



# GLOBAL AIDS PARTNERSHIP

**VIH/SIDA**

**Perspectives bibliques  
sur la sexualité**

### **Perspectives bibliques sur la sexualité**

Author: Nancy Valnes, RN, BSN

Design: Neil Ruda

© 2011 Global AIDS Partnership

Reproduction : Ce manuel peut être reproduit sous quelque forme sans la permission de Global AIDS Partnership. La mention de Global AIDS Partnership comme source serait appréciée.

Traduction : Pour traduire ce matériel, veuillez contacter Global AIDS Partnership pour demander la permission afin d'éviter toute duplication d'effort, GAP ayant établi une liste de langues dans lesquels ce matériel est disponible. GAP demande à ce que, si une traduction va être faite, elle soit mise à disposition d'autres organisations travaillant dans les régions où cette langue est parlée.

Publié par Global AIDS Partnership

1445 North Boonville Avenue

Springfield, Missouri 65802 USA

Tél : 417-862-2781, Poste 2079

Courriel : [info@globalaidspartnership.org](mailto:info@globalaidspartnership.org)

Site web : [www.globalaidspartnership.org](http://www.globalaidspartnership.org)

# TABLE DES MATIÈRES

<b>Chapitre 1 : La sexualité et la Bible</b> .....	<b>6</b>
1. Que dit la Bible au sujet de la sexualité? .....	6
2. Le sexe et le mariage .....	9
3. La moralité sexuelle .....	10
4. L'immoralité sexuelle .....	13
5. Quel est le problème de l'immoralité sexuelle? .....	15
6. L'orientation sexuelle .....	18
<b>Chapitre 2 : Comment prendre de bonnes décisions sexuelles</b> .....	<b>19</b>
1. Le désir sexuel, la maîtrise de soi et les décisions personnelles. ....	19
3. Le désir humain d'intimité. ....	21
3. Pourquoi vaut-il mieux attendre jusqu'au mariage avant d'avoir des relations sexuelles? ..	22
4. Comprendre la tentation sexuelle .....	23
5. Les étapes progressives de l'intimité sexuelle .....	25
6. Comment se fixer des limites .....	27
7. Repartir du bon pied .....	29
<b>Chapitre 3 : Comprendre et gérer les sources de pression sexuelle</b> .....	<b>31</b>
1. Valeurs culturelles et comportement sexuel. ....	31
2. Les parents en tant que modèles .....	32
3. Comprendre les sources de pression sexuelle .....	33
4. Reconnaître les avances sexuelles .....	35
5. Comment dire NON à la pression sexuelle .....	36
<b>Chapitre 4 : Enseignement spécifique à l'âge sur le développement sexuel et la reproduction.</b> .....	<b>38</b>
1. Définition de la jeunesse, l'enfance et l'adolescence .....	38
2. L'adolescence : Le voyage de l'enfance vers la maturité sexuelle .....	38
3. Parler aux enfants du développement sexuel et de la reproduction .....	39
4. Enseignement spécifique pour les enfants de 5 à 8 ans .....	40
5. Enseignement spécifique pour les enfants de 9 à 11 ans .....	42
6. Enseignement spécifique pour les enfants de 12 ans et plus .....	44
<b>Chapitre 5 : Infections sexuellement transmissibles.</b> .....	<b>48</b>
1. Que sont les infections sexuellement transmissibles? .....	48
2. Transmission .....	49
3. Types d'infections sexuellement transmissibles .....	50
4. Dépistage .....	63
5. Prévention .....	64
6. Faits sur le préservatif .....	68

Glossaire ..... 72

Références ..... 76

*\* TOUS LES TEXTES BIBLIQUES SONT TIRÉS DE LA BIBLE LOUIS SEGOND DITE « À LA COLOMBE » SAUF AUTRE INDICATION.*

# INTRODUCTION

Ce module fait partie d'un manuel qui enseigne comment s'impliquer dans la lutte contre le VIH/SIDA. Dans de nombreuses parties du monde, le VIH est le plus souvent transmis par relation sexuelle. Il est donc essentiel que les gens puissent apprendre à gérer leur sexualité de manière à ne pas s'exposer au VIH et autres infections sexuellement transmissibles.

Les enfants ont besoin de bonnes informations au sujet de la sexualité et du développement sexuel. Les parents ont besoin d'être équipés avec des outils qui les aident à parler à leurs enfants de ces questions. Ce module présente des idées qui aident à entamer une conversation entre parents ou gardiens et enfants.

Le *Global AIDS Partnership* (qui a produit ce matériel) a des partenaires de ministère dans de nombreux pays et régions. Les croyances et convictions au sujet de ce qui est bon ou mauvais varient largement autour du monde, même au cœur de l'église chrétienne. Ceci fait de la rédaction d'un tel manuel sur la sexualité humaine, sujet aussi personne qu'objet fréquent de controverse, un véritable défi.

Par exemple, certaines cultures ne considèrent pas inapproprié qu'un homme et une femme se tiennent la main en public ou s'embrassent avant le mariage. Les gens d'une autre culture considèreraient ces actes comme inappropriés, voire comme des péchés. Un autre sujet de controverse est la planification familiale. Certains chrétiens pratiquent la planification familiale et d'autres croient que cela va à l'encontre de l'enseignement biblique. D'autres sujets peuvent être une préoccupation dans une culture (polygamie, pornographie ou homosexualité) et ne pas être un problème dans une autre.

Tout en maintenant nos convictions que Dieu a créé le désir sexuel pour qu'il soit exprimé entre un homme et une femme dans le contexte du mariage, nous réalisons que tout le monde n'est pas en accord avec cette conviction. L'intention de ce module n'est pas de juger ni de condamner les gens qui ont différents points de vue. Le but est simplement de déclarer avec humilité ce que nous croyons être le plan parfait de Dieu pour l'expression sexuelle, ce qui est moral selon la Bible, et à quel point la connaissance est importante lorsqu'on constate les ravages causés par l'épidémie du VIH/SIDA.

# CHAPITRE 1

## La sexualité et la Bible



### Points clé

1. Que dit la Bible au sujet de la sexualité?
2. Le sexe et le mariage
3. La moralité sexuelle
4. L'immoralité sexuelle
5. Quel est le problème de l'immoralité sexuelle?
6. L'orientation sexuelle



### Discussion en groupe : Une étude biblique sur la sexualité

Étude biblique : Lisez 1 Thessaloniens 4 :3-7 et répondez aux questions suivantes :

1. (Verset 3) Qu'est-ce que l'immoralité sexuelle ?
2. (Verset 4) Que signifie être saint et honorable ? Comment une personne peut-elle apprendre à contrôler son corps et ses désirs sexuels d'une façon qui plaise à Dieu ?
3. (Verset 5) Qu'est-ce que la convoitise ?
4. (Verset 6) Dans le contexte de ces versets, que veut dire profiter de quelqu'un? De quelles manières les gens sont-ils blessés lorsqu'ils ont des relations sexuelles en dehors du plan de Dieu ?
5. (Verset 7) Qu'avons-nous à gagner à décider de vivre une vie sainte en termes d'expression sexuelle ?

### 1. Que nous dit la Bible au sujet de la sexualité ?

Peu de sujets suscitent autant d'intérêt que la sexualité humaine. Ceci n'est pas surprenant, puisque Dieu l'a créée pour qu'elle joue un rôle important dans la vie de tout être humain.

La sexualité a également été une source de blessures et de conflits. Nul n'a besoin de regarder bien loin, que soit dans l'histoire ou dans les événements actuels, pour trouver des exemples d'abus dévastateurs. Les gens avec des croyances et des convictions différentes sur l'expression sexuelle débattent sur ces sujets en des termes catégoriques quant à ce qui est bien ou mal.

Ce module se tourne vers la Bible pour mieux comprendre ce que Dieu avait à l'esprit quand il a créé les hommes et les femmes avec leurs identités sexuelles

uniques mais pourtant complémentaires. Selon le plan de Dieu, l'expression de la sexualité mènerait à la création de vies nouvelles. Mais elle a aussi été faite pour aller au-delà de la biologie de la reproduction. La relation entre un homme et une femme devait être source d'un grand plaisir, d'une grande joie, d'un grand contentement et d'une grande sécurité, et constituer la famille, élément de base de toute vie humaine.

***Beaucoup de gens trouvent difficile de parler du sexe. Cela peut sembler être un sujet qui devrait rester privé.***

Beaucoup de gens trouvent difficile de parler du sexe. Cela peut sembler être un sujet qui devrait rester privé. En parler peut sembler inconfortable ou embarrassant. La Bible parle cependant très clairement de la sexualité humaine. La Genèse, premier livre de la Bible, débute en décrivant la création de l'homme et de la femme, et établit la fondation pour nous aider à comprendre les raisons pour lesquelles Dieu a créé les hommes et les femmes en tant qu'êtres sexués.

- Genèse 1.27 dit que « Dieu créa l'homme à son image : Il le créa à l'image de Dieu, homme et femme il les créa ». Selon son plan divin pour l'humanité, Dieu créa l'homme et la femme avec des identités sexuelles différentes : l'homme avec ses caractéristiques masculines, et la femme avec ses caractéristiques féminines.
- Genèse 1.28 déclare : « Dieu les bénit et leur dit : Soyez féconds, multipliez-vous, remplissez la terre et soumettez-la.» Après avoir créé l'homme et la femme, il bénit leur relation. L'homme et la femme ne seraient pas seulement un compagnon l'un pour l'autre, mais ils créeraient aussi une vie nouvelle et formeraient une famille dans laquelle élever leurs enfants.
- Certains sont surpris d'apprendre que Jésus parlait de sexe. Genèse 2.23-25 est cité par Jésus dans Matthieu 19.4-6. Nous y lisons : « N'avez-vous pas lu que le Créateur, au commencement, fit l'homme et la femme et qu'il dit : C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère et s'attachera à sa femme, et les deux deviendront une seule chair. Ainsi ils ne sont plus deux mais une seule chair. Que l'homme ne sépare pas ce que Dieu a uni. »

La déclaration que l'homme et la femme deviendraient une seule chair décrit l'union physique de leurs corps. « Que l'homme ne sépare pas ce que Dieu a uni » indique que cette union est faite pour avoir lieu dans le contexte d'une relation permanente et engagée.

- Genèse 2.25 dit : « L'homme et sa femme étaient tous les deux nus et n'en avaient pas honte ». Ils étaient tous les deux tout à fait vulnérables et exposés mais se sentaient complètement en sécurité et à l'aise. La relation

sexuelle entre mari et femme est faite pour apporter de la joie sans honte ou embarras.

### **Termes faisant référence à la sexualité et au sexe**

La sexualité est plus que le seul acte physique de la relation sexuelle, ou le sentiment de désir sexuel qu'hommes et femmes expérimentent dans leurs corps. Cela n'a rien à voir avec l'âge, le statut marital, l'apparence physique, ou même l'activité sexuelle. La sexualité est naturelle, une partie inhérente de la nature de chaque homme et chaque femme qui l'amène à désirer un contact intime avec un autre être humain.

Le terme « sexe » est utilisé dans plusieurs contextes différents. Il fait parfois référence aux différences biologiques entre hommes et femmes : les différentes hormones, la génétique, et les organes sexuels qui font de quelqu'un qu'il est mâle ou femelle.

Le mot *sexe* peut aussi faire référence au genre qui décrit certaines caractéristiques et rôles en tant que masculin ou féminin. Le genre est un concept culturel, et ce qui est considéré masculin ou féminin est défini par la culture (Balswick et Balswick, 2008).

Par exemple, les gens portent des habits qui sont considérés comme étant appropriés par rapport à leur sexe. Dans certaines cultures, les hommes portent de longues robes, alors que dans un lieu différent, il serait considéré féminin de porter des habits tels qu'une robe. Dans certains endroits les femmes ne portent jamais de pantalons; elles doivent porter des jupes ou des robes car les pantalons sont masculins et inappropriés. La culture peut aussi dicter quelles responsabilités familiales, sports, métiers, etc., sont considérés masculins ou féminins.

Le mot *sexe* fait aussi allusion à l'acte physique de la relation sexuelle. D'autres expressions sont utilisées telles que l'activité sexuelle, faire l'amour, et divers comportements et relations sexuels.

***Les croyances personnelles et religieuses jouent un rôle très important dans l'établissement des limites acceptables de l'expression sexuelle.***

Qu'est-ce que « l'activité sexuelle »? Même si la réponse peut sembler évidente, ces termes veulent souvent dire des choses différentes pour différentes personnes. Dans cette section, l'activité sexuelle est définie comme étant des actions qui stimulent l'excitation sexuelle, et mènent d'habitude à la relation sexuelle (vaginale, anale ou orale) (Hedgepeth et Helmich, 1996).

Les croyances personnelles et religieuses jouent un rôle très important dans l'établissement des limites acceptables de l'expression sexuelle. Certains ont défini

les limites sexuelles de manière très stricte, et considèrent tout type de stimulation par le toucher comme étant de l'activité sexuelle. D'autres ont des limites plus larges; si une interaction physique intime n'aboutit pas à une relation sexuelle, ils ne la considèrent pas comme étant une activité sexuelle significative. Ces limites plus larges sont particulièrement influencées par ce qui est accepté dans la culture actuelle et sont souvent en conflit avec des valeurs plus traditionnelles.

## **2. Le sexe et le mariage**

La Bible n'est pas prude au sujet du sexe. Elle apporte beaucoup de précisions au sujet de la sexualité humaine et illustre la façon dont Dieu a créé l'expérience sexuelle afin qu'elle joue un rôle unique et important dans la vie du couple marié.

D'abord, la relation sexuelle est une manière de créer une vie nouvelle. Dans Genèse 1.28, nous lisons que Dieu a créé l'homme et la femme. Ensuite il a béni leur union et leur a dit de porter du fruit et de se multiplier.

Deuxièmement, le sexe amène mari et femme à ne devenir qu'un. Ils deviennent une chair. Dans la relation sexuelle, le mari et la femme sont éloignés d'eux-mêmes pour porter plus d'attention à l'autre. Ils tiennent autant l'un à l'autre qu'à leurs propres besoins sexuels et émotionnels. Le sexe dans le mariage unit le corps, l'âme et l'esprit.

Le rapprochement qui vient de cette union crée une intimité profonde, où chacun est à l'abri et peut tout partager avec l'autre : pensées, sentiments, corps, et possessions. Ils font cela sans peur, sachant qu'ils s'aiment l'un l'autre comme ils s'aiment eux-mêmes – ils sont devenus une seule chair.

Troisièmement, le sexe est pour le plaisir entre mari et femme. Le Cantique des cantiques est un recueil de poèmes d'amour qui célèbrent le plaisir sexuel entre mari et femme. Ces textes montrent de quelle manière les amoureux trouvent plaisir l'un en l'autre physiquement et émotionnellement. Ce plaisir est comme un aimant qui ne cesse de les ramener l'un à l'autre, menant leur relation à des niveaux de plus en plus profonds (Goodall et Goodall, 2006).

***La polygamie est le fait qu'une personne ait plus d'un conjoint.***

### **La polygamie**

La polygamie est le fait qu'une personne ait plus d'un conjoint. Il peut s'agir d'un homme avec de multiples femmes, ou d'une femme avec de multiples maris. L'Ancien Testament est rempli d'exemples de mariages polygames, la plupart concernant des hommes avec plus d'une femme. Cette pratique n'est pas tolérée dans le Nouveau Testament. Par exemple, dans 1 Timothée 3.2, Paul déclare qu'un ancien dans l'église doit être le « mari d'une seule femme ».

La polygamie est illégale dans la plupart des pays occidentaux. Toutefois, elle existe encore dans de nombreux endroits, la plupart du temps dans le cadre de traditions religieuses autres que le christianisme. Dans les sociétés où elle est pratiquée de façon légale, elle n'est pas considérée comme inhabituelle ou immorale.

### **3. La moralité sexuelle**

Dans la Bible, Dieu, qui est appelé « votre Père dans les cieux » dans Matthieu 7.11, donne des instructions spécifiques concernant la sexualité. En tant que Créateur et Père, Il donne ces principes pour bénir et protéger ses enfants. Ces principes ne sont pas toujours faciles à suivre, mais ils ne sont pas durs ou injustes. Ils sont bons et positifs, apportant un équilibre et la bénédiction à la vie. Psaumes 119.32 dit : « Je cours dans la voie de tes commandements, car tu mets mon cœur à l'aise. ». Quand les enfants de Dieu suivent ses commandements, ils trouvent liberté et joie.

La plupart des activités humaines ne sont pas cataloguées en termes moraux de bien ou de mal. Ils sont neutres - comme manger, boire, dormir, et faire de l'exercice physique. Toutefois, la Bible utilise un langage direct et fort lorsqu'elle parle de l'attitude envers la sexualité. Elle indique clairement les relations dans lesquelles la sexualité devrait, ou ne devrait pas, être exprimée. Le concept de la moralité et de l'immoralité indique quelles actions sont bonnes et quelles actions sont mauvaises.

La Bible parle de « moralité sexuelle », qui est une attitude sexuelle qui respecte les commandements de Dieu concernant la sexualité. Lorsque la Bible parle de sexe de manière positive, c'est toujours entre un homme et une femme mariés l'un à l'autre. Il est encouragé et célébré comme un des plus beaux cadeaux de Dieu à un mari et à sa femme.

***La Bible parle de « moralité sexuelle », qui est une attitude sexuelle qui respecte les commandements de Dieu concernant la sexualité.***

#### **Le sexe et la personne mariée**

Lorsqu'un mari et sa femme sont fidèles l'un à l'autre, on parle de fidélité sexuelle ou d'être fidèle dans le mariage. Dans le mariage, les expressions d'amour et le désir sexuel sont encouragés et bénis par Dieu.

- Genèse 2.22 dit que Dieu a amené la femme vers l'homme. Le verset 24 dit : « C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair ». Il est clair que le contexte parfait de « devenir une chair » est le cadre de la relation au sein du mariage.

- Proverbes 5.15-20 parle de la satisfaction sexuelle qui se trouve dans un mariage rempli d'amour lorsqu'un mari et sa femme sont fidèles l'un à l'autre.
- Le Cantiques des cantiques dépeint le portrait d'une relation sensuelle et sexuelle entre mari et femme. L'intention de Dieu est que l'expression sexuelle soit un aspect normal et satisfaisant de la vie mariée pour l'homme et la femme. Cette relation sexuelle est motivée non seulement par le plaisir, mais aussi par l'amour et l'engagement à long terme.
- 1 Corinthiens 7.2-5 encourage un mari et sa femme à s'unir physiquement par l'acte sexuel. Dieu veut que chaque partenaire dans le mariage comble les besoins et désirs sexuels de son époux ou de son épouse. Ce passage montre qu'une femme devrait être disposée à faire l'amour avec son mari. Il enseigne aussi qu'un mari ne doit pas dominer sa femme avec son désir sexuel; il devrait être sensible à ses besoins et ses désirs.
- Hébreux 13.4 dit : « Que le mariage soit honoré de tous, et le lit conjugal exempt de souillure. Car Dieu jugera les débauchés et les adultères ». Ce verset communique l'idée que le sexe entre deux personnes mariées l'une à l'autre est honorable et pur. Il en ressort aussi que les rapports sexuels entre deux personnes qui ne sont pas mariées l'une à l'autre est en dehors du plan parfait de Dieu.

Lorsque quelqu'un se marie, ceci ne signifie pas qu'il ou elle sera immédiatement comblé sexuellement. Une vie sexuellement saine prend du temps, de la patience, de l'amour et de la compréhension. Et le mariage est l'endroit où Dieu bénit cette relation unique (Goodall et Goodall, 2006).

### **Le sexe, l'abstinence, et la personne non-mariée**

Même si la Bible indique clairement que les relations sexuelles devraient prendre place uniquement dans le cadre du mariage, les personnes non mariées ressentent tout de même des désirs sexuels. Elles n'ont aucune raison de se sentir coupables ou embarrassées par leurs sentiments; mais il leur appartient de décider de quelle manière ils doivent les gérer.

Ceux qui décident de s'abstenir de relations sexuelles avant le mariage le font pour plusieurs raisons :

- Ils sont convaincus qu'ils devraient s'abstenir conformément à leurs convictions personnelles, morales ou religieuses. Les valeurs culturelles ou autres normes influencent également les décisions sexuelles d'un individu.
- Ils veulent prévenir la procréation et les infections transmises sexuellement.
- Ils veulent concentrer leur énergie sur d'autres projets, tels que leurs études ou leurs buts professionnels.

- Ils ne se sentent pas prêt à vivre une relation sexuelle.

Dieu a donné à chacun la liberté de choisir comment il va gérer sa sexualité : choisira-t-il de s'abstenir de sexe avant le mariage ou pas? Dans cette leçon, l'abstinence sexuelle pour une personne qui n'est pas mariée est mise en évidence en tant que discipline spirituelle : un choix volontaire, basé sur l'obéissance aux commandements de Dieu, qui consiste à attendre le mariage avant de devenir sexuellement actif.

L'abstinence n'est pas toujours un terme précis et peut vouloir dire différentes choses pour des personnes différentes. Pour certains, cela peut vouloir dire ne pas avoir le moindre contact sexuel avec qui que ce soit. D'autres peuvent se considérer abstinents s'ils ne pratiquent pas une relation sexuelle par pénétration, même si ils sont impliqués dans d'autres formes d'intimité sexuelle. (Les étapes progressives de l'intimité sexuelle seront le sujet du chapitre suivant.)

Pour certains, l'abstinence signifie se garder de toute relation sexuelle pendant un certain temps. A un moment où l'autre dans l'avenir, il ou elle peut décider de devenir sexuellement actif, que le mariage soit envisagé ou non.

***Même si la Bible indique clairement que les relations sexuelles devraient prendre place uniquement dans le cadre du mariage, les personnes non mariées ressentent tout de même des désirs sexuels.***

Lorsqu'on parle d'abstinence, l'emphase est normalement mise sur les jeunes. Toutefois, les gens de tous âges ont des décisions à prendre quant à l'abstinence. Quelqu'un qui était marié peut perdre un conjoint par le biais de la mort ou du divorce et devoir faire face au désir sexuel. Les souvenirs d'intimité sexuelle des temps passés peuvent lui laisser un profond sentiment de perte, de tristesse et de frustration.

Il n'est pas facile de décider de demeurer dans l'abstinence. Une personne doit être convaincue qu'il s'agit du bon choix à faire pour elle-même. Cela demande une conscience de soi et une volonté d'accepter la responsabilité de ses propres désirs et actes. Après avoir choisi l'abstinence, une personne peut avoir besoin de décider de ne pas s'impliquer dans une relation – ou de se retirer d'une relation – qui évolue vers l'intimité sexuelle.

Pour plusieurs raisons, des gens non-mariés ne choisissent pas de se décider en faveur de l'abstinence. Ils peuvent ne pas adhérer à la conviction morale que le fait d'avoir une relation sexuelle en dehors du mariage est mauvais. Ils peuvent penser qu'il s'agit d'une partie de leur vie qui a besoin d'être exprimée s'ils veulent être aimés par une autre personne. D'autres peuvent avoir peur qu'en choisissant l'abstinence, ils ne soient jamais capables d'avoir une relation sexuelle.

Il n'existe pas de solution facile à ce dilemme. Se contenter de dire : « Dieu veut que tu t'abstiennes », ou « Sois patient, » ne fait pas disparaître la solitude et le désir sexuel de la vie de quelqu'un qui a choisi l'abstinence. Même avec la prière, Dieu n'apporte pas toujours un conjoint aussi rapidement qu'une personne le souhaiterait, ce qui peut mener à la frustration et parfois même à une certaine colère envers Dieu.

Aussi difficile que cela puisse être, une personne non-mariée qui décide de suivre les commandements de Dieu peut remettre ses frustrations et ses déceptions à Dieu. Il ne condamne pas les gens parce qu'ils se sentent frustrés ou demandent pourquoi il ne semble pas répondre à leurs requêtes. Dieu entend chaque prière, même lorsque les réponses ne sont pas immédiatement évidentes. La foi est ce qui fait revenir les chrétiens à Dieu quand les réponses aux prières prennent longtemps à arriver.

***Il n'est pas facile de décider de demeurer dans l'abstinence. Une personne doit être convaincue qu'il s'agit du bon choix à faire pour elle-même.***

#### **4. L'immoralité sexuelle**

Une large part de ce qu'enseigne la Bible au sujet du sexe vient sous forme de commandements au sujet de ce qui ne devrait pas être fait. Lorsque le comportement sexuel ne se conforme pas au plan de Dieu, on parle alors d'immoralité sexuelle.

Lorsqu'on parle d'identifier un comportement sexuel qui ne plaît pas à Dieu, il ne s'agit pas de porter quelque jugement que ce soit. Cela nous fournit simplement un fondement à partir duquel aider les gens à réaliser ce qu'il ne veut pas que nous fassions. En sachant ce que Dieu dit de ne pas faire, la façon dont il souhaite que nos désirs sexuels soient exprimés devient évidente.

#### **L'adultère**

L'adultère est une relation sexuelle entre une personne mariée et une personne autre que son conjoint. Il est mentionné des dizaines de fois dans la Bible, que ce soit dans l'Ancien ou le Nouveau Testament. Dans chaque contexte, il est clairement considéré comme étant négatif et destructif pour chacune des personnes concernées. Voici juste quelques-uns des versets qui font mention de l'adultère :

- Le verset le plus communément cité au sujet de l'adultère vient des Dix Commandements. Exode 20.14 déclare : « Tu ne commettras pas d'adultère ».
- Dans Matthieu 19.18, Jésus répète le commandement d'Exode 20.14 : « ... tu ne commettras pas d'adultère ».

- Proverbes 6.20-35 et Proverbes 7 contiennent un langage très clair pour dénoncer l'adultère. Proverbes 6.32 déclare clairement : « Mais celui qui commet un adultère avec une femme est dépourvu de sens. Celui qui veut se perdre agit de la sorte ».

### La débauche et l'immoralité sexuelle

La Bible utilise le mot *débauche* pour parler des rapports sexuels d'une personne non mariée avec un partenaire non marié. La débauche s'applique aussi à une personne mariée qui a une relation sexuelle avec quelqu'un d'autre que son époux ou épouse. Certaines traductions de la Bible utilisent le terme d'immoralité sexuelle au lieu de débauche.

Il existe de nombreux versets qui parlent négativement de l'activité sexuelle en dehors du mariage. Voici ne serait-ce que quelques éléments qui établissent le fait que les gens qui ne sont pas mariés devraient attendre d'être mariés avant d'avoir des relations sexuelles.

- Dans Marc 7.21, Jésus parle de l'immoralité sexuelle comme d'un mal qui rend un homme (ou une femme) impur.
- Romains 13.13 ordonne aux gens de se comporter de façon « décente » et de ne pas tomber dans l'immoralité sexuelle.
- 1 Corinthiens 6.12-18 parle clairement du problème de l'immoralité sexuelle. 1 Corinthiens 6.18 déclare sans équivoque : « Fuyez l'immoralité. »
- Dans Galate 5.21, nous lisons que ceux qui vivent dans l'immoralité sexuelle « n'hériteront pas du royaume de Dieu. »
- Éphésiens 5.3 dit qu'il est déplacé pour le peuple de Dieu de permettre ne serait-ce qu'un soupçon d'immoralité sexuelle dans leurs vies.
- 1 Timothée 1.10-11 mentionne la débauche sexuelle dans une liste de comportements qui sont « à l'opposé de la saine doctrine, d'après le glorieux Évangile du Dieu bienheureux ».
- 1 Thessaloniens 4.3-4 dit : « Ce que Dieu veut, c'est votre sanctification ; c'est que vous vous absteniez de l'inconduite ; c'est que chacun de vous sache tenir son corps dans la sainteté et l'honnêteté ».

### L'homosexualité

La plupart des enseignements sur la sexualité que nous lisons dans la Bible concernent la sexualité hétérosexuelle, qui est l'attrait sexuel ou les relations sexuelles avec une personne du sexe opposé. Elle parle aussi de l'homosexualité, qui est un attrait émotionnel ou sexuel vers des personnes du même sexe. Beaucoup des versets qui parlent de débauche parlent aussi de l'homosexualité.

- 1 Corinthiens 6.9 inclus l'homosexualité dans sa liste de comportements sexuels qui déplaisent à Dieu. « ... ni les débauchés, ni les idolâtres, ni les adultères, ni les dépravés, ni les homosexuels... n'hériteront le royaume de Dieu. »

- Romains 1.18-32 est un long passage qui confronte un certain nombre de comportements qui déplaisent à Dieu. Il comporte une description des relations avec le même sexe et de l'effet dévastateur qu'elle a sur l'individu qui s'implique dans ce genre de relation.

### **La pornographie**

Dans le monde actuel, du matériel à caractère sexuel explicite est disponible partout. La pornographie dépeint des images avec l'intention de provoquer l'excitation sexuelle. Mais il ne s'agit pas de l'excitation sexuelle pure et remplie d'amour entre mari et femme. Elle résulte du fait de contempler des corps sexualisés ainsi que les actes sexuels d'une personne qui n'est pas son conjoint. Elle apparaît sous de nombreuses formes : magazines, livres, publicité, photos et œuvres d'art. Elle est sur Internet et dans des films, à la télévision, dans des vidéos et dans la musique.

La Bible parle de convoitise, qui peut être définie comme un désir sexuel intense et illicite – le genre de désir provoqué par la pornographie. Dans le contexte biblique, ceci serait le désir intense d'avoir une relation sexuelle avec quelqu'un d'autre que son partenaire.

- Matthieu 5.27-28 : « Vous avez entendu qu'il a été dit : Tu ne commettras pas d'adultère. Mais moi, je vous dis : Quiconque regarde une femme pour la convoiter a déjà commis adultère avec elle dans son cœur. » Il est clairement établi que même si un péché sexuel n'est pas commis avec le corps, s'imaginer avoir des relations sexuelles avec une personne qui n'est pas son conjoint est un péché.
- Colossiens 3.5-6 donne certains conseils concernant l'immoralité sexuelle et les passions : « Faites donc mourir votre nature terrestre : l'inconduite, l'impureté, les passions, les mauvais désirs et la cupidité... ».

Au vu de l'enseignement biblique sur les passions, il est clair que Dieu ne prend pas glorifié par le plaisir que les gens éprouvent lorsqu'ils visionnent des scènes d'immoralité sexuelle. Il veut que toutes ses créatures conservent des pensées pures. Philippiens 4.8 dit : « Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées ».

## **5. L'orientation sexuelle**

La question des relations entre personnes de même sexe est très débattue dans le monde chrétien. Elle est devenue un sujet si important qu'aucune discussion sur la sexualité ne peut avoir lieu sans inclure cet aspect. Cette section tente de définir certains des mots et des concepts associés à l'orientation sexuelle.

L'orientation sexuelle correspond aux sentiments d'attraction d'une personne vers d'autres individus afin de combler ses besoins sexuels, romantiques et émotionnels (Hedgepath and Helmich, 1996). Voici une liste de termes qui sont souvent utilisés lorsqu'on parle d'orientation sexuelle.

- *Hétérosexuel* : Une personne qui est attirée par les gens de sexe opposé est dite hétérosexuelle.
- *Homosexuel* : Une personne qui est attirée par une personne du même sexe est dite homosexuelle. Une femme homosexuelle est dite lesbienne. Le terme « gai » est utilisé pour décrire les homosexuels qu'ils soient masculins ou féminins, mais fait le plus souvent référence à un homosexuel masculin.
- *Bisexuel* : La bisexualité est une autre orientation sexuelle, où une personne est attirée par les hommes comme par les femmes.
- *Transgenre* : Il s'agit d'un terme qui est souvent utilisé lorsque l'on parle d'orientation sexuelle, même si le transgenre ne décrit pas une orientation spécifique. Il décrit plutôt une personne dont l'identité de genre est différente de son sexe à la naissance (American Psychological Association, 2009). En d'autres mots, l'identité de genre de cette personne (l'identification psychologique en tant qu'homme ou femme) ne correspond pas au sexe assigné à la personne (identification basée sur les organes sexuels).

L'abréviation « GLBT » correspond aux termes gai, lesbienne, bisexuel et transgenre. Cette abréviation est communément utilisée par les médias pour parler de l'orientation sexuelle.

Ces dernières années, le terme « hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes, » ou « HSH » a parfois remplacé le terme d'homosexuel masculin. Il s'agit d'un terme vaste, incorporant hommes homosexuels, bisexuels et transgenres. Il inclut aussi les hommes qui se décrivent comme étant hétérosexuels mais qui ont des relations sexuelles avec des hommes.

Les églises qui adhèrent à une interprétation conservatrice des Écritures ont plutôt tendance à prendre une position ferme contre l'homosexualité. Leur conviction est que la relation sexuelle a été créée par Dieu pour être exprimée dans un mariage entre un homme et une femme.

Les églises qui sont plus libérales ne s'en tiennent pas toujours aux mêmes convictions. Une croyance commune est que l'amour entre deux personnes est l'élément le plus important dans une relation. De ce point de vue, le genre des personnes constituant le couple n'est plus important, tant qu'elles se sont engagées à rechercher le bien-être de leur partenaire.

Si nous nous basons sur les textes bibliques qui nous parlent d'homosexualité, il est évident que Dieu exprime une désapprobation profonde de la conduite homosexuelle. Toutefois, si le péché sexuel inclut tout comportement sexuel non conforme aux commandements de Dieu, alors le péché de l'homosexualité ni plus ni moins déplaisant aux yeux de Dieu que tout péché hétérosexuel. Nous adoptons donc une approche qui considère que tout péché déplaît à Dieu, car il va à l'encontre de son plan concernant la place de la relation sexuelle entre un mari et sa femme dans le cadre du mariage.

***Si les chrétiens approchent seulement le sujet dans un esprit de jugement et de critique, ceux qui sont en proie avec les questions difficiles touchant à leur orientation sexuelle ne les écouteront jamais.***

Les débats concernant l'homosexualité durent depuis des siècles. Théologiens, scientifiques et chercheurs débattent actuellement pour savoir si oui ou non l'homosexualité est déterminée de manière génétique ou si elle est causée par des facteurs environnementaux et le choix personnel. Trop souvent, la discussion s'est envenimée pour finir par de la colère et des accusations mutuelles.

Des millions de gens autour du globe sont tiraillés entre ces messages contradictoires. Un côté prend fortement position contre l'homosexualité ; l'autre côté encourage les gens à explorer leur identité sexuelle. Si les chrétiens approchent seulement le sujet dans un esprit de jugement et de critique, ceux qui sont en proie avec les questions difficiles touchant à leur orientation sexuelle ne les écouteront jamais.

Les chrétiens doivent adopter l'approche que Christ leur demanderait de prendre lorsqu'ils font face à quelqu'un avec qui ils ne sont pas d'accord, même lorsqu'il s'agit de questions de sexualité. Il est difficile à un homosexuel d'accepter la position d'un chrétien contre l'homosexualité parce qu'elle semble souvent les condamner. Des mots durs et des insultes venant des deux côtés du débat ne servent qu'à discréditer ce qui peut être une discussion légitime. Il est essentiel que les chrétiens abordent ce sujet avec une attitude semblable à celle de Christ, annonçant leurs convictions avec amour.

Considérons deux exemples dans les Écritures qui montrent comment Jésus abordait des personnes qui avaient été impliqués dans l'immoralité sexuelle : Jean 4.4-43 et Jean 8.1-11. Au travers de ces situations de péché hétérosexuel, les principes sont clairs. Jésus n'a pas toléré le comportement immoral, mais il n'a pas suivi le modèle des leaders religieux dans la condamnation immédiate et catégorique des coupables. Dans les deux cas, sa nature compatissante a rayonné dans la façon dont il a parlé aux accusés. Dans le cas de la femme décrite dans Jean 8, Jésus lui a dit : « Va, et désormais ne pèche plus ».

## 6. Quel est le problème de l'immoralité sexuelle?

La Bible explique pourquoi les relations sexuelles en dehors du plan parfait de Dieu sont si dévastatrices :

- 1 Corinthiens 6.12-20 développe l'idée que nos corps sont sensés servir Dieu. Si nous désobéissons aux commandements de Dieu au sujet du sexe, nous ne faisons pas seulement du mal à nos corps, mais nous déshonorons Dieu.
- Un argument commun en faveur du sexe en dehors du mariage est le suivant : « Si cela me fait plaisir et ne fait de mal à personne, il n'y a rien de mal ». Trois versets contredisent cette logique, disant que même si l'immoralité sexuelle peut sembler acceptable, en fin de compte, elle s'avère destructive.
- Dieu ne veut pas que nous profitons d'une autre personne en nous livrant à la débauche. 1 Thessaloniens 4.3-8 nous enseigne d'éviter l'immoralité sexuelle car elle est un péché non seulement contre nos propres corps, mais aussi contre notre partenaire sexuel. Si nous désobéissons à ses commandements, il y a des conséquences négatives pour tous ceux qui sont impliqués.

Même lorsque quelqu'un a fait des erreurs sexuelles, il y a de nombreux versets qui montrent que Dieu est toujours prêt à pardonner et qu'il est prêt à aider quiconque veut prendre de bonnes décisions.

- David a écrit le Psaume 51 après avoir commis adultère avec Bath-Chéba. C'est un exemple magnifique de confession et de pardon qui s'applique à quiconque a déjà péché.
- Jean 8.1-11 raconte l'histoire d'une femme prise en flagrant délit d'adultère. Au lieu de condamner la femme, Jésus l'a pardonnée, lui a dit de reprendre son chemin et de renoncer à sa vie de péché.
- 1 Corinthiens 10.13 nous dit que Dieu donnera de la force à quiconque veut quitter des comportements qui ne l'honorent pas.
- 1 Corinthians 10:13 tells us that God will give strength to anyone who wants to make a break away from behaviors that do not please Him.

Chacun doit décider ce qu'il ou elle croit au sujet des commandements de Dieu. Quelle est sa responsabilité personnelle dans tout comportement sexuel allant à l'encontre des Écritures ? La repentance des actions coupables mène au pardon et au salut en Jésus-Christ. Dieu ne veut pas que les gens vivent dans la culpabilité après lui avoir confessé leur péché et changé la direction de leur vie. Son pardon est complet ! Après avoir confessé leurs mauvaises actions, Dieu aide les gens à vivre de façon à lui plaire. Continuer à vivre dans la culpabilité et la condamnation n'est pas le plan de Dieu pour ceux qui sont venus auprès de lui afin d'être pardonnés.

# CHAPITRE 2

## Comment prendre de bonnes décisions sexuelles



### Points clé

1. Le désir sexuel, la maîtrise de soi et les décisions personnelles
2. Le désir humain d'intimité
3. Pourquoi vaut-il mieux attendre jusqu'au mariage avant d'avoir des relations sexuelles?
4. Comprendre la tentation sexuelle
5. Les étapes progressives de l'intimité sexuelle
6. Comment se fixer des limites
7. Repartir du bon pied



### Jeu de rôle

Une jeune femme se prépare à sortir avec un groupe d'amies filles vendredi soir. Son téléphone sonne; sa meilleure amie l'appelle.

**Sara :** *Mes parents viennent juste de me dire qu'ils passent la nuit chez ma tante, alors nos plans ont changé!*

**Christine :** *Est-ce qu'on va toujours aller voir une vidéo chez Stacy?*

**Sara :** *Non, pas du tout ! Les gars vont passer prendre de la bière et tout le monde vient ici. On va tellement s'amuser, et mes parents ne rentrent pas jusqu'à demain après-midi.*

**Christine :** *Est-ce que tu penses que c'est une bonne idée? J'ai seulement 17 ans, et je sais que mes parents n'aiment pas que je sois avec des gens qui sont en train de boire.*

**Sara :** *Christine, tu as vraiment besoin de grandir. Tu deviens ennuyeuse.*

### 1. Le désir sexuel, la maîtrise de soi et les décisions personnelles

La maîtrise de soi est la capacité de contrôler ses comportements et ses désirs. Dans un contexte biblique, le contrôle de soi sexuel implique de prendre la décision délibérée de contrôler ses désirs sexuels jusqu'à ce ils puissent être exprimés avec la bonne personne (mari ou femme) dans le bon contexte (le mariage).

Éprouver un désir sexuel est un élément normal de l'existence humaine. Ceci dit, Dieu a donné à chaque homme et femme la capacité de contrôler son désir

sexuel. Tout le monde doit prendre des décisions quant à la manière dont il va gérer sa sexualité.

- Les gens mariés prennent des décisions au sujet de leur maîtrise sexuelle de soi et de leur fidélité envers leur conjoint. Dans les mariages chrétiens partout dans le monde, lorsqu'un homme et une femme se marient, ils se promettent fidélité pour le restant de leurs jours. Il s'agit d'une des promesses les plus importantes que quelqu'un puisse faire. Même après le mariage, chaque conjoint doit déterminer comment il ou elle va appliquer cette promesse à son conjoint.
- Les célibataires prennent des décisions au sujet de leur désir sexuel et de l'abstinence. Une personne qui n'est pas mariée fait face à un choix : prendra-t-il ou elle une décision en faveur de l'abstinence, ou choisira-t-elle de devenir sexuellement active avant qu'il ou elle ne soit marié?

Après avoir choisi l'abstinence, certains jeunes célibataires voudront peut-être changer d'avis. Choisir l'abstinence peut ne pas être un choix facile, mais il n'est pas impossible. Même si une personne célibataire a déjà eu des relations sexuelles, il ou elle peut encore prendre la décision de ne pas avoir de nouvelles relations sexuelles jusqu'à ce qu'il ou elle soit marié.

Les gens donnent de nombreuses raisons pour expliquer pourquoi ils ne choisissent pas la fidélité ou l'abstinence :

- Certains ne croient pas que ce soit le bon choix pour eux. Ils pensent que tout le monde devrait être libre de faire ce que bon lui semble de sa propre vie.
- Certains disent que s'abstenir de relations sexuelles quand ils en ont envie n'est pas bon pour la santé. Ils peuvent penser que le sexe est une fonction biologique nécessaire à la vie comme la nourriture, l'eau ou le sommeil.
- Une personne peut prétendre que sa libido est si forte qu'il ne peut la contrôler.
- Des gens peuvent croire qu'ils ont besoin de s'entraîner à des techniques sexuelles en préparation au mariage ou bien d'avoir des relations sexuelles avant le mariage pour déterminer s'ils sont sexuellement compatibles.
- Il a même été dit qu'il est impossible à un homme de demeurer fidèle à sa femme; le désir de différentes femmes équivaut au désir de goûter à une variété d'aliments différents.

Genèse chapitre 1 indique que Dieu créa autant les humains que les animaux avec l'instinct de reproduction. Alors que les animaux n'ont aucun contrôle sur leur instinct de reproduction, les hommes et les femmes ont la capacité de prendre des décisions quant à leurs désirs sexuels. Ils peuvent choisir si oui ou non ils auront une relation sexuelle, et ils peuvent résister à leur instinct sexuel.

## 2. Le désir humain d'intimité

Tout être humain a besoin d'intimité. L'intimité est le sentiment d'être complètement connecté à une autre personne. Voici les définitions de trois différents types d'intimité : émotionnelle, physique et sexuelle.

- *L'intimité émotionnelle* se développe dans des relations proches, lorsque quelqu'un est assuré que l'autre personne sait réellement qui il ou elle est, et l'aime sans réserve—malgré ses défauts et ses imperfections. Cela est accompagné du sentiment que la personne est réellement acceptée par l'autre, les deux se sentant alors en sécurité quant à leur relation.
- *L'intimité physique* est exprimée dans les relations par de simples gestes physiques entre personnes qui ont développé un sentiment d'intimité émotionnelle : poser une main sur une épaule, mettre un bras autour de la taille, tirer quelqu'un plus près de soi, confortablement et sans sentiment de menace ou d'inconvenance. Mères, pères, tantes et oncles portent les enfants proches d'eux, apportant un sentiment de sécurité et d'amour. Les enfants sont parfois plus à l'aise que certains adultes pour s'exprimer par un contact physique avec leurs frères et sœurs, cousins et amis. Les adultes peuvent avoir besoin de ressentir une intimité émotionnelle avant d'être à l'aise dans l'intimité physique avec un autre adulte.
- *L'intimité sexuelle* prend place lorsque deux personnes s'impliquent sexuellement. L'intimité sexuelle mène habituellement à la relation sexuelle, mais elle comporte tout contact physique intime entre deux personnes menant à l'excitation sexuelle.

***Le mariage est une union d'esprit et de corps, un engagement d'être fidèle l'un à l'autre.***

L'intimité sexuelle est plus que l'union de deux corps. L'intimité sexuelle se développe au sens premier lorsque deux personnes mariées s'engagent à s'aimer et demeurer fidèle l'une à l'autre pour le restant de leurs vies. Quand cet amour et cette confiance mutuels sont présents, la véritable intimité se développe et s'épanouit.

Les enfants et les adolescents ont besoin d'intimité émotionnelle et physique. Les relations entre les parents et les enfants commencent à changer quand les enfants atteignent les années de l'adolescence. Alors que les enfants prennent de l'âge, leur corps commencent à changer et à se développer sexuellement. Ils deviennent conscients de l'attraction sexuelle. Alors que cette prise de conscience s'accroît, ils commencent à développer le désir d'intimité à un niveau sexuel. Le désir d'intimité sexuelle est un processus naturel dans le développement de toute jeune personne.

Le désir d'intimité émotionnelle, physique et sexuelle est une force puissante qui rapproche le couple dans le mariage. Le mariage est une union d'esprit et de corps, un engagement d'être fidèle l'un à l'autre. Dans le mariage, l'intimité sexuelle exprime les sentiments les plus profonds d'amour et mène à une satisfaction physique et émotionnelle importante pour le couple.

### **3. Pourquoi vaut-il mieux attendre jusqu'au mariage avant d'avoir des relations sexuelles?**

Au travers de l'histoire, les gens de diverses cultures et de nombreuses traditions religieuses différentes ont cru dans les principes de l'abstinence et de la fidélité. Dans certains cas, ils les pratiquent sans inclure Dieu ou les Écritures dans leurs convictions. D'autres systèmes de croyance n'incluent pas l'abstinence et la fidélité dans leur système de valeurs. Toutefois, même si une personne ou culture n'embrasse pas ces principes, cela n'enlève rien à leur valeur.

Même si le rapport sexuel est un acte physique, il n'affecte pas que le corps d'une personne. Il est lié aux interactions entre corps, âme et esprit. De ce fait, le sexe en dehors du mariage peut avoir un impact sur de nombreuses facettes de la vie d'une personne.

Physiquement, les rapports sexuels avec quelqu'un d'autre qu'un partenaire fidèle et pur de toute infection peut avoir des conséquences néfastes sur le corps, telles que le VIH/SIDA, les maladies sexuellement transmissibles, les grossesses non désirées et parfois l'avortement.

Les relations sexuelles sans engagement peuvent affecter une personne émotionnellement. Ces rencontres ne mènent habituellement pas à des relations durables, et les gens souffrent souvent de douleur émotionnelle lorsque ces relations se terminent. Si une personne cherchait l'amour dans le sexe, il ou elle sera déçu et blessée lorsqu'une relation sexuelle ne mènera pas à un amour durable.

Lorsqu'une personne a une relation sexuelle avant qu'elle ne soit mariée ou avec une personne autre que son conjoint, le souvenir de cette expérience restera à jamais gravée en elle. Si cette expérience a été agréable, les souvenirs incitent la personne à désirer ce qu'elle ne peut avoir. Cela devient une source de culpabilité et de frustration que Dieu n'a jamais voulu nous voir endurer.

Si une personne a eu une mauvaise expérience sexuelle, qu'elle ait été consentante ou non, ces souvenirs seront douloureux dans sa vie de tous les jours. Ils pourront aussi causer des problèmes lorsque viendra le temps d'avoir des relations intimes dans le mariage. Quelqu'un dans cette situation peut avoir besoin de suivi psychologique pour l'aider à faire face aux implications négatives dans sa vie. La personne qu'il ou elle épousera aura besoin d'être un soutien et d'être compréhensive face à ces difficultés.

Spirituellement, lorsque quelqu'un désobéit volontairement aux commandements de Dieu en ce qui concerne le sexe, son esprit en est profondément marqué. Le

plan idéal de Dieu est que chaque fois que quelqu'un a une relation sexuelle, ce soit avec la personne à laquelle elle s'est engagée à vie. Si quelqu'un a une relation sexuelle avec une personne autre que son conjoint, cette personne emporte avec elle une connaissance de l'autre au sens le plus intime qui soit.

***Spirituellement, lorsque quelqu'un désobéit volontairement aux commandements de Dieu en ce qui concerne le sexe, son esprit en est profondément marqué.***

Il peut être difficile d'attendre jusqu'au mariage avant d'avoir des relations sexuelles, mais il existe de nombreux avantages à le faire. En attendant le mariage, la personne :

- évite le risque et la peur du VIH et autres infections sexuellement transmissibles.
- évite la peur et les conséquences d'une grossesse imprévue.
- évite le stress émotionnel et la douleur que les relations sexuelles en dehors du mariage peuvent apporter.
- évite de mauvais souvenirs accompagnés de la peur et de la culpabilité.
- évite la douleur de se séparer de quelqu'un qu'on a appris à aimer.
- expérimente la joie de la découverte sexuelle dans la relation de confiance et d'amour du mariage.

#### **4. Comprendre la tentation sexuelle**

Dieu a créé toutes choses, y compris chaque homme, femme et enfant. Cette conviction est essentielle en termes de moralité sexuelle : « Si Dieu m'a créé, il a le droit de m'instruire sur la façon dont je dois gérer ma sexualité ». Ses instructions ont toujours un impact positif sur une vie. En vivant dans l'obéissance, une personne peut éviter des situations qui ont des conséquences potentiellement négatives sur sa vie.

Le péché est une action consciente ou une pensée par laquelle on désobéit aux commandements de Dieu. Parfois ce que Dieu considère comme étant le péché (selon la Bible) peut ne pas sembler néfaste au premier abord. Mais en fin de compte, le péché a toujours des conséquences négatives. Il perturbe la relation d'une personne avec Dieu et l'expose aux conséquences néfastes qui résultent de ces actions.

La tentation est une soif ou un désir de quelque chose qui est considéré comme étant mauvais ou péché. Céder à la tentation (ce que la Bible nous enseigne de ne pas faire) est pécher envers Dieu.

Puisque le désir sexuel est naturel, certains se demandent s'il est pratique ou raisonnable de s'attendre à ce que les gens limitent leur expression sexuelle à

seulement une personne, dans le mariage et pour la vie. Une personne peut décider d'avoir une relation sexuelle avec une personne avec laquelle elle n'est pas mariée, même si elle croit que c'est mal. Elle peut peut-être même prendre du plaisir dans cette relation et s'en réjouir. Mais en fin de compte, céder à la tentation sexuelle est néfaste. Cela blesse l'individu qui a décidé de pécher et la personne avec qui il pèche.

Il existe plusieurs raisons pour lesquelles une personne peut être tentée d'avoir des relations sexuelles avec quelqu'un qui n'est pas son conjoint.

- Certains veulent avoir une relation sexuelle simplement parce qu'ils ressentent un désir sexuel.
- Lorsque deux personnes qui ne sont pas mariées s'aiment, elles peuvent décider qu'elles ont le droit de se manifester leur amour l'un envers l'autre en ayant une relation sexuelle.
- Parfois, les gens ont soif d'amour et pensent qu'une relation sexuelle fera en sorte que quelqu'un les aime.
- Certains qui sont malheureux dans leur mariage peuvent chercher l'amour et le réconfort auprès d'une autre personne.

***La tentation est une soif ou un désir de quelque chose qui est considéré comme étant mauvais ou péché.***

Spirituellement, il est raisonnable de croire que les gens peuvent apprendre à gérer leurs désirs sexuels et résister à la tentation. Lorsque quelqu'un prend la décision de gérer sa sexualité selon le plan de Dieu, Dieu peut renforcer cette décision par l'aide du Saint-Esprit.

La Bible dit dans 1 Corinthiens 10.13, « Aucune tentation ne vous est survenue qui n'ait été humaine; Dieu est fidèle et ne permettra pas que vous soyez au-delà de vos forces; mais avec la tentation, il donnera aussi le moyen d'en sortir, pour que vous puissiez la supporter ».

Appeler Dieu à l'aide pour résister à la tentation sexuelle n'est pas une formule magique pour faire disparaître le désir sexuel. Il faut encore l'affronter. Toutefois, confesser ses tentations sexuelles à Dieu permet à une personne de lui demander la force spirituelle de résister. Sa réponse est d'envoyer une force surnaturelle par le Saint-Esprit, qui aide tous ceux qui sont déterminés à éviter la tentation et à y résister.

Pour trouver cette force spirituelle, il est nécessaire d'entretenir une relation avec Dieu. Lisez la Bible et trouvez des manières de mettre en pratique la vérité biblique dans la vie de tous les jours. Priez chaque jour et confessez vos péchés et vos pensées impures à Dieu. Lorsque les gens développent de façon inten-

tionnelle une relation avec Dieu, il leur donne la force intérieure de prendre de bonnes décisions sexuelles et de résister à la tentation.

***Toutefois, confesser ses tentations sexuelles à Dieu permet à une personne de lui demander la force spirituelle de résister.***

## **5. Les étapes progressives de l'intimité sexuelle**

Après avoir pris la décision de suivre le plan de Dieu quant à la sexualité, il faut éviter les situations où l'on sera tenté ou sous pression pour revenir sur sa décision. Par exemple, si quelqu'un se retrouve dans une situation où une personne la pousse à avoir une relation sexuelle, il peut être difficile de refuser. Si deux personnes non mariées sont attirées l'une par l'autre ou s'aiment, elles peuvent trouver difficile de s'abstenir d'une relation sexuelle.

L'intimité physique entre deux personnes attirées l'une par l'autre peut rapidement mener à l'intimité sexuelle. L'intimité sexuelle mène le plus souvent à la relation sexuelle. Toutefois, être intime sexuellement est plus que l'acte de la relation sexuelle; ce sont les contacts physiques intimes qui mènent à la stimulation sexuelle. Ceci inclut tout acte de stimulation sexuelle, comme le toucher de parties sensibles du corps comme les seins et la zone des organes sexuels. Ce type de toucher excite le couple à un tel niveau qu'il amène naturellement les deux corps à s'unir pour former « une seule chair ».

Beaucoup posent la question : Jusqu'où est-ce que je peux aller dans une relation physique avant de passer la limite du péché? Ceci est une question honnête. Pour y répondre, il sera utile de considérer comment les hommes et les femmes réagissent aux niveaux progressifs d'intimité physique et d'excitation sexuelle.

Chaque personne devrait déterminer jusqu'où il ou elle permettra le processus de l'intimité d'aller avant qu'il n'atteigne un point où il sera difficile, voire impossible, d'empêcher la réalisation même de l'acte de la relation sexuelle. Ceci peut être un point différent pour chaque personne, selon ses expériences passées et son niveau de maîtrise de soi.

Mais où se trouve donc cette limite? Considérez les étapes progressives de l'intimité qui mènent à l'excitation sexuelle et à la relation sexuelle (SHARE, 1998). Les couples ne franchiront pas tous ces étapes dans le même ordre. Et à n'importe quel moment, une personne peut décider de ne pas avancer plus loin.

1. **La rencontre.** Toute relation commence lorsque deux personnes se rencontrent pour la première fois. Une relation peut commencer à se développer immédiatement après avoir rencontré quelqu'un de nouveau, ou

bien elle peut commencer à se développer après qu'ils se soient connus plus longtemps.

2. **Passer du temps ensemble.** Il est normal que deux personnes attirées l'une par l'autre veuillent apprendre à mieux se connaître. Elles peuvent passer du temps avec la famille de l'un puis de l'autre ou avec d'autres amis, parler au téléphone, s'envoyer des textos, et sortir ensemble à diverses occasions. Ils peuvent chercher des endroits où ils seront seuls ensemble, pour parler et découvrir en apprendre davantage l'un sur l'autre.
3. **Simple toucher.** Lorsque deux personnes sont attirées l'une à l'autre, elles aiment établir un contact en se touchant. Il peut s'agir de touchers légers sur le bras ou la jambe, plaçant un bras autour de la taille de l'autre ou des épaules, ou se tenant les mains. Dans certaines cultures, le simple toucher est un signe sûr d'une attirance et d'une intimité physique grandissantes, alors que dans d'autres il s'agit seulement d'un signe d'amitié.
4. **Simple baiser.** Un léger baiser rapide sur les lèvres indique habituellement qu'au moins l'un des deux a décidé qu'il souhaiterait que la relation devienne plus intime. Si l'autre personne ne veut pas que la relation progresse, il ou elle devrait cesser tout autre contact physique.
5. **Baiser prolongé.** La transition d'un simple baiser à un baiser prolongé indique que la relation est en progression vers un niveau plus intime. Les lèvres et les corps se touchent, et la conscience sexuelle de l'autre personne devient intense.
6. **Baiser profond avec la langue.** Lorsque s'embrasser comporte l'insertion de la langue dans la bouche de l'autre personne, l'excitation sexuelle devient intense. L'excitation sexuelle est l'état de sentiment de désir sexuel intense. Cette étape mène rapidement aux caresses.
7. **Caresses.** Les caresses impliquent le toucher de zones sensibles du corps au-dessus des vêtements, sous les vêtements, ou bien alors sans vêtements du tout. Ces zones sensibles comportent les seins et la zone des organes sexuels. Les gens qui pratiquent le sexe oral peuvent s'arrêter à ce point-ci sans aller jusqu'à une pénétration vaginale ou anale.
8. **Relation sexuelle.** La relation sexuelle est le résultat prévisible de l'excitation sexuelle. La relation sexuelle est complète lorsqu'un homme fait pénétrer son pénis dans le vagin de la femme.

Deux personnes qui sont excitées sexuellement peuvent décider au dernier moment qu'ils ne veulent pas avoir de relation sexuelle, mais il est difficile d'inverser cette progression. Toutefois, même si une personne est parvenue à cette dernière étape et décide qu'il ou elle ne veut pas avoir de relation sexuelle, elle a le droit de tout arrêter.

## 6. Fixer des limites

Une limite est une ligne qui indique où se termine une chose et où commence une autre. Par exemple, considérons les huit étapes de l'intimité qui mènent à la relation sexuelle. Si un couple dépasse la quatrième étape et devient impliqué dans un baiser prolongé, dans la plupart des cas un ou les deux partenaires commenceront à ressentir une excitation sexuelle. Ils ont dépassé une limite, où l'intimité physique commence à se changer en intimité sexuelle.

Si une personne a décidé qu'il ou elle ne veut pas avoir de relation sexuelle, il est important d'éviter des situations qui mènent à l'excitation sexuelle. Elle devrait se fixer des limites dans ses relations physiques avec les gens du sexe opposé.

***Si une personne a décidé qu'il ou elle ne veut pas avoir de relation sexuelle, il est important d'éviter des situations qui mènent à l'excitation sexuelle.***

Lisons de nouveau « Les étapes progressives de l'intimité sexuelle ». Décidez à quel point une personne franchit la ligne du simple contact physique pour passer au type de contact qui mène à l'excitation sexuelle. Si quelqu'un est déterminé à ne pas avoir de relation sexuelle, il doit savoir où s'arrêter afin d'éviter des situations qui mènent à l'intimité sexuelle.

Lorsque quelqu'un souhaite déterminer jusqu'où il devrait permettre la progression de l'intimité avant que l'excitation sexuelle ne prenne place, il est important d'être honnête. Il se doit d'être clair quant à sa décision et de ne pas s'impliquer dans une relation qui mène quelqu'un d'autre à croire qu'il est prêt à « aller jusqu'au bout ».

- Tout d'abord, si la personne sait qu'il ou elle ne veut pas avoir de relation sexuelle, il n'est pas juste de provoquer l'autre personne en l'amenant jusqu'à un état de désir sexuel qui sera frustrant.
- Deuxièmement, lorsque l'excitation devient intense, elle peut facilement prendre le dessus rapidement. Ce qui commence comme un simple baiser peut changer en une étreinte sexuellement chargée en très peu de temps.

Il vaut mieux déterminer les limites de l'intimité avant qu'une personne ne se retrouve dans une situation qui se dirige vers l'acte. Mais qu'est-ce qui peut être fait si quelqu'un est mis sous pression ou tenté sexuellement? Il peut être difficile de résister aux avances d'une personne sexuellement manipulatrice qui menace de mettre un terme à la relation si l'autre lui refuse la relation sexuelle. Et le fait est qu'il peut être difficile de résister à la tentation lorsque les deux s'aiment et veulent exprimer leurs sentiments par une relation sexuelle.

Quelques conseils pratiques: **ÉVITEZ DE VOUS METTRE DANS UNE TELLE SITUATION** ! Les idées suivantes peuvent aider une personne à éviter une situation difficile, ou à se retirer d'une situation inconfortable.

- Si quelqu'un vous met de la pression pour entrer dans une relation que vous ne voulez pas, vous avez le droit de refuser. Si vous aviez déjà commencé, vous devez en sortir. Vous avez peut-être besoin de communiquer que vous ne voulez pas que la relation progresse. Déclarez votre décision clairement et de manière ferme. Vous pouvez simplement dire : « Ça ne va pas marcher. Je ne vais pas te revoir. » Vous n'avez pas besoin d'argumenter ou de justifier votre position lorsque vous savez que c'est la meilleure chose que vous puissiez faire. Ne continuez pas de voir la personne après lui avoir clairement fait part de votre décision.
- Si vous êtes sexuellement attiré par quelqu'un, évitez les lieux où vous serez seuls ensemble. Être seuls et isolés où personne ne peut vous voir, encourage l'intimité physique et peut rapidement mener à l'intimité sexuelle. Demeurez toujours dans des lieux où les gens vous verront.
- Si quelqu'un tente d'être seul avec vous, suggérez une autre activité. Toute solution est valable. Par exemple : « Je préfère regarder le match de foot », « J'ai besoin d'aller au magasin », ou « J'aimerais vraiment rendre visite à mon ami ». Ou bien dites simplement que vous devez partir car vous avez autre chose à faire. Encore une fois, vous n'avez pas besoin d'argumenter ou de justifier votre position.
- Évitez les drogues et l'alcool. L'effet de ces substances altère la manière dont une personne prend ses décisions. Beaucoup de gens qui ne céderaient normalement pas à la pression sexuelle le font lorsqu'ils sont sous l'influence de l'alcool ou de la drogue.
- Faites confiance à votre instinct ! Certaines personnes peuvent être très subtiles lorsqu'elles font des avances sexuelles. Elles peuvent essayer de vous manipuler afin d'avoir ce qu'elles veulent en utilisant des phrases qui vous amènent à vous sentir coupable. « Si tu me laisses, je serai si seul et découragé », « Pourquoi ne me fais-tu pas confiance, je ne ferai jamais rien que tu ne veuilles pas que je fasse », ou encore « Je veux juste te toucher, et je sais que tu me veux aussi ». Si quelqu'un utilise ces phrases avec vous, il n'est probablement pas digne de confiance.
- Si pour quelque raison que ce soit, vous vous trouvez dans une situation où vous vous sentez sous pression pour avoir une relation sexuelle, résistez fermement en le disant clairement et par les mouvements de votre corps. Partez immédiatement ! Même si vous avez dépassé les limites que vous vous étiez fixées dans vos relations physiques et que vous et votre partenaire êtes excités sexuellement, vous avez encore le droit de refuser la relation sexuelle.

## 7. Repartir du bon pied

De nombreuses personnes ont déjà pris des décisions sexuelles qu'ils regrettent. Mais souvenez-vous, personne n'est parfait, et le fait de faire des erreurs est une partie malheureuse de notre condition humaine. Même avec toutes ces imperfections et toutes ces mauvaises actions, l'amour de Dieu pour sa création transcende tout cela ! Dieu languit de voir ses créatures venir à lui et lui confesser leurs péchés et leurs fautes. Il désire pardonner tout homme et toute femme de ses péchés passés et les rendre forts pour les jours à venir.

Certains ont déjà eu des relations sexuelles et se sentent coupables lorsqu'ils entendent des messages sur l'abstinence ou la fidélité. Ils peuvent penser qu'il est trop tard pour changer. Mais avec Dieu, il n'est jamais trop tard pour changer de comportement et commencer à prendre de bonnes décisions quant aux relations et à l'activité sexuelle. Le pardon de Dieu est complet, et son pardon apporte l'espoir et la vie nouvelle à tous ceux qui le demande.

Mais comment une personne peut-elle aller au-delà de la culpabilité qui l'empêche de prendre la décision de changer ? Considérez les étapes suivantes :

- Demandez à Dieu de vous pardonner, et demandez-lui de guérir votre esprit des expériences sexuelles passées. Le pardon apporte un nouveau départ. Le fait de savoir que vous êtes pardonné empêche le souvenir des mauvaises décisions du passé de hanter votre esprit dans le présent.
- Ne permettez pas aux souvenirs agréables des rencontres sexuelles passées de continuer de vous apporter un certain plaisir. Le sexe en dehors du plan de Dieu est péché ! Si on prend plaisir aux souvenirs de nos péchés, non seulement cela déplaît à Dieu, mais cela peut aussi nous distraire de la décision que nous avons prise de ne pas avoir de relation sexuelle de nouveau en dehors du plan de Dieu.
- Faites de votre relation avec Dieu la relation la plus importante de votre vie. Lorsqu'il devient plus important, nous prenons des décisions qui lui plaisent. Son plan pour la sexualité est peut-être difficile à suivre, mais c'est ce qu'il veut pour nous. Lui faire plaisir devient plus important que de trouver du plaisir dans le péché pour nous-mêmes.
- Travaillez au développement de votre maîtrise de soi. Dieu nous a créés avec la capacité d'expérimenter le désir sexuel, mais il nous a aussi donné la responsabilité de gérer ces désirs. Ne remplissez pas votre esprit de choses qui nourrissent ces désirs.

Si vous avez péché dans le domaine sexuel et que vous vouliez faire la paix avec Dieu, vous pouvez prier la prière suivante :

*Dieu, je t'admets que j'ai désobéi à tes commandements quant au sexe. Je te demande de me pardonner mes actions et mon péché. S'il te plaît aide-moi à vivre*

*ma vie d'une manière qui te plaise. Aide-moi à discerner la tentation sexuelle. Donne-moi la force et la sagesse d'éviter les situations qui me tentent à désobéir à tes commandements. Aide-moi à contrôler mes actions. Merci de me pardonner, dans le nom de Jésus je te prie, amen.*

# CHAPITRE 3

## Comprendre et gérer les sources de pression sexuelle



### Points clé

1. Valeurs culturelles et comportement sexuel
2. Les parents en tant que modèles
3. Comprendre les sources de pression sexuelle
4. Reconnaître les avances sexuelles
5. Comment dire NON à la pression sexuelle



### Jeu de rôle

Paul et Thomas venaient juste de quitter la maison d'un ami. Lors de leur visite, ils ont rencontré une femme qu'ils connaissaient lorsqu'ils étaient étudiants ensemble à l'université.

**Paul :** *J'étais surpris de voir Carole ce soir; Je ne l'ai pas vue depuis des années. Elle est aussi sexy qu'elle l'était quand on était étudiants.*

**Thomas :** *C'est vrai; tu l'aimais vraiment quand on était plus jeunes. Je me souviens qu'elle avait refusé de coucher avec toi ! Elle t'avait vraiment mis en colère !*

**Paul :** *Ouais, elle ne me laissait même pas m'approcher d'elle ! Elle m'avait dit qu'elle avait décidé de ne pas avoir de relation sexuelle avant qu'elle soit mariée. Je serais incapable de vivre une relation comme ça.*

**Thomas :** *Pas étonnant qu'elle soit encore célibataire. Elle ne se mariera jamais si elle continue de résister aux hommes de cette façon.*

Après avoir appris ce que Dieu dit sur le sexe, chaque personne doit apprendre à appliquer ces principes à sa vie. Ce chapitre offre aux parents quelques idées pour les aider à parler de la pression sexuelle avec leurs enfants, identifier les diverses sources de pression sexuelle, et apprendre comment gérer la pression qu'ils peuvent ressentir pour avoir des relations sexuelles avant le mariage.

### 1. Valeurs culturelles et comportement sexuel

Dans de nombreuses cultures, les générations précédentes ont grandi avec un système de valeurs qui ne considérait pas qu'il soit approprié pour des adolescents de devenir sexuellement actif avant le mariage. Les relations sexuelles en dehors du mariage étaient interdites par les valeurs culturelles et familiales; l'abstinence des jeunes était une question d'honneur familial. Les parents

n'expliquaient sans doute pas tout sur le sexe, mais ils s'assuraient que leurs enfants suivent les standards sexuels culturellement acceptables.

Dans certains endroits, les attitudes culturelles qui, dans le passé, soulignaient l'importance de l'abstinence et la fidélité n'existent plus ou sont considérées comme vieux jeu. Les valeurs sexuelles traditionnelles ont été remplacées par une mentalité qui encourage les gens à exprimer leur sexualité d'une manière qui soit satisfaisante pour eux en tant qu'individus. Les gens sont plus libres d'expérimenter avec plus de partenaires sexuels, et dans de nombreux cas, ils le font sans prendre de précautions pour se protéger ou protéger leurs partenaires. (Une telle protection inclut l'utilisation de préservatifs pour éviter maladie et grossesse.) Tout ceci a mené à un nombre croissant rapidement de grossesses avant le mariage et d'infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH/SIDA.

Dans certains systèmes de valeurs, l'abstinence avant le mariage et la fidélité après le mariage ne sont pas tellement mises en valeur. Tant que cela respecte les autres paramètres de ce qui est considéré comme bien ou mal, il n'est pas considéré comme déplacé d'être sexuellement actifs avant le mariage, ou d'avoir de multiples partenaires avant et après le mariage. Ces comportements sont acceptés et considérés normaux par les parents, les personnes plus âgées et ceux qui ont une influence sur le groupe ou la société.

## **2. Les parents en tant que modèles**

Les parents ont le privilège unique d'enseigner et de démontrer à leurs enfants les choses dont ils ont besoin afin de vivre des vies saines et productives. Les enfants apprennent ce que sont les relations entre hommes et femmes en regardant leurs parents et d'autres adultes avec lesquels ils sont en contact. Dès leur plus jeune âge, les enfants sont capables d'observer si l'amour et la paix règnent dans la famille. Ils en apprennent beaucoup en observant comment leurs parents se traitent l'un l'autre. Quand les enfants voient leurs parents se traiter avec gentillesse et respect, cela leur procure un sentiment de sécurité ainsi qu'un bon exemple qu'ils pourront suivre dans le futur.

***Les parents ont le privilège unique d'enseigner et de démontrer à leurs enfants les choses dont ils ont besoin afin de vivre des vies saines et productives.***

En revanche, s'il y a colère et violence dans la famille, c'est ce que l'enfant observera. Un garçon qui a vu son père être en colère et méchant envers sa femme peut fort bien devenir un homme qui sera méchant envers les femmes. Si la femme est désagréable et critique envers son mari, l'enfant peut apprendre à suivre le même modèle.

Un enfant est aussi capable de détecter lorsqu'un mari ou une femme est infidèle sexuellement dans un mariage. Lorsqu'un enfant est plus âgé et réalise qu'un parent a été infidèle, il ou elle aura à vivre avec les conséquences qui accompagnent l'infidélité parentale.

Les parents ont la responsabilité de traiter leurs enfants avec respect. Lorsque les enfants sont respectés par leurs parents, ils apprennent qu'ils sont valorisés en tant qu'êtres humains. Ils adoptent dès lors des modes d'interaction sains qu'ils appliqueront à d'autres relations dans leurs vies.

Les enfants qui ne sont pas traités avec respect peuvent ne pas développer la confiance dont ils ont besoin pour se défendre contre les gens qui veulent profiter d'eux. Ils peuvent être plus enclins à s'impliquer dans des relations abusives puisqu'ils n'ont pas appris qu'ils méritent d'être traités respectueusement.

Lorsque les enfants ont été insultés, abusés, ou traités de façon irrespectueuse, ils ne réalisent pas combien Dieu les aime. S'ils ne reconnaissent pas à quel point ils ont de la valeur aux yeux de Dieu en tant qu'individus, il leur sera difficile de comprendre combien leur sexualité a de la valeur aux yeux de Dieu. Malheureusement, cette ignorance peut les mener à prendre des décisions sexuelles malsaines qui auront un impact négatif dans leur vie à bien des niveaux.

### **3. Comprendre les sources de pression sexuelle**

Beaucoup de facteurs influencent le comportement sexuel des jeunes, les poussant à devenir sexuellement actifs. La pression vient de nombreuses sources. Il est important que les jeunes et leurs parents identifient les différentes sources de pression sexuelle. En parlant avec leurs enfants, les parents peuvent les aider à apprendre à gérer ces sources de pression et à prendre de bonnes décisions concernant leur sexualité.

#### **La pression des pairs**

Chaque jour, les jeunes vivent sous la pression de leurs amis et de leurs pairs (personnes du même groupe d'âge) qui veulent qu'ils se comportent d'une certaine façon. Une partie de cette pression est négative et pousse le jeune à faire des choses qui ont des conséquences négatives sur sa vie ou sa santé. Des exemples d'actions négatives peuvent être le fait de désobéir aux parents, de manquer l'école, d'enfreindre aux lois, de fumer, prendre de la drogue, boire de l'alcool, d'avoir des relations sexuelles, etc.

Les enfants peuvent être influencés par des amis qui disent qu'avoir des relations sexuelles est un signe de maturité. Ils se vantent de leurs exploits sexuels et disent avoir eu de nombreux partenaires. Ils font ceci afin que d'autres croient qu'ils sont indépendants et matures, alors qu'en réalité ils ne disent peut-être pas la vérité. Ce genre d'amis met de la pression sur les jeunes pour qu'ils fassent des choses qu'ils n'auraient autrement jamais faites.

## Les drogues et l'alcool

La plupart des parents ne veulent pas que leurs enfants consomment de l'alcool ou de la drogue, et les découragent de fréquenter ceux qui le font. Les parents savent que l'alcool et les drogues affectent la capacité d'une personne à penser clairement et raisonnablement. Ces substances réduisent les inhibitions sexuelles, mènent à un comportement sexuel irresponsable. Si un enfant se lie d'amitié avec des jeunes qui consomment de la drogue et de l'alcool, les parents savent que leurs enfants peuvent souffrir des conséquences négatives à cause de tels actes.

## La pression culturelle

Dans de nombreuses cultures, les garçons adolescents sont encouragés à « devenir des hommes » en ayant des relations sexuelles. Les valeurs culturelles autorisent les garçons, les jeunes hommes, et les hommes adultes à avoir de multiples partenaires sexuels.

Malheureusement, de doubles standards existent dans de nombreux endroits. Les hommes sont encouragés à avoir des relations sexuelles, mais les femmes sont jugées de façon très sévère si elles en ont. Les hommes mettent de la pression sur les filles et les jeunes femmes pour avoir des relations sexuelles, mais d'une façon ou d'une autre, les femmes sont sensées être vierges lorsqu'elles se marient – même si les garçons et les hommes leur ont mis de la pression pour avoir des relations sexuelles.

Bien sûr, dans certains endroits, il n'y a pas de restrictions pour les hommes et les femmes. Les femmes—jeunes et vieilles aussi—peuvent avoir autant de partenaires que leurs homologues masculins. Elles apprennent à flirter avec les hommes et gagnent leur faveur afin d'en tirer ce qu'elles veulent en échange du sexe. Certaines femmes aiment le sexe autant que les hommes et fréquentent donc de nombreux partenaires différents.

Par exemple, dans certaines cultures, les femmes sont sensées prouver qu'elles sont fertiles en ayant un enfant avant qu'elles ne soient mariées. Dans cette situation, lorsque la culture tolère et encourage même un tel comportement, il devient extrêmement difficile de refuser une activité sexuelle avant le mariage. Une jeune femme peut accepter d'avoir une relation sexuelle avec un homme et de devenir enceinte dans l'espoir qu'il l'épousera. Mais trop souvent, après que l'homme a eu ce qu'il voulait, il abandonne la femme et la laisse se débrouiller seule avec son bébé.

## La pression des médias

Les médias sont une des plus puissantes influences sur le comportement dans la société moderne. Les médias (télévision, films, vidéos, musique, Internet, etc.) donnent l'impression que tout le monde a des relations sexuelles. Ce message est devenu accepté comme une partie des valeurs sociales normales. Les médias dé-

peignent les gens sexuellement actifs comme étant populaires et désirables. Mais très rarement les médias montrent-ils comment le sexe en dehors du mariage affecte les gens de façon négative : cœurs brisés, réputations ruinées, grossesses non désirées, infections sexuellement transmissibles et VIH/SIDA.

#### **4. Reconnaître les avances sexuelles**

Quand une personne est confrontée à la pression sexuelle, il peut lui être difficile d'expliquer pourquoi elle ne veut pas avoir de relation sexuelle. Si la personne qui demande le sexe a une personnalité forte et persuasive, il peut être difficile de le lui refuser.

Afin de résister à la pression sexuelle, tout le monde a besoin de savoir comment reconnaître les avances sexuelles. Une avance sexuelle est définie comme des propos ou un acte par lequel quelqu'un communique qu'il est sexuellement intéressé par l'autre personne.

Une avance sexuelle peut prendre plusieurs formes. Parfois elle est très agressive; la personne va droit au but et dit, « Tu es si belle (ou beau) et je suis si attiré(e) par toi. Tu es tout ce à quoi je peux penser; s'il te plaît ne dis pas non » ou, « Je t'aime tellement; j'ai besoin de t'avoir à côté de moi ». Parfois, il ou elle utilise des mouvements physiques agressifs, se rapprochant et touchant le corps de façon agressive.

#### ***Une avance sexuelle peut prendre plusieurs formes.***

Mais il existe aussi des formes plus subtiles d'avances sexuelles. La personne qui fait une avance peut utiliser des mots doux et séduisants pour tester si l'autre personne pourrait être intéressée. Elle peut faire des remarques flatteuses au sujet du caractère ou de l'apparence de la personne, ou bien initier une conversation sur un sujet qu'elle pense être un sujet d'intérêt pour l'autre personne. Petit à petit, l'agresseur se rapproche un peu plus que ce qui est normalement acceptable, et peut essayer de toucher l'autre personne d'une façon qui ne paraît tout simplement pas correcte.

Si quelqu'un n'a pas beaucoup d'expérience avec le sexe opposé ou s'il est naïf, il peut lui être plus délicat d'identifier ou de reconnaître des avances sexuelles. Mais la personne qui fait l'avance, quel que soit le niveau d'agressivité ou de subtilité, est délibérément en train d'envoyer des signaux qui indiquent qu'elle veut avoir une relation sexuelle. Si quelqu'un soupçonne qu'il détecte ces signaux mais n'en est pas tout à fait certain, il est important qu'il fasse confiance à son intuition qui a déclenché ce signal d'alarme. Il est facile pour une personne sexuellement manipulatrice de faire en sorte qu'une personne sexuellement naïve se sente intimidée. Personne ne devrait laisser qui que ce soit profiter de lui ou d'elle.

## 5. Comment dire **NON** à la pression sexuelle

Lorsque deux personnes se respectent, un simple « non » devrait suffire pour communiquer leur désir de ne pas aller plus loin. Malheureusement, la personne peut ne pas respecter le désir de l'autre de ne pas s'impliquer sexuellement. Elle mettra alors une pression énorme sur elle pour qu'elle cède même quand elle a clairement fait part de son refus.

Après que quelqu'un a pris la décision de ne pas être sexuellement actif avant le mariage, il peut être nécessaire de communiquer cette décision aux autres. N'importe qui peut apprendre à dire « non » aux relations sexuelles. Les sections suivantes donnent quelques idées quant à la façon de gérer la pression sexuelle.

### Dire “NON” avec les mots

Après avoir décidé de ne pas avoir de relations sexuelles, une personne peut encore se retrouver dans une situation de pression à s'impliquer sexuellement. Dans ce cas, il lui faut communiquer de façon claire et ferme à la personne qui fait l'avance que cette décision est finale.

- Soyez confiant ! Dites “Non” d'une voix ferme. Après avoir dit non, ne restez pas en la présence de cette personne. Si vous restez, la personne peut ne pas croire que vous êtes sérieux(se) quant à votre décision ou penser que vous changerez peut-être d'avis. Vous n'avez pas besoin d'expliquer pourquoi vous avez décidé de ne pas avoir de relation sexuelle ou pourquoi vous partez. Partez, un point, c'est tout!
- Si il ou elle essaie de vous suivre ou de vous forcer à rester, il vous sera peut-être nécessaire d'élever la voix et de dire « NON! » encore une fois. Ne soyez pas embarrassé d'élever la voix ou d'appeler à l'aide.

### Dire “NON” avec le langage corporel

Il existe de nombreuses façons de communiquer une décision, et l'utilisation des mots n'en est qu'une. Le langage corporel est une autre forme de communication. Il est défini comme une forme de communication « non verbale », utilisant des expressions faciales, la position du corps ou le mouvement pour communiquer autrement qu'avec des mots – ou en plus de ces derniers. Une personne devrait toujours être consciente de ce que son langage corporel communique aux personnes du sexe opposé.

Certaines manières de bouger le corps expriment des intentions sexuelles – le fait que quelqu'un veuille ou ne veuille pas avoir de relation sexuelle. Considérez l'exemple de langage corporel suivant entre un homme et une femme :

*Une jeune femme est assise sur un banc. Un homme vient pour lui parler, et se tient juste à côté d'elle. Après quelques minutes, il s'assoit à côté d'elle. Bientôt il se rapproche, et sa jambe la touche.*

*Alors qu'il lui parle, il lui touche légèrement le bras plusieurs fois avec sa main. Après une courte période, il se penche plus près d'elle, et glisse son bras autour de sa taille. Il la flatte, la complimente, lui dit qu'elle est ravissante aujourd'hui, et que ses cheveux sentent si bon.*

*Il y a longtemps de cela, cette jeune femme avait décidé qu'elle ne voulait pas avoir de relation sexuelle avant qu'elle ne soit mariée. Mais maintenant, elle se retrouve avec un homme qui lui fait une avance sexuelle, même s'il ne le dit pas avec des mots.*



### **Questions**

- Que devrait-elle faire dès qu'il s'assoit?
- Que devrait-elle faire lorsqu'elle commence à se sentir mal-à-l'aise?
- Que devrait-elle dire à l'homme s'il essaie de la convaincre qu'il ne tente pas d'être intime avec elle?

# CHAPITRE 4

## Enseignement spécifique à l'âge sur le développement sexuel et la reproduction



### Points clé

1. Définition de la jeunesse, l'enfance et l'adolescence
2. L'adolescence : Le voyage de l'enfance vers la maturité sexuelle
3. Parler aux enfants du développement sexuel et de la reproduction
4. Enseignement spécifique pour les enfants de 5 à 8 ans
5. Enseignement spécifique pour les enfants de 9 à 11 ans
6. Enseignement spécifique pour les enfants de 12 ans et plus

### 1. Définition de la jeunesse, l'enfance et l'adolescence

Autour du monde, le terme « jeunesse » fait généralement référence à une période de la vie qui est distincte de l'enfance comme de l'âge adulte. Les limites d'âge qui définissent la jeunesse varient selon les cultures.

Les Nations Unies définissent la jeunesse comme la tranche d'âge allant de 15 à 24 ans. Selon cette même définition, les enfants sont donc âgés de moins de 14 ans (Nations Unies, 2009). Le terme jeunesse peut également permettre de faire la distinction entre les adolescents (13-19) et les jeunes adultes (20-24), puisque ces deux groupes font face à des problèmes différents de la vie (Nations Unies, 2009).

L'adolescence est une période de la vie d'un enfant qui va de la puberté à la maturité sexuelle. Selon les enfants, la puberté commence au plus tôt à l'âge de 10 ans et peut aller jusqu'à l'âge de 16 ans. Pendant la puberté, le corps d'un enfant devient mature et adulte, et donc capable de reproduction sexuelle.

### 2. L'adolescence : Le voyage de l'enfance vers la maturité sexuelle

Pendant l'adolescence, les enfants grandissent émotionnellement, physiquement et sexuellement. Émotionnellement, ils expérimentent de nombreux sentiments en devenant indépendants de leurs parents. Ce temps est stressant pour les enfants comme pour les parents. Les enfants peuvent douter de ce que leur disent leurs parents et penser que leurs propres solutions aux problèmes de la vie sont meilleures que les leurs. Ils peuvent croire que leurs parents n'étaient pas justes lorsqu'ils ont fixé des règles et se rebeller contre l'autorité parentale.

Alors que les corps des adolescents deviennent sexuellement matures, ils deviennent de plus en plus conscients de leur sexualité et commencent à connaître

le désir sexuel. Ces sentiments peuvent les attirer vers des gens qu'ils trouvent attractifs sexuellement. L'attraction sexuelle est difficile à définir, mais pourtant elle est parfois décrite en disant que l'on « clique avec une autre personne » ou qu'il existe un sentiment de « chimie sexuelle. »

Il est normal et naturel pour les adolescents d'expérimenter le désir sexuel. Il n'y a vraiment pas de raison qu'ils en aient honte car cela fait partie de la conception de Dieu. Toutefois, si les parents ne leur apprennent pas comment gérer ces désirs sexuels, les enfants suivront les exemples qui se trouvent autour d'eux (amis, médias, etc.), et les parents n'ont que peu de contrôle sur ces influences. Ceci est une raison majeure d'aider les adolescents à comprendre les changements qui se produisent dans leur corps, ainsi que leurs désirs et sentiments changeants.

***Il est normal et naturel pour les adolescents d'expérimenter le désir sexuel. Il n'y a vraiment pas de raison qu'ils en aient honte car cela fait partie de la conception de Dieu.***

Dans la société en général, il existe souvent une certaine controverse pour déterminer si un adolescent devrait attendre d'être adulte et marié pour avoir des relations sexuelles. De nombreuses personnes—y compris des éducateurs et des parents—croient que si un jeune décide de son plein gré d'avoir des relations sexuelles, et utilise les méthodes appropriées contre la grossesse et les infections sexuellement transmissibles, il ou elle a le droit de commencer à avoir des relations sexuelles.

Cette leçon, toutefois, soutient fermement que le plan de Dieu est que les relations sexuelles sont réservées à l'homme et la femme dans le cadre du mariage. Lorsque les enfants sont instruits dans ce sens quant à la sexualité, ils seront mieux à même de décider comment se comporter lorsqu'ils commenceront à expérimenter le désir sexuel. C'est pourquoi il est si important que les parents (ou la personne responsable de l'éducation d'un enfant) aient une communication claire et ouverte avec lui au sujet de la sexualité et des changements que vit un enfant dans son corps.

### ***3. Parler aux enfants du développement sexuel et de la reproduction***

Le reste de ce chapitre est un simple guide, créé avec l'intention d'aider les parents ou gardiens à parler avec leurs enfants du développement sexuel et de la reproduction. Les informations qu'un enfant devrait acquérir peuvent être réparties en trois catégories. Ce chapitre prend en compte trois groupes d'âges : Ces enfants de 5 à 8 ans, de 9 à 11 ans, et de 12 ans et plus. Ces groupes sont très

larges et chaque parent devrait utiliser son propre jugement lorsqu'il décide des données qu'il veut partager avec son enfant.

Même si les enfants ont peut-être acquis des informations au sujet de la sexualité, celles-ci s'avèrent souvent incorrectes. Les parents (ou gardiens) devraient prendre en compte que les enfants ont peut-être développé de fausses idées sur le développement sexuel et la reproduction qui ont besoin d'être corrigées.

Un parent ou gardien a besoin d'utiliser son propre jugement lorsqu'il décide combien d'informations il doit partager avec un enfant sur le développement sexuel et la reproduction. Il devrait répondre honnêtement à toute question posée par l'enfant, sans être embarrassé ou critiquer l'enfant en lui reprochant d'être trop curieux. Un parent ou gardien doit éviter à tout prix de donner de fausses réponses dans le but de cacher la vérité qu'il se sent trop embarrassé d'expliquer.

Une telle instruction devrait prendre place naturellement, et devrait idéalement être présentée en réponse à des questions que pose l'enfant. Un parent peut donner à l'enfant du matériel éducatif de bonne qualité qu'il a visionné au préalable (tel qu'un livre ou une vidéo) pour faciliter la discussion et donner des informations supplémentaires.

Dès que cela est possible, il est bon qu'un homme discute de ce sujet avec un garçon, et qu'une femme discute de ce sujet avec une fille. Si ceci n'est pas possible, l'enfant a tout de même besoin d'entendre cette information d'un parent ou gardien qui se préoccupe du bien-être de l'enfant.

***Il n'est jamais trop tôt pour que les parents partagent leurs valeurs et leurs convictions avec leurs enfants.***

Alors que ce chapitre donne quelques idées quant à la façon de parler de l'aspect biologique du développement sexuel, il donne aussi au parent ou gardien une opportunité de partager ses convictions personnelles sur le sujet. Par exemple, quand le sujet du développement sexuel est abordé, un parent peut dire à un enfant que les sentiments qu'il va vivre sont normaux et naturels, mais que Dieu nous a créés avec l'intention que nous attendions d'être mariés pour exprimer ces sentiments. Lorsque le sujet est la conception, partagez le fait que Dieu a créé cette relation sexuelle spéciale pour qu'elle soit partagée entre un homme et une femme dans le mariage. Il n'est jamais trop tôt pour que les parents partagent leurs valeurs et leurs convictions avec leurs enfants.

#### ***4. Enseignement spécifique pour les enfants de 5 à 8 ans***

Les enfants se forgent des idées sur le monde en observant leur environnement. Ils s'instruisent sur le sexe de façons parfois subtiles et d'autres fois plus ouvertes. Ils entendent les amis, les enfants à l'école, les gens dans la rue ou ceux qui sont chez eux en parler. Ils peuvent être exposés à des messages sexualisés à

la télévision, dans les films, sur Internet, dans les livres et les magazines, dans la musique, etc.

De 5 à 8 ans, même si les enfants ont été exposés aux idées de sexe, la plupart ne comprennent pas sa nature ou son utilité. Dans certaines parties du monde, surtout dans les zones rurales, les enfants peuvent voir des animaux ou des oiseaux se reproduire. Ils peuvent savoir que les bébés sont le résultat de cette activité. Mais à cet âge, la plupart des enfants ne la personnalisent pas ou ne pensent pas qu'il s'agisse de quelque chose qu'ils devraient faire. Ils n'ont sûrement pas réalisé que les adultes font cela pour le plaisir.

Voici quelques idées pour discuter de la sexualité avec de jeunes enfants entre 5 et 8 ans, basées sur les premiers chapitres du livre de la Genèse dans la Bible :

- Dieu a créé chacun d'entre nous à son image. Chaque personne—homme, femme, garçon et fille—a été créée à son image, et a une grande valeur aux yeux de Dieu.
- Dieu a créé homme et femme. Les différences entre un homme et une femme sont bonnes. Nous devons respecter ces différences.
- Un homme et une femme diffèrent l'un de l'autre, mais sont égaux. L'homme n'est pas supérieur à la femme, et la femme n'est pas supérieure à l'homme.
- Dieu a donné à l'homme et la femme la capacité d'avoir des enfants. Il a donné aux adultes des règles à ce sujet, et nous devrions les respecter. Il veut que l'homme et la femme se marient avant d'avoir des enfants.
- Dieu a créé nos corps. Il a créé nos organes sexuels. Nos corps sont bons car Dieu a créé nos corps, et nous devons les respecter.
- Nos organes sexuels sont privés et personne ne devrait les toucher excepté notre mari ou notre femme une fois mariés.
- Un garçon ne devrait jamais toucher les parties privées d'une fille, ou permettre à une fille de toucher les siennes. Une fille ne devrait pas toucher les parties privées d'un garçon, ni permettre à un homme ou un garçon de toucher les siennes.

L'abus sexuel d'enfants est quelque chose qui arrive partout dans le monde. Un parent ou gardien peut aider l'enfant à comprendre les différences entre les « bons touchers » et les « mauvais touchers. » Les exemples suivants peuvent être utilisés.

Il y a de « bons touchers » et des « mauvais touchers ». Un mauvais toucher est celui qui nous met mal à l'aise. Si une personne nous touche de cette façon, nous devons le dire à un adulte à qui nous faisons confiance. Un « bon toucher » est quand une mère ou un père ou quelqu'un qu'on aime et à qui on fait confiance nous donne des câlins ou nous tient proche de lui. Il nous fait nous sentir bien. Si quelqu'un te touche d'une façon qui te met mal à l'aise, éloigne-toi de cette personne ! S'il te blesse, ou te fait te sentir mal, dis à quelqu'un à qui tu fais confiance ce qu'il t'a fait.

## 5. Enseignement spécifique pour les enfants de 9 à 11 ans

Ceci est un bon âge pour que les parents commencent à parler à leurs enfants des changements physiques généraux qui viendront avec l'adolescence. Si un enfant est préparé à ces changements, il sera moins confus au sujet de ce qui se passe et sera mieux préparé à y faire face. Lorsque les parents sont prêts à discuter de ces problèmes, l'enfant apprend qu'il peut aller vers ses parents avec des questions au sujet du sexe, plutôt que se tourner vers ses amis ou une connaissance glanée dans la rue.

Dans ce groupe d'âges de nombreux enfants ont déjà développé des idées à propos du sexe. Ils peuvent savoir qu'il s'agit de quelque chose que les gens font pour le plaisir, mais ils n'en comprennent peut-être pas les détails. Ils sont peut-être curieux d'en apprendre plus, mais se sentent trop embarrassés pour en parler ou poser des questions.

### Développement sexuel : Changements dans le corps et les organes sexuels

Il est normal que les changements liés au développement commencent à différents âges pour les garçons et les filles. Les filles commencent habituellement à se développer à un âge plus jeune que les garçons, et elles se développent plus rapidement que les garçons. Certaines filles se développent à un âge plus jeune que d'autres filles; la même chose est vraie des garçons. Expliquez que tout le monde se développe à une vitesse différente et qu'il n'y a pas de quoi s'inquiéter si ces changements commencent à un âge plus jeune ou plus avancé.

Ci-dessous, vous trouverez une liste des changements qui se produisent dans le corps d'un garçon adolescent, normalement entre les âges de 11 et 15 ans :

- Le corps du garçon devient plus large; il prend du poids et du muscle.
- Sa voix commence à changer – au début elle peut être plus aiguë et produire des sons de crissements incontrôlables, mais éventuellement elle prendra un son plus grave.
- Il peut avoir des boutons sur son visage, son cou, sa poitrine et son dos.
- Des poils commenceront à pousser au-dessus de ses lèvres et sur son menton qui deviendront une moustache et une barbe.
- Des poils commenceront à pousser autour de ses organes sexuels (la zone pubienne) et sous ses aisselles.
- Les organes sexuels d'un garçon (son pénis et son scrotum qui contiennent les testicules) deviendront plus grands.
- Lorsque un adolescent a entre 11 et 15 ans, il remarquera que parfois son pénis deviendra dur et droit. Ceci s'appelle une érection. Une érection peut être accompagnée d'une décharge d'un fluide épais et blanc qui sort de son pénis. Ceci se produit souvent la nuit, et s'appelle une éjaculation nocturne. C'est normal et ne devrait pas effrayer ou embarrasser le garçon.

Les changements qui se produisent dans le corps d'une fille adolescente, généralement entre les âges de 10 et 16 ans, sont les suivants :

- Le corps entier de la fille grandira, elle prendra du poids et des rondeurs.
- Ses seins vont commencer à se développer, poussant lentement au début mais devenant plus gros en prenant de l'âge.
- La fille remarquera aussi des poils qui poussent dans la zone au dessus de son organe sexuel (la zone pubienne), et des poils commenceront à pousser sous ses aisselles.
- Elle peut avoir des boutons sur son visage, son cou, sa poitrine et son dos.
- Quand une fille adolescente a entre l'âge de 10 et 16 ans, (habituellement entre 12 et 14 ans) elle commencera à avoir ses règles ou période menstruelle, c'est-à-dire qu'elle aura des pertes de sang au niveau du vagin.
- La période menstruelle se produit généralement tous les 28 jours, même s'il n'est pas rare de voir des périodes plus courtes ou plus longues chez certaines jeunes femmes. La période menstruelle dure habituellement de 2 à 7 jours.
- Il n'est pas rare que les seins de la jeune femme lui fassent mal une semaine avant que ses règles ne commencent, et elle aura souvent des douleurs dans la partie inférieure de son abdomen et son dos durant sa période. (Deux aspirines ou ibuprofènes toutes les quatre heures peuvent aider à réduire la douleur menstruelle). Ce cycle de 28 jours est appelé le cycle menstruel.
- Le cycle menstruel prépare le corps d'une femme à la grossesse. Si une jeune femme qui a commencé ses cycles menstruels a une relation sexuelle avec un homme (qu'il soit jeune ou vieux), elle pourrait devenir enceinte. Si elle n'a pas ses règles durant le mois ou les deux mois qui suivent la relation sexuelle, elle est peut-être enceinte.

### **La création d'un nouveau bébé : conception, grossesse et naissance**

Cette section décrit les aspects spécifiques de la sexualité et de la reproduction qu'un parent ou gardien peut souhaiter partager avec un enfant de ce groupe d'âge. Il est essentiel de considérer la maturité physique et émotionnelle de l'enfant lorsqu'on décide ce que l'on peut partager. Les parents devraient être certains de comprendre ce que veut savoir l'enfant. Il y a un risque de surplus d'informations s'ils ne suivent pas le rythme en fonction de la curiosité et des questions de leurs enfants.

- *Conception:* La conception a lieu lorsqu'un père et une mère ont une relation sexuelle, et que le sperme du père rejoint l'œuf (aussi appelé ovule) de la mère. L'union du sperme et de l'œuf, qui se nomme aussi la fertilisation de l'œuf, est le début d'une nouvelle vie.
  - o Si l'enfant est curieux, expliquez que la cellule du sperme est comme une graine qui est produite dans l'organe sexuel (le testicule) de l'homme. La femme a aussi des petits, petits œufs à l'intérieur de son

corps, à l'intérieur de ses organes sexuels (les ovaires). Si la graine de l'homme rencontre l'œuf de la femme, il peut se joindre à lui. Un nouveau bébé commencera à grandir dans le corps de la mère (dans l'utérus) après que le sperme s'est joint à l'œuf.

- o L'enfant peut demander comment le sperme rencontre l'œuf. L'acte de la relation sexuelle peut être expliqué en disant que le père et la mère se couchent ensemble sans leurs habits. Le père insère son pénis durci dans le vagin de la mère, et ses sécrétions sexuelles entrent dans le vagin de la femme. Ceci est souvent suffisant pour satisfaire la curiosité de l'enfant. (La section pour les enfants de 12 ans et plus propose davantage d'idées sur la manière d'expliquer l'acte de la relation sexuelle.)
- *Grossesse* : Le bébé nouvellement créé grandira à l'intérieur du corps de sa mère, dans un organe spécial de son abdomen (l'utérus). Quand un bébé grandit dans son corps, on dit que la femme est enceinte. Le bébé grandira normalement neuf mois avant de sortir. La mère doit prendre grand soin de son corps durant ce temps, pour que le bébé devienne fort et soit en bonne santé.
- *Naissance* : Lorsque le nouveau bébé est complètement développé, il est prêt à sortir du corps de sa mère. C'est ce qu'on appelle la naissance ou l'accouchement. La mère saura que le bébé est prêt à naître quand elle commencera à ressentir de fortes douleurs dans son abdomen. Ceci s'appelle « entrer en travail ». Les douleurs du travail durent habituellement plusieurs heures jusqu'à ce que le bébé sorte. Quand le travail commence, la mère doit aller à l'hôpital ou à la clinique, où alors une sage-femme ou autre personnel médical qualifié viendra à la maison.

Un enfant peut se demander comment le bébé sort du corps de la mère. Expliquez que le bébé sort par un passage qui s'appelle le vagin, qui s'étire durant la naissance et permet au bébé de passer. Après la naissance du bébé, il retourne à sa taille normale. Il en est de même de l'utérus, qui retourne à sa taille normale une fois que le bébé est né.

## **6. Enseignement spécifique pour les enfants de 12 ans et plus**

À cet âge, la plupart des enfants ont - ou auront bientôt - commencé la période que l'on appelle l'adolescence. Pendant l'adolescence, les corps des enfants changent, leurs organes sexuels se développent et ils peuvent commencer à ressentir le désir sexuel. Si les parents n'ont pas encore parlé à l'enfant de ces sujets, ils devraient commencer avec les informations dont il est mentionné plus haut pour les enfants qui ont entre 9 et 11 ans.

## Le cycle reproductif

- *Les jeunes femmes et la reproduction* : Environ à mi-chemin dans son cycle menstruel (approximativement 15 jours avant sa prochaine période menstruelle), les hormones dans le corps de la jeune femme poussent un de ces ovaires à créer un ovule, la cellule reproductrice féminine. Habituellement il n'y a qu'un seul ovule libéré par mois. Il voyage lentement le long d'une des trompes de Fallope jusque dans son utérus. Ce processus par lequel l'ovule se déplace le long des trompes de Fallope s'appelle l'« ovulation ». L'ovule met de 12 à 24 heures pour atteindre l'utérus.
- *Les jeunes hommes et la reproduction* : Un an ou deux après sa première éjaculation nocturne, les hormones du corps du jeune homme provoquent la production du sperme par les testicules. Ceci commence normalement autour de l'âge de 14 ans, résultat de changements hormonaux intenses dans son corps. Le sperme est la cellule reproductrice masculine. Les spermatozoïdes sont contenus dans le sperme, le fluide qui s'échappe énergiquement du pénis lors de relations sexuelles (éjaculation).

## Relation sexuelle et grossesse

La relation sexuelle est l'acte de l'insertion du pénis en érection par un homme dans le vagin d'une femme. Ceci a été créé par Dieu pour apporter du plaisir à l'homme et à la femme. Lors de la relation, alors que le pénis en érection dans le vagin de la femme, il éjacule du sperme, contenant des millions de spermatozoïdes dans le col de l'utérus. Le sperme voyage du col de l'utérus aux trompes de Fallope. Il met de une à douze heures pour atteindre les trompes de Fallope. Le long du chemin, des millions de spermatozoïdes vont mourir ou se faire piéger. Au bout du compte, seulement quelques douzaines arriveront jusqu'aux trompes de Fallope.

Si la femme est en ovulation lorsque les spermatozoïdes atteignent les trompes de Fallope, ils rencontreront l'ovule dans les trompes. Si les conditions sont favorables et qu'un des spermatozoïdes parvient à pénétrer l'ovule, la fertilisation de l'ovule a lieu. Toutes les caractéristiques génétiques qui constituent un nouvel être humain, y compris le sexe du bébé, sont déterminées au moment où l'ovule et le sperme se combinent.

L'ovule récemment fertilisé continue de descendre le long de la trompe jusque dans l'utérus, où il devient implanté dans les parois de l'utérus dans les 24 heures. L'ovule fertilisé commence immédiatement à se développer en un nouveau bébé, entouré et nourri par le placenta. Après l'implantation, la femme n'aura plus de cycle menstruel jusqu'à ce que le bébé ne soit né.

Pour les premières huit semaines, l'ovule fertilisé s'appelle un embryon. Après huit semaines jusqu'à la naissance, on l'appelle un fœtus. Le processus du développement depuis la fertilisation à la naissance prend neuf mois. Après neuf mois de gestation, le bébé sera complètement développé et prêt à venir au monde.

### **grossesse ectopique**

Une grossesse ectopique a lieu lorsque l'ovule récemment fertilisé ne se fixe pas aux parois de l'utérus. Il n'y a aucun moyen de sauver une grossesse ectopique, car l'embryon ne grandit pas dans l'utérus. Il s'agit d'une condition dangereuse pour la vie de la mère qui doit recevoir de l'aide médicale.

***Une grossesse ectopique a lieu lorsque l'ovule récemment fertilisé ne se fixe pas aux parois de l'utérus.***

Les jumeaux sont conçus de deux façons distinctes. D'abord, ils sont conçus lorsque deux ovules sont libérés et fertilisés par deux spermatozoïdes différents et sont nourris par deux placentas différents (jumeaux fraternels). Deuxièmement, les jumeaux peuvent aussi être formés quand un ovule est fertilisé et se sépare ensuite en deux embryons (jumeaux identiques).

### **Les symptômes de la grossesse**

Si une femme n'a pas son cycle menstruel pendant un ou deux mois après avoir eu une relation sexuelle, cela pourrait signifier qu'elle est enceinte. Une femme enceinte n'aura pas ses règles de nouveau jusqu'à ce que le bébé naisse car le bébé qui grandit dans l'utérus l'empêche d'avoir ses menstruations.

Autres symptômes d'une grossesse :

- Seins gonflés et tendres
- Fatigue et épuisement
- Nausées et vomissements (le matin et parfois au cours de la journée et de la nuit)
- Douleurs au dos
- Maux de tête
- Besoin fréquent d'uriner

Les symptômes de grossesse sont différents pour toutes les femmes. Pour certaines, les symptômes prennent place quelques semaines après la fertilisation. Pour d'autres, ils peuvent se développer au fil des semaines. Pour d'autres encore, les symptômes peuvent durer des mois.

Si une femme pense qu'elle est enceinte, elle se doit d'aller voir un docteur, une infirmière, ou une sage-femme. Les tests de laboratoire peuvent confirmer qu'elle est enceinte. Dans certaines parties du monde, les femmes n'ont pas accès aux tests de laboratoire. Les femmes soupçonnent qu'elles sont enceintes simplement en observant les changements dans leurs corps. Dans tous les cas, une femme enceinte doit consulter du personnel médical afin de s'assurer une bonne grossesse et une naissance dans de bonnes conditions pour la mère et le bébé.

***Si une femme pense qu'elle est enceinte, elle se doit d'aller voir un docteur, une infirmière, ou une sage-femme.***

### **La césarienne**

La césarienne est une méthode de naissance chirurgicale. Le bébé est mis au monde par une incision chirurgicale dans l'abdomen et l'utérus de la mère. Ceci permet au bébé de naître sans complications dans des situations où une naissance vaginale est risquée pour la mère ou le bébé.

### **La sexualité protégée : contraception et préservatifs**

Lorsque les jeunes sont armés de bonnes informations et du soutien de leur famille, ils sont capables de prendre la décision de s'abstenir de rapports sexuels avant le mariage. Toutefois, chacun doit prendre sa propre décision en son âme et conscience.

Pour des raisons multiples et diverses, certains adolescents décideront qu'ils ne veulent pas s'abstenir de sexe. Ils peuvent se rebeller contre tout ce que leurs parents leur ont appris, ce qui les fera souffrir profondément car ils veulent ce qu'il y a de mieux pour leurs enfants. De ce fait, certains parents ont du mal à reconnaître et à admettre que leurs enfants soient actifs sexuellement.

Certains parents ne veulent pas parler à leurs enfants de l'importance de rapports sexuels protégés. C'est une décision que tout parent doit prendre, basée sur ses expériences et ses convictions. Toutefois, en considérant les risques innombrables des rapports sexuels non protégés—grossesses non désirées, VIH et autres infections sexuellement transmissibles—les parents sont encouragés à parler de la contraception et des rapports sexuels protégés avec leurs enfants. Cela pourra contribuer à protéger ces jeunes des effets dévastateurs des rapports non protégés. Ces informations peuvent être trouvées dans vos cliniques locales et souvent dans les centres de santé scolaires. Il en est également question dans le cinquième chapitre de ce module.

# CHAPITRE 5

## Infections sexuellement transmissibles



### Points clé

1. Que sont les infections sexuellement transmissibles?
2. Transmission
3. Types d'infections sexuellement transmissibles
4. Dépistage
5. Prévention
6. Quelques faits sur le préservatif

### 1. Que sont les infections sexuellement transmissibles?

Les infections sexuellement transmissibles (IST) se transmettent d'une personne à l'autre par contact sexuel intime. On les nomme également maladies sexuellement transmissibles (MST). Le terme IST est utilisé tout au long de ce manuel.

Il existe environ 25 IST différentes, causées par un nombre de microbes différents. Cette leçon énumère onze des infections les plus connues dans le monde.

#### Qui est à risque par rapport aux IST?

La seule véritable relation sexuelle sécuritaire est celle entre deux personnes qui n'ont jamais eu de relation sexuelle avec d'autres partenaires. En dehors de ce contexte, toute activité sexuelle comporte un risque d'exposition à une IST.

Quiconque a un contact sexuel intime avec un partenaire qui a une IST peut être contaminé. Pourtant de nombreuses personnes qui sont contaminées par des IST sont asymptomatiques; elles n'expérimentent aucun symptôme qui indique une infection. Même s'il n'y a pas de symptômes, l'IST peut être transmise à un partenaire sexuel. Certaines personnes peuvent avoir des symptômes, mais ne les remarquent pas.

Il est possible d'avoir plus d'une IST à la fois. Une personne qui a déjà une infection devrait être analysée pour d'autres infections. Si quelqu'un qui a une IST reçoit un traitement mais que son partenaire sexuel ne le fait pas, il y a un risque sérieux de réinfection.

Il est possible d'être contaminé avec certaines IST pendant des années sans qu'elles ne montrent quelque symptôme que ce soit. Un mari ou une femme peut avoir été contaminé avant de se marier, et manifester des symptômes après le mariage. Le fait d'avoir des symptômes d'une IST ne signifie pas qu'il ou elle a été infidèle à son conjoint.

## 2. Transmission

Le mot transmission signifie la propagation d'un organisme causant l'infection (appelé microbe) d'une personne à l'autre. Une infection a lieu lorsque les microbes envahissent le corps d'une personne. Les microbes sont la cause des symptômes qui sont associés à chacune de ces infections.

Les microbes qui apportent les IST sont transmis par l'activité sexuelle. L'activité sexuelle implique l'exposition aux sécrétions sexuelles d'un partenaire et un contact peau à peau avec la peau et la muqueuse des organes génitaux, la bouche et le rectum.

Les activités sexuelles à haut risque sont la relation vaginale (le pénis pénètre le vagin), la relation anale (le pénis pénètre l'anus) et le sexe oral (lorsqu'on embrasse ou stimule les parties génitales d'un partenaire avec la langue ou la bouche). D'autres formes de contact sexuel (attouchements, baisers profonds avec la langue et masturbation mutuelle) peuvent aussi transmettre certaines IST, même si les chances sont plutôt minimes.

***Les activités sexuelles à haut risque sont la relation vaginale, la relation anale, et le sexe oral.***

### Transmission par sécrétions ou contact direct

Les microbes qui provoquent les IST se transmettent entre partenaires sexuels par le contact de sécrétions sexuelles et/ou par le contact avec la peau contaminée ou les ulcères.

#### 1. Transmission par sécrétions sexuelles contaminées

- Les IST se transmettent lorsque des sécrétions sexuelles sont mises en contact avec des surfaces muqueuses (organes sexuels masculin et féminin, anus et bouche) d'un partenaire sexuel.
- La transmission d'IST se faisant par sécrétions contaminées peut être réduite par l'utilisation correcte et régulière de préservatifs. Les préservatifs couvrent le pénis et empêchent l'échange de fluides entre les partenaires (Centers for Disease Control, 2009).

#### 2. Transmission par contact de peau à peau

- Les IST peuvent se propager par le contact direct entre peaux contaminées, les plaies ou les ulcères.
- Les préservatifs ne couvrent pas toutes les zones de peau contaminée, de plaies et d'ulcères. De ce fait, ils ne peuvent offrir une protection fiable contre ces types d'IST (Centers for Disease Control, 2009).

Le sujet des préservatifs est abordé plus en détail à la fin de ce chapitre. Il est important de savoir que les préservatifs ne sont pas efficaces à 100% dans la prévention des IST.

### 3. Types d'IST

Cette section examine quelques-unes des IST les plus communes et leurs symptômes, complications, diagnostics et traitements. La prévention sera le sujet de la section 5.

Les IST sont provoquées par divers types de microbes qui amènent l'infection, y compris les bactéries, les virus, les protozoaires et les parasites. Ils sont traités selon le type de microbe causant l'infection. Certaines peuvent être entièrement guéries avec des antibiotiques et autres médicaments; d'autres ne peuvent être guéries, mais les symptômes peuvent être traités et contrôlés. Dans certains cas, les microbes qui apportent les IST deviennent résistants aux traitements traditionnels. Ceci les rend de plus en plus difficiles à traiter.

- Les IST bactériennes peuvent souvent être traitées avec un traitement antibiotique si la personne est traitée peu après l'infection.
- La plupart des IST virales ne peuvent être guéries, mais les symptômes peuvent être traités et contrôlés avec des médicaments.
- Les infections protozoaires peuvent être guéries avec des médicaments.
- Les parasites peuvent être guéris avec des lotions pour la peau et des shampoings.

La plupart des IST peuvent être transmises à un partenaire sexuel même s'il n'y a pas de symptômes !

#### 3.1 IST Causées par la bactérie

- **Le chancre mou** (*Haemophilus ducreyi*)

**Symptômes** : Le chancre mou est une infection de la peau génitale qui se propage au contact d'ulcères contaminés. Les premiers symptômes sont des bosses sensibles qui deviennent des ulcères très douloureux et peu profonds trois à dix jours après l'infection. La taille des ulcères varie; au fur et à mesure qu'ils grandissent, ils se fusionnent pour former un seul ulcère important. Il y a souvent une sensibilité et un gonflement des ganglions lymphatiques dans l'aîne.

- Symptômes spécifiques chez les femmes : Les ulcères apparaissent sur la vulve à l'entrée du vagin.
- Symptômes spécifiques chez les hommes : Les ulcères apparaissent sur le pénis et/ou le scrotum.

**Diagnostic :** Du personnel médical expérimenté peut faire un diagnostic du chancre mou en observant les ulcères. Une analyse en laboratoire faite avec le pus provenant de l'ulcère confirmera le diagnostic.

**Traitement :** Le chancre mou est habituellement guéri par un traitement aux antibiotiques.

Deux autres IST courantes (syphilis et herpès) causent aussi des ulcères.

- **Chlamydia** (*Chlamydia trachomatis*)

**Symptômes :** La chlamydia contamine la voie urinaire de la femme comme de l'homme; elle est une de plusieurs bactéries qui provoquent l'urétrite (inflammation et infection de l'urètre). Elle peut aussi contaminer d'autres organes, y compris le col de l'utérus chez les femmes et les testicules chez les hommes. Elle se propage par le contact avec des sécrétions sexuelles contaminées.

La chlamydia commence à déclencher des symptômes d'urétrite une à trois semaines après l'infection. Même si de nombreuses bactéries différentes sont la cause de l'urétrite, les symptômes sont similaires :

- Symptômes spécifiques chez les femmes : la chlamydia ne produit pas toujours de symptômes reconnaissables chez les femmes – une femme peut être contaminée mais ne pas le réaliser. Le symptôme le plus commun comporte une sécrétion vaginale légère, une douleur brûlante lorsqu'elle urine, le besoin fréquent et urgent d'uriner, des relations sexuelles douloureuses, ainsi que de la douleur pelvienne.
- Symptômes spécifiques chez les hommes : Les symptômes chez les hommes commencent habituellement avec une sensation de brûlure lors de la miction, et une sécrétion venant du pénis claire et jaune, remplie de pus. Il peut y avoir une sensation de lourdeur dans les testicules, un petit gonflement dur en bas du testicule, et une inflammation scrotale.

**Complications chez les femmes :** Sans traitement, l'infection de la chlamydia peut provoquer de sérieux dommages aux organes reproductifs; on l'appelle aussi maladie inflammatoire pelvienne (MIP).

- Complications chez les femmes : Environ 30 % des femmes qui ont la chlamydia développent une infection inflammatoire pelvienne. Les symptômes de la MIP sont la fièvre, les crampes pelviennes, la douleur abdominale, et des relations sexuelles douloureuses. La MIP peut endommager les organes reproductifs, et mener à de la difficulté à devenir enceinte ou même à la stérilité. Elle peut aussi résulter en une grossesse ectopique, une condition qui peut coûter la vie. Dans

de nombreux cas, un abcès se forme (zone d'infection et de pus localisée), et la chirurgie peut être nécessaire.

- Complications chez les hommes : Sans traitement, la chlamydia peut causer une infection douloureuse dans les testicules des hommes et mener à l'infertilité.

**Diagnostic** : Les symptômes énumérés précédemment sont communs aux deux différents types de bactéries IST (chlamydia et gonorrhée). Pour être certain du diagnostic, des analyses en laboratoire peuvent être faites en prenant un prélèvement de la sécrétion du pénis ou du vagin, ou d'un échantillon d'urine.

**Traitement** : Une fois qu'un diagnostic a été établi, un professionnel médical sera capable de prescrire les antibiotiques appropriés pour guérir une infection de chlamydia. Si elle est traitée et guérie peu après l'infection, les complications peuvent être évitées.

- **Gonorrhée** (*Neisseria gonorrhoeae*)

**Symptômes** : La gonorrhée est une infection de la voie urinaire et des organes reproductifs tant de l'homme que de la femme. Elle peut aussi contaminer le rectum, la gorge et les yeux. Elle se propage par le contact avec les sécrétions sexuelles contaminées. Les symptômes de la gonorrhée apparaissent peu après l'infection, souvent de deux à sept jours suivant celle-ci.

- Symptômes spécifiques chez les femmes : Chez les femmes, les symptômes de gonorrhée sont souvent modérés, même si certaines n'ont jamais de symptômes. Lorsqu'il y a des symptômes, il peut s'agir d'une douleur brûlante lors de la miction, d'un besoin fréquent et urgent d'uriner, d'une sécrétion vaginale vert-jaune, d'une brûlure et d'une démangeaison dans la zone du vagin, et de saignements du vagin entre les règles. Même si une femme n'a pas de symptômes sérieux, elle est à risque de développer l'infection inflammatoire pelvienne si elle n'obtient pas de traitement.
- Symptômes spécifiques aux hommes : Les symptômes chez les hommes sont une miction douloureuse, une sécrétion du pénis (peut être épaisse, blanche comme du lait, jaunâtre ou verdâtre), et l'ouverture du pénis peut être rouge et enflammée. Un besoin fréquent et urgent d'uriner peut se développer alors que se propage l'infection. Sans traitement, la gonorrhée peut causer une infection sévère des testicules. Ceci cause une douleur importante, de la sensibilité et des gonflements dans le scrotum. Elle peut mener à la stérilité.

**Complications** : Sans traitement, la gonorrhée peut mener à l'infertilité. Elle peut se propager dans le système sanguin et contaminer les articulations, les valves cardiaques ou le cerveau.

- *L'infection de la gonorrhée chez les nouveau-nés* : Les bébés nés à des femmes qui ont la gonorrhée peuvent être contaminés en passant par le canal génital lors de la naissance. Parmi les symptômes, on compte une inflammation des yeux et la pneumonie. Les symptômes se développent normalement de 5 à 12 jours après la naissance. Ceci peut provoquer la cécité, une infection des articulations et d'autres infections sérieuses chez le bébé. Les femmes enceintes qui ont la gonorrhée devraient suivre un traitement médical dès que l'infection est détectée afin de réduire le risque de la transmettre à l'enfant.
- *Gonorrhée rectale* : La gonorrhée rectale est le plus communément transmise entre les hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes. L'infection dans le rectum peut causer des démangeaisons, des sécrétions et des selles douloureuses, même s'il n'y a parfois pas d'autres symptômes.
- *La gonorrhée pharyngée (gonorrhée de la gorge)* : La gonorrhée pharyngée se propage par le sexe oral. Elle ne crée pas toujours des symptômes, mais lorsqu'ils se manifestent, les plus communs sont un mal de gorge et des ganglions lymphatiques enflés dans le cou.
- *Infection des yeux* : Chez les adultes, les symptômes comprennent une rougeur, une démangeaison et des sécrétions venant de l'œil. Les yeux peuvent aussi devenir sensibles à la lumière.
- La gonorrhée peut se propager au sang et aux articulations, causant de l'arthrite et la destruction des articulations.

**Diagnostic** : Un professionnel de la médecine peut faire un prélèvement de la sécrétion du vagin, du pénis, du rectum ou de la gorge. Un échantillon est ensuite envoyé pour un examen en laboratoire qui peut donner un diagnostic précis.

**Traitement** : Des antibiotiques sont utilisés pour guérir la gonorrhée. Un professionnel de la médecine observera les résultats du laboratoire, et prescrira les médicaments nécessaires. Si traitées peu après l'infection, les complications peuvent être évitées.

Les personnes qui subissent un traitement contre la gonorrhée devraient aussi être traitées contre la chlamydia, car elles sont souvent diagnostiquées ensemble.

- **Syphilis** (*Treponema pallidum*)

**Symptômes** : La syphilis est une IST qui contamine les voies reproductives des hommes et des femmes. Elle peut aussi impliquer d'autres parties du corps y compris le cerveau et le cœur.

La syphilis prend place en trois phases : primaire, secondaire et tertiaire. Ces étapes peuvent se produire sur une période de vingt ans ou plus encore.

- o *La syphilis primaire* : Le premier symptôme est normalement un ou plusieurs ulcère(s) sans douleur par lequel la bactérie entre dans le corps. L'ulcère, aussi appelé chancre, se développe habituellement entre 10 et 90 jours après l'infection (la moyenne est d'environ 21 jours). Les ganglions lymphatiques dans cette zone peuvent enfler durant cette période. L'ulcère disparaîtra dans la plupart des cas par lui-même après 3 à 6 semaines.

Les ulcères chez les femmes sont plus courants sur l'extérieur du vagin, le col de l'utérus, le rectum et le périnée. Chez les hommes, les ulcères sont plus courants sur le pénis, l'anus et le rectum. Si contaminé par sexe oral, les ulcères apparaîtront sur les lèvres et la bouche.

- o *La syphilis secondaire* : Si la syphilis n'est pas traitée dans la première phase, la syphilis secondaire peut démarrer 6 à 12 semaines après que l'ulcère de la syphilis primaire ne soit guéri. L'infection commence à créer des problèmes dans différentes parties du corps (aussi appelés symptômes systémiques, signifiant qu'elle implique des systèmes du corps différents).

Les symptômes les plus communs sont une rougeur sur la peau sur n'importe quelle partie du corps, souvent la paume des mains et la plante des pieds. Cette rougeur ne démange pas, et sa couleur peut être très légère et difficile à identifier. Il peut y avoir perte de cheveux, maux de gorge, ganglions lymphatiques enflés dans l'aîne, le cou et les aisselles, arthrite, fièvre et maux de tête.

**La période latente** : Si la syphilis n'est pas traitée dans la deuxième phase, elle peut disparaître d'elle-même, ou durer jusqu'à une année. Après ceci, certaines personnes continuent de porter l'infection dans leur corps sans symptômes, ce qui s'appelle la « période latente ». L'étape latente peut durer jusqu'à vingt ans ou plus, jusqu'à ce que l'étape tertiaire (ou troisième étape) ne se développe.

- *Syphilis tertiaire* : Ceci est une étape systémique, et peut mener à la mort. Il existe un nombre de symptômes très sérieux qui se manifestent partout dans le corps. Ceux-ci comportent :

- o Gonflement des vaisseaux sanguins les plus grands (l'aorte) du cœur, provoquant des problèmes cardiaques.
- o Développement de grosseurs importantes (appelées gomes) dans différents organes du corps.
- o Infection du cerveau menant à des symptômes neurologiques : ACV, méningite, mauvaise coordination musculaire confusion mentale et troubles de la personnalité.
- o Trouble des yeux et des oreilles menant à la perte de la vue et de l'ouïe.

**Complications chez les nouveau-nés et les bébés :** Les femmes qui contractent la syphilis alors qu'elles sont enceintes peuvent transmettre l'infection au bébé pendant la grossesse. Sans traitement, la syphilis peut mener à la cécité ou à la mort du bébé.

**Diagnostic :** La syphilis devrait être suspectée lorsqu'une personne développe des ulcères ou des symptômes neurologiques tels que décrits plus haut. Un diagnostic de la syphilis peut être confirmé par une analyse de sang ou en faisant une analyse en laboratoire du fluide provenant de l'ulcère de la syphilis secondaire.

**Traitement :** La syphilis peut être guérie avec des antibiotiques même si elle a atteint la troisième phase. Si traitée durant la première étape de l'infection, les complications peuvent être évitées. Il est très important d'obtenir un bon diagnostic d'un professionnel médical afin que le traitement approprié soit administré.

### 3.2 *IST provenant d'un virus*

Contrairement à de nombreuses IST communes, les IST virales se propagent partout dans le corps, apportant une infection systémique. Elles ont des effets graves sur les organes et autres parties du corps qui ne sont pas à proximité du point précis du contact sexuel. La plupart des IST virales ne peuvent être guéries, mais leurs symptômes peuvent parfois être soulagés ou réduits à l'aide d'un traitement médical approprié.

- **Herpès génital** (*Virus de l'herpès simplex, ou VHS*)

**Symptômes :** Le virus de l'herpès simplex (VHS) est transmis par le contact de peau à peau avec le vagin, le pénis, le rectum et la bouche d'une personne infectée. Peu après avoir pénétré le corps le virus pénètre à l'intérieur des cellules du système nerveux. Après quatre à sept jours, le virus voyage le long des cellules nerveuses, formant des ampoules douloureuses. Une fois que le virus entre dans les cellules du système nerveux, il s'y installe de façon permanente.

- Symptômes spécifiques chez les femmes : Des ampoules peuvent se former n'importe où dans la zone génitale, y compris la vulve,

l'intérieur du vagin, le col de l'utérus, l'urètre, l'anus, les fesses ou les cuisses.

- Symptômes spécifiques chez les hommes : Des ampoules se forment sur le pénis, à l'intérieur de l'urètre, du scrotum, de l'anus, des fesses ou des cuisses.

Les ampoules éclatent, laissant des ulcères douloureux qui forment une fine croûte jaune après quelques jours. La première fois que les ulcères apparaissent, ils peuvent guérir au bout d'une ou deux semaines. Les éruptions d'ampoules et d'ulcères qui suivent sont habituellement moins sévères et de plus courte durée que la première, et peuvent apparaître à des mois ou même des années d'écart.

Certaines personnes peuvent prédire quand une éruption d'ampoules va se produire. Ils ont de la fièvre, des maux de tête, et des picotements dans la zone où les ampoules vont apparaître. Ces éruptions sont associées au stress physique ou émotionnel, la maladie, d'autres infections, la chirurgie, certains médicaments et à un système immunitaire affaibli. Le malade est le plus contagieux quelques jours avant et pendant une telle éruption d'ampoules.

Beaucoup de gens sont infectés par le VHS mais ne le savent pas. Ils ont peut-être eu des symptômes lorsqu'ils ont été récemment contaminés, mais après cela ils peuvent ne pas avoir de nouvelles éruptions d'ampoules. Toutefois, même s'il n'y a pas de symptômes, une personne infectée peut la propager à un partenaire sexuel.

**Complications :** Un bébé né d'une femme qui a le VHS peut être infecté par le VHS en passant par le canal génital lors de la naissance. Même si la mère n'a actuellement pas de symptômes, le bébé peut être infecté. Après une à quatre semaines, le nourrisson peut expérimenter les ampoules typiques associées à l'herpès qui touchent la peau, les yeux, la bouche. Une situation plus sérieuse peut évoluer impliquant le foie, les poumons et le cerveau du nouveau-né. Ceci peut résulter en des problèmes médicaux et neurologiques sérieux alors que l'enfant grandit et peut même causer la mort.

**Diagnostic :** Pendant une éruption d'herpès, un professionnel médical expérimenté peut faire un diagnostic en observant les plaies. Un échantillon des plaies peut être pris pour une analyse en laboratoire, mais elle doit être faite dans les 48 heures suivant une éruption. De plus, une analyse sanguine peut être faite, même si elle n'est pas toujours fiable si la personne n'est pas en phase d'éruption active.

**Traitement :** Il n'existe pas de remède contre l'herpès. Toutefois, certains médicaments peuvent traiter les symptômes qui accompagnent une éruption. Les médicaments les plus efficaces sont pris sous forme

de pilules. Des crèmes spéciales et des lotions peuvent être appliquées directement sur les ampoules, mais elles ne sont pas aussi efficaces que les pilules.

- **Verrues génitales** (*Virus du papillome humain ou VPH*)

Les VPH sont un groupe de plus de 100 virus apparentés et sont la cause de verrues. Les types de VPH qui provoquent des verrues sur les mains et les pieds sont différents de ceux qui causent des verrues dans les zones génitales. La plupart des infections de VPH se produisent sans symptômes. Le système immunitaire est habituellement capable de détruire l'infection sans traitement médical en l'espace de quelques années.

**Symptômes** : Les verrues génitales se développent habituellement de un à six mois après l'infection. Elles apparaissent normalement comme des petites grosseurs surélevées de la couleur de la chair ou grise. Elles se trouvent parfois en grappes et peuvent se développer avec une apparence similaire à celle d'un chou-fleur. D'autres symptômes peuvent inclure démangeaisons, brûlures et sensibilité. Les verrues génitales peuvent aussi se développer dans la gorge de la personne qui a eu un contact sexuel oral avec la personne infectée.

- o Symptômes spécifiques chez les femmes : Les verrues génitales peuvent se développer sur la vulve, dans le vagin, le col de l'utérus, et la zone entre le vagin et l'anus.
- o Symptômes spécifiques chez les hommes : Les verrues peuvent se développer sur le pénis, le scrotum et l'anus.

**Complications** : Plus de 30 types de VPH sont transmises sexuellement. Certains types sont considérés à faible risque car ils sont rarement la cause du cancer. D'autres sont considérés à haut risque car ils mènent souvent au développement du cancer cervical ou anal. Les types à haut risque qui provoquent le cancer cervical se développent sur le col de l'utérus et sont plats et presque invisibles, en comparaison avec les verrues externes provoquées par les types à faible risque. Toutefois, il est important de savoir que la plupart des infections VPH à haut risque disparaissent d'elles-mêmes et ne mènent pas au cancer (National Cancer Institute, 2008).

- o Complications chez les femmes : Des liens ont été découverts entre le VPH et les cancers parfois mortels des cervicales et de l'anus chez les femmes. Il est très important que les gens qui ont l'infection du VPH reçoivent de bons soins médicaux. Les femmes qui portent en elles l'évidence d'un état précancéreux du col de l'utérus requièrent un traitement chirurgical pour enlever ces cellules avant que le cancer ne se développe.

- o Complications chez les hommes : Des liens ont été découverts entre l'infection et les cancers du pénis et de l'anus chez les hommes.

**Diagnostic** : Des professionnels de la médecine formés repèreront souvent les verrues génitales à leur apparence, ou bien par des prélèvements cervicaux de routine (frottis Pap). Les analyses de laboratoire peuvent confirmer le diagnostic du VPH et détecter également le cancer s'il est présent.

**Traitement** : Après l'infection, il n'y a aucun moyen de retirer le VPH du corps—il n'y a pas de remède. Le traitement comporte le retrait des verrues par un professionnel médical. Toutefois, les verrues peuvent revenir après le traitement. L'élimination des verrues n'empêche pas la propagation du virus. Dans certains cas, les verrues disparaîtront sans traitement, même si le virus est encore dans le corps.

Un vaccin contre l'infection du VPH a été mis au point, même s'il n'est disponible que dans certaines parties du monde. Pour l'instant, le vaccin a été approuvé à l'usage des filles et des jeunes femmes de 9 à 26 ans, ainsi que des garçons dans certains pays.

- **Le VIH/SIDA** (*Virus de l'Immunodéficience Humaine et syndrome de l'immunodéficience acquise*)

Le VIH est le Virus d'Immunodéficience Humain. L'infection du VIH entraîne la maladie du sida, le syndrome d'immunodéficience acquise. Le VIH est une IST, mais elle est aussi transmise par d'autres moyens que les rapports sexuels.

Le VIH se transmet par le contact avec trois fluides corporels infectés avec le virus : les sécrétions sexuelles, le lait maternel, et le sang. Il existe donc trois voies de transmission : la transmission sexuelle, la transmission de mère à enfant et la transmission par le sang. Même s'il n'existe pas de symptômes de maladie, une personne infectée peut encore transmettre le virus à d'autres personnes.

**Symptômes** : Le VIH se multiplie dans le corps pendant des années avant d'occasionner la maladie que l'on appelle sida. Les premiers symptômes du sida comportent souvent la diarrhée, la fièvre, des infections des poumons, des ganglions lymphatiques enflés, le zona, ainsi que des plaques blanches dans la bouche. Au fur et à mesure que la maladie progresse, les symptômes deviennent plus sévères, comptant parmi eux la pneumonie, la méningite, certaines formes de cancer mais aussi beaucoup d'autres symptômes. Une perte de poids importante et l'atrophie musculaire sont typiques d'une personne qui approche de la fin de sa vie.

**Diagnostic** : Les symptômes du sida amèneront parfois la personne à soupçonner une infection au VIH. Toutefois, beaucoup d'autres maladies

déclenchent les mêmes symptômes. Le seul moyen de savoir avec certitude si une personne est infectée au VIH est de passer un test de dépistage en laboratoire en vue d'un diagnostic. Pour le VIH, les analyses les plus communes sont faites avec le sang, mais il en existe d'autres types.

**Traitement** : Malgré la recherche intense d'un vaccin par les scientifiques, au moment où nous écrivons, il n'existe pas de vaccin disponible qui puisse protéger de l'infection du VIH. Une fois que le VIH est entré dans le corps, il n'y a aucun moyen de le retirer. Des médicaments sont disponibles pour traiter les symptômes du sida ainsi que pour ralentir la vitesse de propagation du VIH dans le corps. La bonne nutrition et des pratiques saines peuvent aider une personne infectée à vivre plus longtemps. Malheureusement, en fin de compte, il n'existe pas de remède permanent contre le sida. Même avec le traitement disponible, il mènera tôt ou tard à la mort.

- **Hépatite virale** (*virus de l'hépatite B, ou VHB, et virus de l'hépatite C, ou VHC*)

Le mot « hépatite » signifie gonflement et inflammation du foie. De nombreuses maladies et conditions peuvent causer l'hépatite, y compris les virus, la bactérie, les microbes, l'alcool, les produits chimiques. Lorsqu'on considère l'hépatite virale, il est important de savoir qu'il existe cinq types de virus qui provoquent l'hépatite. Ils ne sont pas tous sexuellement transmissibles.

***Contrairement à de nombreuses autres IST, l'hépatite B et C ne provoquent pas de symptômes dans la zone génitale ou les organes reproductifs.***

Le virus de l'hépatite B (VHB) et le virus de l'hépatite C (VHC) sont tous deux propagés principalement par le sang, comme en partageant des seringues pour consommer de la drogue, pour le piercing ou le tatouage. Le VHB est aussi transmis par le sexe vaginal, anal et oral; le VHC est rarement transmis par relation sexuelle. Toutefois, avec le VHC, il y a un risque plus élevé de transmission pour les personnes qui ont de multiples partenaires sexuels, ceux qui ont déjà une IST, ou qui s'impliquent dans des rapports sexuels brutaux. Lorsque transmis sexuellement, il est le plus couramment transmis par relation sexuelle anale, mais il peut passer par une relation sexuelle vaginale.

Avec le virus de l'hépatite B, les gens commencent habituellement à développer des symptômes dans les 3 mois. La période entre l'infection et les symptômes pour l'hépatite C est, en moyenne, de 1 à 3 mois. (CDC)

**Symptômes du VHB :** Le VHB peut causer une forme initiale d'hépatite ou une forme chronique. La plupart des gens qui ont le VHB n'auront aucun symptôme. Si des symptômes se développent, ils ressemblent à ceux de la grippe : fatigue, manque d'appétit, nausée et vomissements modérés, diarrhée, faible fièvre, et douleur aux muscles et aux articulations. Un faible pourcentage de personnes pourrait développer des symptômes plus graves, y compris la douleur et le gonflement de l'abdomen, une urine foncée, des selles claires, et une couleur jaunâtre de la peau. Ces symptômes peuvent signifier que la vie est en danger et requièrent une attention médicale immédiate.

La forme sévère de VHB dure quelques semaines, et pendant cette période la personne peut facilement le propager à d'autres personnes. Après quelques semaines, les symptômes disparaîtront. Si la personne développe une hépatite sévère sans développer la forme chronique, le rétablissement sera complet dans la plupart des cas. Le virus quittera le corps et la personne ne le propagera pas à d'autres.

Si le virus demeure dans le corps pendant plus de six mois, la personne est diagnostiquée comme ayant une hépatite chronique. Les gens qui ont le VHB chronique peuvent passer le virus à d'autres personnes, même quand il n'y a pas de symptômes. Il existe aussi un risque important de développer une maladie du foie grave plus tard dans la vie. Le virus attaquera continuellement le foie pendant de nombreuses années, menant à la cirrhose, une défaillance des reins et possiblement à un cancer du foie.

**Complications du VHB :** Les femmes enceintes peuvent transmettre le VHB et/ou le VHC à leur bébé. La transmission se fait normalement durant la naissance au contact du sang et des fluides durant ce processus.

**Symptômes du VHC :** La plupart des gens infectés par le VHC développeront une hépatite chronique, même s'ils peuvent ne pas développer de symptômes. Ceci signifie que le VHC est dans leur corps, et qu'ils peuvent donc le transmettre à d'autres personnes.

Si symptômes il y a, ils sont les mêmes que ceux qui sont énumérés pour le VHB. Même s'il n'y a pas de symptômes, il peut y avoir des dommages causés au foie. Dans de nombreux cas, il n'y a pas de symptômes de la maladie jusqu'à ce que de graves problèmes de foie ne se soient développés.

**Complications du VHC :** Les personnes qui ont l'infection du VHC développent des problèmes de santé à long terme, y compris des dégâts au foie, une défaillance du foie, le cancer du foie et la mort.

**Diagnostic :** Les analyses de laboratoire peuvent détecter la présence de l'hépatite B et C dans le corps. Il existe plusieurs façons d'interpréter ces examens avec les implications importantes qu'elles ont sur la santé de la

personne qui vit avec le VHB ou le VHC et ses proches. Une personne qui a reçu un tel diagnostic a besoin de s'assurer qu'il ou elle comprend les résultats de l'analyse.

**Traitement** : Il n'est pas facile de traiter l'hépatite B ou C. Dans le cas d'une hépatite aiguë, le but du traitement est de soulager les symptômes. Des médicaments doivent être donnés soigneusement, car ils sont très forts et peuvent finir par endommager le foie. Le traitement est compliqué et cher. Il peut être efficace ou non. Quiconque a une hépatite virale doit suivre les conseils d'un professionnel de la santé qui a de l'expérience dans le traitement de l'hépatite.

Un vaccin pour l'hépatite B est largement répandu. Au moment où nous écrivons ces lignes, il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C.

### 3.3 Les IST causées par un parasite

Les poux du pubis et la gale sont des organismes minuscules qui s'appellent des parasites. Tous deux vivent sur la peau et dans les tiges capillaires. Ils enterrent leurs têtes sous l'épaisseur supérieure de la peau et se nourrissent de sang humain.

- **Les poux du pubis** (*Phthirius pubis*)

Il existe de nombreuses sortes de poux. Ils peuvent infecter le scalp, les sourcils, le corps et les zones pubiennes.

Les poux du pubis (communément appelés « morpions ») vivent sur les poils pubiens et autres poils. Ils sont transmis par contact proche y compris le contact sexuel. Les serviettes, draps et habits peuvent aussi les transmettre. Ils infectent les zones pubienne et anale, mais peuvent aussi se propager aux cuisses, à l'abdomen, aux aisselles et aux poils faciaux (barbe, moustache). Ils sont très petits, mais peuvent être vus à l'œil nu. Ils sont parfois appelés « crabes » à cause de leurs similitudes en apparence.

**Symptômes** : Ceux-ci apparaissent approximativement deux semaines après avoir été en contact avec une personne infectée. Les poux du pubis entraînent une démangeaison intense, qui est la réaction du corps à la salive des poux alors qu'ils se nourrissent de la peau. Certaines personnes développent de petites plaies aux endroits où ils se sont grattés et où la peau est ainsi blessée, ce qui développe des cicatrices. Il arrive que ces plaies s'infectent. Occasionnellement, il peut y avoir des petites taches pâles et bleuâtres aux endroits où les poux se nourrissent de la peau.

**Diagnostic** : Puisque les poux du pubis sont assez gros pour être visibles à l'œil nu, le diagnostic est habituellement confirmé en examinant les poils à la recherche de poux. Ils peuvent également être identifiés au microscope.

**Traitement** : Lotions et crèmes médicamenteuses prescrites par un docteur ou un membre du personnel médical peuvent éliminer les poux du corps. La literie et les habits d'une personne infectée devraient être lavés à l'eau chaude. Tous partenaires sexuels du mois passé devraient être traités contre les poux, et passer des tests de dépistage pour d'autres IST.

- **La gale** (*Sarcoptes scabiei*)

La gale vit sur le corps et est facilement transmissible par contact physique, y compris le contact sexuel. Elle se terre sous la peau, causant une démangeaison sévère.

**Symptômes** : La démangeaison commence plusieurs semaines après avoir été exposé à une personne qui a la gale. La démangeaison est intense et s'intensifie la nuit.

Le parasite de la gale vit typiquement entre les doigts, dans les zones où les coudes et poignés se plient, autour de la taille, et sur les fesses. Elle cause une rougeur dans ces zones, et il existe souvent de petites grosseurs couvrant la zone de la démangeaison. La rougeur peut se répandre à toute zone du corps y compris les seins et le pénis. Les infections de la peau peuvent se développer dans les zones où la personne s'est grattée et s'est ainsi blessée la peau.

**Diagnostic** : Le diagnostic est normalement fait par observation. Les analyses de peau en laboratoire peuvent également confirmer le diagnostic.

**Traitement** : Des lotions et shampoings médicamenteux peuvent éliminer la gale du corps. Les contacts rapprochés devraient aussi être traités, et tous les objets personnels (serviettes, habits, literie, etc.) devraient être lavés. La démangeaison peut continuer pendant quelques semaines après le traitement, même après que les parasites ont été tués. Une lotion spéciale peut aussi être utilisée pour traiter la démangeaison.

### 3.4 **IST causées par des protozoaires**

- **La trichomonase** (*Trichomonas vaginalis*)

**Symptômes** : La trichomonase est une infection des voies reproductives des hommes et des femmes qui peut aussi affecter la voie urinaire. Les symptômes commencent normalement à se développer une à quatre semaines après avoir été exposé à une personne infectée.

- o Symptômes spécifiques aux femmes : Les femmes qui ont la trichomonase peuvent avoir une variété de symptômes alors que certaines femmes n'expérimentent jamais aucun symptôme. Les symptômes typiques comptent une sécrétion mousseuse jaune-vert qui cause une irritation, un inconfort et un gonflement de la vulve et du péri-

née. Les femmes peuvent connaître une miction et des relations sexuelles douloureuses.

- o Symptômes spécifiques chez les hommes : Les hommes n'expérimentent normalement pas les symptômes. Même s'il n'y a pas de symptômes, un homme peut encore propager cette IST à son partenaire. Toutefois, certains peuvent développer une sécrétion inhabituelle provenant du pénis, qui est jaune-vert et mousseuse et peut irriter la peau du pénis. Une miction douloureuse peut se développer.

**Diagnostic :** Des analyses de laboratoire peuvent être faites avec un prélèvement de sécrétion vaginale ou pénien.

**Traitement :** La trichomonase peut être guérie par la médecine.

#### **4. Dépistage des IST**

Quiconque a des symptômes d'une IST, ou un partenaire qui a déjà eu des symptômes, doit faire un dépistage pour les IST et suivre un traitement. Quiconque a eu une relation sexuelle avec quelqu'un qui a eu d'autres partenaires sexuels devrait penser sérieusement à faire un dépistage des IST. Un professionnel du milieu médical devrait conseiller quelqu'un à faire ces analyses si les symptômes sont présents ou s'il existe un historique d'exposition à une IST.

Il existe des analyses pour chaque IST; il n'existe pas d'analyse générale qui couvre toutes les infections possibles. Normalement, une personne se fait tester selon les symptômes qu'elle mentionne. Ceci peut être un problème puisque de nombreuses IST n'ont pas de symptômes ou ont seulement des symptômes temporaires. Certaines IST ne peuvent être diagnostiquées si des symptômes ne sont présents au moment de l'analyse.

Selon le type d'infection, les analyses peuvent être réalisées à partir du sang, de l'urine, d'un fluide de la plaie, d'une sécrétion du vagin, du pénis ou de l'anus, ou d'un morceau de peau de la zone infectée. Les bureaux de docteurs, les laboratoires, les cliniques et les centres de santé offrent souvent des services d'analyses sur place, ou bien ils peuvent référer un patient à un centre d'analyses médicales.

Parfois une personne aura peut-être besoin de partager avec le professionnel de la santé ses inquiétudes et lui demander de faire des analyses. Une personne peut simplement dire : « Je m'inquiète de savoir si j'ai peut-être une IST car j'ai eu une relation sexuelle non protégée il y a quelques mois », ou « Je m'inquiète parce que j'ai bien peur que mon partenaire n'ait eu une relation sexuelle avec une autre personne. » Cela peut mettre mal à l'aise, mais il est important d'être honnête puisque cela peut être le seul moyen de passer ces analyses.

***Éviter de propager les IST dépend du conseil approprié apporté aux personnes à risque, d'un diagnostic précoce et du traitement des personnes contaminées.***

### **Notification du/des partenaires**

Quiconque a contracté une IST devrait contacter ses partenaires sexuels, précédents et présents, pour les informer qu'ils ont peut-être été exposés à une infection. Ceci s'appelle la notification des partenaires. Ceux qui ont été contactés sont encouragés à aller faire des analyses, à prendre conseil et suivre un traitement selon la nécessité.

Selon le lieu où habite une personne, ainsi que son niveau de confort, il existe différentes méthodes pour la notification des partenaires. L'une d'elles est de « se référer à la source ». La personne qui a l'IST s'informe personnellement de son ou sa partenaire au sujet de l'IST, et les avise de faire des analyses et de suivre un traitement. Ceci peut être fait de façon verbale, en le disant à son ou sa partenaire face à face.

Une autre méthode est la « notification d'un professionnel de la santé », où la clinique, l'hôpital ou autre institution où vous avez rencontré un médecin pour vous faire analyser notifie les partenaires concernés sans nommer la personne en question. Un professionnel de la santé peut rendre visite à la personne de manière privée, lui envoyer une lettre, ou informer le partenaire par téléphone (Trelle, Shang, Nartey, Cassell & Low, 2007).

## **5. Prévention des IST**

La méthode la plus sûre pour éliminer le risque d'être infecté par une IST est de s'abstenir de relations sexuelles ou de demeurer fidèle à un partenaire sexuel qui n'est pas infecté par quelque IST que ce soit. La plupart des chrétiens connaissent bien ces idées, car la Bible contient de nombreuses références à l'abstinence de relations sexuelles avant le mariage et à la fidélité après le mariage.

Pour de nombreux chrétiens, les principes de l'abstinence avant le mariage et de la fidélité après le mariage sont ancrés dans la conviction qu'hommes et femmes sont capables de gérer leur sexualité de façon conforme à l'enseignement biblique. Quand ces enseignements sont suivis de façon systématique, il semble n'y avoir aucun besoin de discuter d'autres méthodes de prévention des IST.

Pour des raisons multiples et variées, les gens prennent des décisions concernant leur comportement sexuel qui ne se conforment pas à ces deux principes. Même si un chrétien peut ne pas être d'accord avec le choix d'une autre personne, il faut reconnaître que Dieu donne à chaque homme et à chaque femme la liberté de prendre ses propres décisions, y compris dans le domaine sexuel.

***La Bible contient de nombreuses références à l'abstinence de relations sexuelles avant le mariage et à la fidélité après le mariage.***

En considérant les millions de personnes partout sur le globe qui vivent avec des IST, il est important d'examiner d'autres manières de réduire le risque qu'une personne contracte une IST.

### **5.1 Communication**

Si une personne sait qu'elle a une IST, elle a la responsabilité d'éviter de la transmettre à quelqu'un d'autre. Chaque fois que la personne a une relation sexuelle, il existe un risque de transmission de l'IST à son partenaire. Tout partenaire ou partenaire potentiel d'une personne qui a une IST a le droit de décider s'il ou elle souhaite prendre ce risque.

Parler d'une IST demande beaucoup de courage. Mais il est important de penser au meilleur intérêt de l'autre personne. Même s'il y a un risque de jalousie ou de rupture de la relation, ce partenaire (ou partenaire potentiel) a le droit de décider s'il ou elle veut risquer une IST. Les partenaires devraient parler ensemble de la contraception et ainsi que de la possibilité d'un dépistage des IST.

### **5.2 L'abstinence d'activité sexuelle**

L'abstinence est un grand sujet et signifie bien des choses différentes pour différentes personnes. Dans cette leçon, nous considérerons qu'une personne qui est sexuellement dans l'abstinence n'est pas impliquée dans quelque relation sexuelle que ce soit.

Pour certaines personnes, l'abstinence signifie ne jamais avoir de relation sexuelle. Pour d'autres qui ont été actifs sexuellement, cela signifie ne pas avoir de relation sexuelle pendant un certain temps. Certaines personnes prennent la décision volontaire de choisir l'abstinence alors que d'autres attendent tout simplement jusqu'à ce qu'ils trouvent un partenaire.

Le risque d'être infecté par une IST est éliminé lorsqu'une personne s'abstient complètement de toute relation sexuelle. Pour aller un peu plus loin, lorsqu'une personne qui s'abstient décide de devenir active sexuellement, cela devrait être avec un partenaire fidèle et non infecté, dans une relation monogame. Ceci est le modèle biblique, où quelqu'un se retient d'avoir des relations sexuelles avant le mariage et demeure fidèle à son conjoint après le mariage.

### **5.3 Repousser à plus tard l'activité sexuelle**

De nombreux facteurs rendent les adolescents plus vulnérables aux IST que les adultes, y compris les facteurs physiques, psychologiques, et comportementaux. Les études démontrent que les jeunes qui commencent l'activité sexuelle à un

jeune âge ont plus de chances d'avoir des relations sexuelles avec des partenaires à haut risque et sont moins prompts à utiliser les préservatifs. Ceci accroît leur risque de s'exposer au VIH et autres IST (Organisation mondiale de la Santé, 2002).

Une façon efficace pour les jeunes gens de réduire leur risque de contracter une IST est de repousser l'activité sexuelle à un âge un peu plus avancé. Des études ont montré que les relations positives avec les parents et les professeurs et les croyances religieuses amoindrissent leurs chances d'avoir une relation sexuelle précoce. Des programmes qui comportent des messages sur l'abstinence résultent en un délai du début de l'activité sexuelle d'environ un an. Ces messages ont le plus gros impact sur les jeunes qui n'ont pas encore eu de relation sexuelle (Organisation mondiale de la Santé, 2002).

***L'abstinence demande un système de soutien solide et une bonne capacité à communiquer.***

#### **5.4 Diminution du nombre de partenaires sexuels**

Les personnes qui ont de nombreux partenaires sont à haut risque de devenir infectées par une IST (Organisation mondiale de la Santé, 2005). Mais ce n'est pas seulement le nombre de partenaires qui est dangereux. Les relations sexuelles les plus risquées impliquent les gens qui ont plus d'un partenaire pendant des mois ou des années. Cette pratique est appelée avoir des partenaires multiples et simultanés. Au fil du temps, ces relations à long terme deviennent plus intimes et plus confiantes que les relations sexuelles plus improvisées. Avec le temps, les partenaires cessent d'utiliser des préservatifs, ce qui accroît le risque de propager une IST.

Limiter le nombre de partenaires sexuels réduit le risque qu'une personne contracte une IST puisque deux personnes non infectées dans une relation monogame ne sont pas à risque d'une IST. Dans certaines relations, un partenaire est monogame et l'autre ne l'est pas, plaçant l'autre partenaire à risque à cause des actions de son partenaire (Organisation mondiale de la Santé, 2002).

La monogamie signifie différentes choses pour différentes personnes. Dans les églises chrétiennes, elle est souvent vue comme étant deux personnes mariées qui n'ont de relations sexuelles qu'avec leur conjoint, engagées pour la vie. Mais pour certaines personnes, être monogame signifie n'avoir des relations sexuelles qu'avec une personne à la fois.

Parfois une relation monogame en suit rapidement une autre. C'est ce qu'on appelle la monogamie en série. Dans ce cas-ci, la monogamie ne pourvoit pas de protection des IST car la personne est continuellement exposée à des infections

potentielles de multiples partenaires passés (Organisation mondiale de la Santé, 2005).

### **5.5 L'utilisation correcte et systématique des préservatifs**

Les gens qui s'adonnent fréquemment à des relations sexuelles non protégées s'exposent fréquemment à devenir infectés par les IST. Ils apportent cette IST dans chaque relation qu'ils ont à partir de ce moment-là. Ils peuvent infecter quelqu'un qui n'a jamais eu d'autre partenaire, y compris un conjoint fidèle.

Une personne qui sait qu'elle court un risque de transmettre une IST à un partenaire doit toujours pratiquer une relation sexuelle protégée, plus sûre, avec les préservatifs. Même si les deux partenaires sont infectés, un préservatif devrait toujours être utilisé pour éviter une réinfection (Centers for Disease Control, 2009).

Les préservatifs sont très efficaces pour réduire la propagation de certaines IST, mais seulement lorsqu'ils sont utilisés de la bonne manière et de façon systématique. Ils ne sont pas efficaces à 100 pour 100, et ils ne garantissent pas le sexe sûr. Un terme plus exact est sexe plus sûr ou sexe protégé (Centers for Disease Control, 2009).

***Les préservatifs sont très efficaces pour réduire la propagation de certaines IST, mais seulement lorsqu'ils sont utilisés de la bonne manière et de façon systématique. Ils ne sont pas efficaces à 100 pour 100, et ils ne garantissent pas le sexe sûr.***

Les préservatifs sont utiles pour diminuer la propagation des IST transmises par sécrétion sexuelle. Toutefois, ils ne protègent pas complètement contre les IST qui se propagent par le contact de la peau. Un préservatif masculin ne peut offrir une protection contre l'infection d'un ulcère qui est à l'extérieur du vagin ou sur le scrotum de l'homme (Centers for Disease, 2009).

Au début de l'épidémie du VIH, les gens croyaient que des pores existaient dans le matériau des préservatifs qui étaient plus petits que le VIH. On disait alors que le VIH pouvait passer par ces pores et causer une infection du VIH. Toutefois, d'innombrables études ont prouvé que tel n'est pas le cas : le VIH ne peut pas pénétrer le matériau d'un préservatif en latex intact (Centers for Disease Control, 2009).

Le sujet des préservatifs est parfois sujet à controverse dans le monde chrétien. Certaines églises s'opposent à l'utilisation de tout dispositif ou médicament qui empêche la grossesse, croyant que la relation sexuelle est faite pour se reproduire et que toute tentative d'éviter la grossesse est coupable. D'autres chrétiens ayant

de fortes convictions au sujet du comportement sexuel ne sont pas prêts à admettre des actes qui ne sont pas conformes à leurs convictions, si bien qu'ils s'opposent à tout emploi du préservatif en dehors du mariage.

Pourtant, lorsqu'on considère ce débat, il peut être utile de se souvenir que les préservatifs sont un produit pharmaceutique créé pour réduire les risques qu'une femme tombe enceinte. Si un préservatif ne fonctionne pas et que la femme devient enceinte, les préservatifs ne peuvent faire aucun mal au bébé qui n'est pas né. Les préservatifs réduisent aussi le risque de propager une IST ou d'en être infecté. De ce point de vue, les préservatifs ne sont pas liés à la moralité. Les gens les utilisent pour différentes raisons, basées sur leurs choix personnels.

## **6. Quelques faits sur les préservatifs**

Les préservatifs doivent être utilisés chaque fois qu'il existe un risque qu'un ou les deux partenaires aient une IST. Malheureusement, dans de nombreuses situations, un des deux partenaires peut ne pas vouloir utiliser les préservatifs. Ou encore, un des deux partenaires sait qu'il existe un risque, mais redoute de parler de préservatifs par peur d'offenser l'autre personne ou de briser la relation.

***Les préservatifs doivent être utilisés chaque fois qu'il existe un risque qu'un ou les deux partenaires aient une IST.***

Dans certains cas, une femme peut faire face à une violente réaction d'un homme si elle ose parler de préservatif. Cela peut prendre beaucoup de courage de sa part de le suggérer, et même là, son partenaire peut refuser. Un homme a besoin de réaliser que les rapports sexuels plus sécuritaires avec les préservatifs sont une responsabilité partagée; il a la responsabilité d'utiliser un préservatif si sa partenaire est inquiète au sujet des IST. Étant un des deux partenaires, il a la responsabilité de considérer la santé et le bien-être de la femme et non pas simplement son désir sexuel.

Le partenaire devrait aborder le sujet des préservatifs avant qu'une situation intime ne se présente, et devrait avoir des préservatifs à sa disposition. Cela peut être une discussion difficile, mais l'embarras ou le malaise ne doivent pas empêcher une conversation au sujet d'une question aussi vitale. Au début, un partenaire peut refuser de considérer l'usage d'un préservatif, mais peut en venir à une conclusion différente après un peu de temps et de réflexion. Si un partenaire continue de refuser à utiliser un préservatif, l'autre partenaire a peut-être besoin de réévaluer la relation.

## Types de préservatifs

Les préservatifs sont fabriqués avec de nombreux matériaux différents. Les plus communément disponibles sont en latex et sont facilement disponibles dans les villes et les villages partout dans le monde. Les préservatifs faits à partir de latex sont les plus efficaces quant à la prévention des IST, y compris le VIH.

Certains préservatifs sont faits à partir de polyuréthane. Les gens qui sont allergiques au latex peuvent envisager d'utiliser des préservatifs fabriqués avec ce matériau. Utilisés correctement, les préservatifs en polyuréthane sont aussi efficaces contre la transmission des IST y compris le VIH que ceux fabriqués en latex.

Les préservatifs sont parfois fabriqués à base de matériaux naturels. Ceux-ci n'empêchent PAS la transmission du VIH. Ils sont habituellement bien plus chers et difficiles à trouver.

Un préservatif féminin est une poche fine qui est insérée dans le vagin avant la relation sexuelle. Il couvre complètement le vagin, et aide à protéger des IST et d'une grossesse. Le préservatif féminin donne à la femme un certain contrôle sur son corps, même si son partenaire ne veut pas utiliser un préservatif masculin. Malheureusement, les préservatifs féminins sont plus chers que les préservatifs masculins et peuvent ne pas être disponibles dans certains endroits.

## Usage

Afin d'offrir la meilleure protection possible contre la grossesse et les IST, les préservatifs doivent être utilisés exactement comme il est écrit sur l'emballage. Un nouveau préservatif en latex doit être utilisé chaque fois qu'une personne a une relation sexuelle par pénétration.

De plus, considérons les points suivants :

- Les conditions de stockage des préservatifs doivent être bonnes. La chaleur extrême peut détruire le matériau du préservatif, le poussant à se casser ou se déchirer lors de la relation sexuelle.
- N'achetez pas de préservatifs qui ont été exposés au soleil ou ont été stockés dans des lieux chauds. Ne portez pas des préservatifs dans une poche qui est serrée ou proche de votre corps.
- Avant d'utiliser le préservatif, vérifiez la date d'expiration sur l'emballage. Si le préservatif est expiré, utilisez-en un autre. N'utilisez pas le préservatif si l'emballage a déjà été ouvert, s'il est sec ou craquelé, ou s'il est devenu collant avec la chaleur et l'humidité. Tout cela pourrait faire en sorte qu'il ne fonctionne pas ou se déchire durant la relation sexuelle.
- Ouvrez l'emballage avec attention. Ne déchirez pas l'emballage avec vos dents ou vos ongles.

- N'utilisez jamais deux préservatifs en même temps. Ceci peut pousser le préservatif à se casser durant la relation sexuelle.
- Roulez le préservatif sur le dessus du pénis en érection avant que tout contact entre le pénis et toute partie du corps du partenaire.
- N'utilisez pas d'huile, de lotion ou de Vaseline pour lubrifier le préservatif, ce qui pourrait le pousser à se casser ou se déchirer. Utilisez seulement des produits créés spécifiquement pour être utilisés avec les préservatifs.

### Digues dentaires

Une digue dentaire est un fin carré de latex qui est utilisé pour éviter la propagation d'IST durant le sexe oral avec une femme. Il agit comme une barrière entre la vulve de la femme et la bouche du partenaire, évitant le contact direct avec la peau infectée, les plaies ou fluides vaginaux. Les digues dentaires évitent aussi le contact direct oral-anal. Elles peuvent être achetées en magasin, ou fabriquées en utilisant un préservatif ou un gant en latex.

### S'entendre sur l'utilisation du préservatif

À moins qu'un homme ait pris un fort engagement à utiliser les préservatifs, une femme peut avoir besoin de le convaincre d'en utiliser un avant qu'elle ne consente à avoir une relation sexuelle avec lui. Cette négociation n'est pas seulement pour les relations à court terme; même dans le mariage, une femme peut avoir besoin de parler à son mari au sujet de l'utilisation du préservatif. Pour de nombreuses raisons, elle peut ne pas vouloir avoir de relation sexuelle à moins que l'homme ne consente à utiliser un préservatif.

Il existe des excuses qu'un homme tirera de son chapeau lorsqu'une femme essaie de négocier l'utilisation d'un préservatif, et certaines hésitations qu'elle peut ressentir qui pourraient l'empêcher de même essayer de lui parler.

EXCUSE	RÉPONSE
« Ne me fais-tu pas confiance ? »	« Ce n'est pas une question de confiance; les gens peuvent avoir des infections sans le réaliser. »
« Ce n'est pas aussi agréable avec un condom. »	« Je serai plus détendue si tu mettais un condom. Si je suis plus détendue, je pourrais faire que ce soit plus agréable pour toi. »
« Je n'ai pas de préservatif avec moi. »	« J'en ai un ici... »
« Tu prends la pilule alors je n'ai pas besoin d'utiliser un préservatif. »	« J'aimerais que tu en mettes un quand même. Ça nous aidera à nous protéger d'infections qu'on ne réalise peut-être pas que l'on a. »
« On dirait que tu ne m'aimes pas vraiment. »	« Si, je t'aime, mais je ne suis pas prête à risquer ma santé en ayant une relation non protégée. »

EXCUSE	RÉPONSE
« Mais je t'aime. »	« Alors aides-nous à nous protéger. »
« Juste une fois sans un condom s'il te plaît... »	« Il ne suffit que d'une fois. »
Ça dépend de lui... C'est sa décision.	C'est ta santé. Ça devrait être ta décision aussi !

## Conclusion

Beaucoup ne se sentiront pas à l'aise à l'idée de négocier des pratiques sexuelles plus sûres. Cela peut être un sujet qui les dérange. Si leur vie n'a jamais été bouleversée par le VIH et d'autres IST capables de les détruire, ils ont vraiment de quoi être reconnaissants.

En tant qu'organisation, le Global AIDS Partnership a très à cœur d'aider les personnes qui ne sont pas mariées et d'encourager la fidélité dans le mariage. Si les préservatifs jouent certes un rôle dans la prévention de la transmission des IST, ils n'en éliminent pas le risque. En privilégiant l'abstinence avant le mariage et la fidélité avec un conjoint non infecté, le risque d'exposition est quasiment éliminé.

Bien sûr, beaucoup prendront une décision en faveur de l'abstinence ou de la fidélité sur la base de leur conviction que c'est ainsi que le Créateur Dieu leur a demandé de vivre. Certains ne se sentiraient jamais obligés de suivre ces principes si ce n'était à cause de leur foi en Dieu et de leur engagement à suivre tous ses commandements. Même si cela peut être parfois difficile, ces disciplines spirituelles protègent les corps et les esprits de ceux qui les pratiquent.

Nous espérons que ce module a amorcé une réflexion pour aborder ces sujets très importants en étant tournés vers l'avenir. Notre sexualité est une partie extrêmement importante de qui nous sommes en tant qu'individus, et il est important que nous ayons une discussion ouverte sur la manière dont nous devons mener nos vies pour plaire à Dieu en conformité avec sa Parole. Ce faisant, nous espérons éviter les conséquences de l'immoralité sexuelle dans nos vies.

# GLOSSAIRE

**Abcès** : Une accumulation de pus localisé et entouré d'un tissu douloureux rose ou rougeâtre. Un signe commun d'infection.

**Aine** : Le pli où le haut de la jambe rejoint le bas de l'abdomen.

**Analyse en laboratoire** : Un test médical qui analyse des échantillons de sang, d'urine, de selles, de peau, etc., pour déterminer s'il y a quoi que ce soit d'anormal dans l'échantillon. Les laboratoires sont équipés d'un équipement spécial qui permet de faire ces tests.

**Anus** : L'orifice à l'extrémité de la voie digestive par lequel les matières fécales sont éliminées du corps.

**Asymptomatique** : Une infection est présente, mais la personne n'expérimente aucun symptôme.

**Canal génital** : Le passage par lequel passe le bébé durant la naissance, le menant de l'utérus par le col, le vagin et la vulve.

**Cellules reproductrices** : Lorsque la cellule reproductrice masculine (sperme) entre dans la cellule reproductrice féminine (œuf), elles s'unissent et forment le début d'une nouvelle vie.

**Cirrhose** : Une maladie chronique du foie où les cellules normales du foie sont endommagées et remplacées par du tissu cicatriciel. Cela résulte en un gonflement douloureux, une perte de fonction et une défaillance du foie.

**Col de l'utérus** : La partie la plus étroite située à la base de l'utérus. Il rattache l'utérus au vagin, et pourvoit un passage entre le vagin et l'utérus.

**Conception** : Quand la cellule reproductrice mâle (spermatozoïde) fusionne avec la cellule reproductrice femelle (ovule).

**Contraception** : L'utilisation de toute pratique, méthode, appareil ou médicament pour éviter la grossesse chez une femme sexuellement active. On parle aussi de régulation des naissances, de planification familiale, de prévention de grossesse.

**Cycle menstruel** : Depuis le début d'une période menstruelle au commencement de la prochaine, habituellement environ 28 jours. Divers changements prennent place dans les ovaires et l'utérus durant ce cycle menstruel, causé par les hormones.

**Éjaculation** : L'éjection forcée de sperme du pénis au point culminant de la relation sexuelle.

**Embryon** : Un bébé dans les toutes premières étapes du début du développement, habituellement entre la deuxième et la huitième semaine de la grossesse.

**Érection** : Lorsque le pénis grandit et devient ferme suite à l'excitation sexuelle.

**Fertilisation** : La fusion d'un ovule et d'une cellule de sperme à l'intérieur de la trompe de Fallope.

**Fœtus** : Un bébé qui grandit à l'intérieur de sa mère s'appelle un fœtus du troisième mois de la grossesse jusqu'à la naissance.

**Ganglion lymphatique** : Sert de filtre qui attaque et détruit les microbes causant une infection et toute autre substance néfaste. Des grappes de ganglions lymphatiques se trouvent sous les bras, à l'aîne, sur le cou, la poitrine et l'abdomen.

**Gestation** : Grossesse, de la conception à la naissance.

**Grossesse ectopique** : Une complication lors de la grossesse qui représente un danger de mort pour la mère et le bébé, lorsqu'un œuf fertilisé s'implante et grandit en dehors de l'utérus. La plupart des grossesses ectopiques se passent dans les trompes de Fallope, mais aussi parfois dans l'ovaire, le col de l'utérus ou la cavité abdominale.

**Hormones** : Substances chimiques produites par le corps pour accomplir une tâche spéciale. Par exemple, l'œstrogène est une hormone féminine qui régularise le cycle menstruel d'une femme et est importante lors de la grossesse. La testostérone est une hormone masculine.

**Implantation** : Le processus par lequel un œuf fertilisé s'attache aux bords de l'utérus. Ceci se produit habituellement de trois à six jours après que l'œuf soit fertilisé.

**Infection** : Une infection se produit lorsque les microbes pénètrent à l'intérieur du corps, causant des symptômes associés à la maladie.

**Infertilité** : L'incapacité de concevoir un enfant. L'infertilité peut affecter l'homme comme la femme.

**Inflammation** : Rougeur, chaleur, gonflement et douleur dans une zone d'infection ou de blessure.

**Maladie systémique** : Une maladie qui affecte de nombreux organes et tissus, ou le corps dans son ensemble.

**Menstruation, période menstruelle** : L'écoulement de sang et de tissu depuis l'utérus, prend place normalement une fois par mois. Elle dure de 3 à 7 jours. Les menstruations commencent entre les âges de 12 et 15 ans, et termine avec la ménopause environ à l'âge de 45 à 55 ans.

**Microbes** : Organismes trop petits pour être observés à l'œil nu. Ils causent l'infection et la maladie quand ils pénètrent dans le corps. (Bactérie, virus, champignons et protozoaires sont les principaux types de microbes qui causent des infections.)

**Monogame** : La pratique d'avoir un seul partenaire sexuel durant une période de temps.

**Muqueuse** : Le tissu humide qui se trouve au bord des orifices du corps et des organes.

**Organes génitaux** : Les organes sexuels externes d'un homme (pénis, testicules) et d'une femme (vulve).

**Organes reproductifs** : Les organes sexuels du corps impliqués dans la production d'un bébé. Chez l'homme : le pénis, les testicules, le système de circulation (épididyme et canal déférent), et les glandes accessoires (vésicules séminales et la glande prostatique). Chez la femme : le vagin, l'utérus, les trompes de Fallope et les ovaires.

**Organe sexuel** : Toute partie anatomique du corps impliquée dans la reproduction.

**Ovaires** : Les deux organes internes féminins qui produisent l'ovule. Les ovaires sont connectés à l'utérus par les trompes de Fallope. Les ovaires produisent aussi les hormones sexuelles féminines.

**Ovulation** : Chaque mois, un ovule est libéré par un des ovaires. Cela arrive normalement 14 jours avant la prochaine période menstruelle.

**Ovule** : La cellule reproductrice féminine, aussi appelée œuf.

**Pénis** : L'organe sexuel externe masculin.

**Périnée** : La zone entre l'anus et les organes génitaux externes.

**Préservatif** : Une gaine en caoutchouc portée sur le pénis pour éviter que le sperme ne pénètre dans le vagin lors de la relation sexuelle.

**Rectum** : La partie inférieure du système digestif, où les matières fécales s'accumulent avant d'être éliminées du corps.

**Scrotum** : La poche de peau et de muscles entre le pénis et l'anus qui contient les testicules.

**Sécrétion** : Un écoulement de fluides qui peut être normale ou être un signe d'infection.

**Sécrétions sexuelles** : Les fluides qui sont produits par les organes sexuels lors de la relation sexuelle.

**Spermatozoïdes** : Les cellules sexuelles males produites dans les testicules.

**Sperme** : Le liquide épais blanchâtre qui sort du pénis de l'homme lors de l'éjaculation. Il contient des millions de spermatozoïdes et autres composants.

**Système immunitaire** : Le système de défense du corps, responsable de la protection du corps contre les microbes envahissants qui causent infection et maladie.

**Testicule** : Un organe reproductif masculin situé dans le scrotum qui produit le sperme et les hormones masculines.

**Transmission** : Le passage d'une infection d'un individu infecté à un individu non infecté.

**Trompes de Fallope** : Les tubes qui connectent les deux ovaires à l'utérus. Ils portent les œufs de l'ovaire à l'utérus pendant l'ovulation. La conception a lieu quand un œuf et un spermatozoïde s'unissent dans une trompe de Fallope.

**Ulcère** : Une plaie ouverte de la peau, des yeux ou d'une muqueuse. Souvent accompagné par l'infection et l'inflammation.

**Urètre** : Le tube qui connecte la vessie à l'extérieur du corps chez les hommes et les femmes. L'urine passe par l'urètre chez les hommes et les femmes. Chez les hommes, le sperme passe aussi par l'urètre.

**Urétrite** : Infection et inflammation de l'urètre.

**Utérus** : Un organe musculaire du système reproductif féminin. Un œuf fertilisé grandit et se développe dans l'utérus jusqu'à ce qu'il soit prêt pour la naissance.

**Vagin** : Le passage qui s'étend de l'ouverture du vagin au col de l'utérus.

**Voie urinaire** : Le système qui produit, élimine et stocke l'urine. La vessie stocke l'urine, qui passe par l'urètre en sortant du corps.

**Vulve** : Partie externe de l'organe sexuel féminin qui entoure l'ouverture du vagin.

**Zone pubienne** : La zone autour des organes sexuels externes.

# RÉFÉRENCES

- American Psychological Association. (2009). *Answers to your questions about transgender individuals and gender identity* [Fact sheet]. Retrieved from <http://apa.org/topics/transgender.html>
- Balswick, J., & Balswick, J. (2008). *Authentic human sexuality: an integrated Christian Approach*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.
- Care Net of Puget Sound. (2008). *Life Choices SHARE program: Relations 201 speaker manual*. Issaquah, WA: Care Net of Puget Sound.
- Centers for Disease Control. (2009). *Male latex condoms and sexually transmitted diseases* [Fact sheet]. Retrieved from <http://www.cdc.gov/condomeffectiveness/latex.htm>
- Centers for Disease Control. (2010). *The ABCs of Hepatitis*. [Fact sheet]. Retrieved from [http://www.cdc.gov/hepatitis/Resources/Professionals/PDFs/ABCTable\\_BW.pdf](http://www.cdc.gov/hepatitis/Resources/Professionals/PDFs/ABCTable_BW.pdf)
- Goodall, W., & Goodall, R. (2006). *Marriage & Family* (1st ed.). Springfield, MO: Resource and Development Ministries.
- Hedgepeth, E., & Helmich, J. (1996). *Teaching about sexuality and HIV: Principles and methods for effective education* ( ed.). New York: New York University Press.
- National Cancer Institute. (2008). *Human papillomaviruses and cancer: Questions and answers* [Fact sheet]. Retrieved from <http://www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/Risk/HPV>
- Trelle, S., Shang, A., Nartey, L., Cassell, J. A., & Low, N. (2007). *Improved effectiveness of partner notification for patients with sexually transmitted infections: systematic review*. *British Medical Journal*, 334(7589), 354.
- United Nations. (2009). *Youth at the United Nations* [Fact sheet]. Retrieved from <http://www.un.org/esa/socdev/unyin/qanda.htm>
- World Health Organization. (2002). *Broadening the horizon: Balancing protection and risk for adolescents* (WHO). Geneva, Switzerland: WHO.
- World Health Organization. (2005). *Sexually transmitted and other reproductive tract infections: A guide to essential practice* (WHO). Geneva, Switzerland: WHO.