre et approfondir le sujet et répondre à d'autres questions.
- Il se peut que votre enfant n'ait pas envie de discuter. Ne le brusquez pas. Au fur et à mesure qu'il grandira, vous pourrez aborder des questions plus délicates.



RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES

Le présent guide comprend des exemples d'attentes et de contenus d'apprentissage. Le curriculum de l'Ontario de la 1^{re} à la 8^e année, Éducation physique et santé, 2015 contient toutes les attentes et tous les contenus d'apprentissage. Il est accessible à :

- www.edu.gov.on.ca/fr/curriculum/elementary/health.html

Pour obtenir plus de renseignements généraux sur l'enseignement de la vie saine et du développement et de la santé sexuelle, voir :

- Vie saine : Aperçu de l'éducation relative au développement et à la santé sexuelle, à la page 40
- Survol du cycle primaire (de la 1^{re} à la 3^e année) aux pages 92-95, survol du cycle moyen (de la 4^e à la 6^e année) aux pages 143-146, survol du cycle intermédiaire (7^e et 8^e année) aux pages 202-205
- Annexe, présentant un aperçu de l'apprentissage des élèves dans toutes les années d'études

Développement des enfants et des jeunes

- *Cadre d'apprentissage des jeunes enfants* (pour les enfants de 0 à 8 ans) : <http://www.edu.gov.on.ca/gardedenfants/oelf/index.html>
- *D'un stade à l'autre, une ressource sur le développement des jeunes* (pour les jeunes de 12 à 25 ans) : www.ontario.ca/dunstadealautre

Puberté

- The Hospital for Sick Children – About Kids Health : www.aboutkidshealth.ca/fr

Santé sexuelle

- Site contenant des informations présentées par La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada : www.masexualite.ca
- Site Web de l'Alberta qui porte sur l'éducation et la discussion relatives à la santé sexuelle, contenant une section pour les parents, des ressources et un blogue : www.teachingsexualhealth.ca [en anglais seulement].
- Sex Information and Education Council of Canada présente des questions et des réponses sur l'enseignement de la santé sexuelle dans les écoles : www.sieccan.org/pdf/she_q&a_3rd.pdf [en anglais seulement].

Consultez le site Web de votre bureau de santé local : www.health.gov.on.ca/fr/common/system/services/phu/locations.aspx.

Références

1. McKay, A., E. S. Byers, S. D. Voyers, T. P. Humphreys, et C. Markham. « Ontario parents' opinions and attitudes towards sexual health education in the schools », *The Canadian journal of human sexuality*, vol. 23, n° 3, 2014, p. 159-166
 2. The Hospital for Sick Children. (Consulté en février 2015) : www.aboutkidshealth.ca/fr
 3. McKay, A., et M. Bissell. SIECCAN (en ligne). *Sexual health education in the schools: Questions and answers*, 2010. Sex Information and Education Council of Canada. Sur Internet : www.sieccan.org/pdf/she_q&a_3rd.pdf
 4. Agence de la santé publique du Canada. *Lignes directrices canadiennes pour l'éducation en matière de santé sexuelle* [version révisée]. 2008, p. 44
 5. Wight, D., et D. Fullerton. « A Review of Interventions With Parents to Promote the Sexual Health of Their Children », *Journal of Adolescent Health*, vol. 52, n° 1, 2013, p. 4-27
-