

Parlons de sexualité!

No. 117 Mars 2017, Par Courtney Weaver

Avouons-le, il n'est jamais facile de renseigner les enfants et les adolescents sur certains aspects de la sexualité, quels qu'ils soient. C'est gênant et compliqué, et il est difficile de déterminer quand il faut en parler et jusqu'où il faut aller. En l'absence de règles claires en ce domaine, voici cinq conseils pratiques pour parler de sexualité avec des enfants et des adolescents qui vivent avec un trouble du spectre de l'autisme (TSA) :

1. Si vous êtes bien informé, vous serez probablement plus à l'aise d'en parler, et cela est important. Maîtrisez bien les faits, même si vous devez d'abord effectuer des recherches terminologiques sur Google! Et soyez à l'aise d'utiliser la terminologie appropriée – si vous n'êtes pas capable d'employer les bons termes sans rougir et sans rire bêtement, il se peut que vous ne soyez pas la bonne personne pour aborder le sujet de la sexualité. Il n'y a rien de mal à ressentir de l'embarras, à la condition que ça ne paraisse pas! Soyez conscient que la terminologie et le jargon populaire changent lorsque les enfants deviennent des adolescents, et efforcez-vous de généraliser l'emploi de certains de ces termes au fil du temps.
2. Soyez direct! Les personnes ayant un TSA ont souvent de la difficulté à comprendre le langage abstrait ou indirect. Donnez des descriptions et des réponses brèves et claires. N'utilisez pas d'analogies pour expliquer les choses, sauf si vous êtes certain qu'il s'agit de quelque chose que votre enfant va comprendre et reconnaître.
3. Établissez une distinction entre les faits et les valeurs – c'est difficile, mais c'est important. Certains détails de la sexualité et des relations sexuelles sont de simples faits scientifiques.

Selon le niveau de compréhension de votre enfant ou de votre adolescent, il pourrait être très pertinent d'enseigner les valeurs qui entourent la sexualité – des valeurs familiales, culturelles ou religieuses. Enseignez d'abord les éléments scientifiques et situez-les ensuite dans le contexte qui correspond à vos valeurs.

4. Utilisez des stratégies d'enseignement qui vous sont familières, les mêmes qui sont efficaces pour enseigner d'autres habiletés à votre enfant. Si vous savez que votre enfant apprend bien avec beaucoup d'appuis visuels, utilisez-les aussi. S'il apprend bien à l'aide de scénarios sociaux, vous pouvez certainement vous servir de ceux-ci pour lui transmettre de l'information sur la sexualité.
5. Attendez-vous à devoir revenir sur le sujet. La répétition est souvent à la base des apprentissages. Pensez aux autres types de langage, ceux qui ont permis à votre enfant d'apprendre plein de choses sur les soins d'hygiène personnelle ou de développer ses aptitudes aux études. Rappelez-vous des nombreuses répétitions qu'ont peut-être exigé ces apprentissages. Ce n'est pas différent pour la sexualité!

Il n'est jamais trop tôt ou trop tard pour commencer à renseigner les enfants et les adolescents sur leur propre corps, sur les soins d'hygiène personnelle et sur l'autonomie. Certaines de ces habiletés seront enseignées en classe, mais pas toutes. Et pour les personnes qui ont un TSA, les détails, la répétition ou les stratégies d'enseignement nécessaires ne suffisent pas toujours – il est donc important de veiller à ce qu'elles aient de nombreuses d'occasions d'apprentissage tout au long de leur vie!