

## TOPO POUR LE SENAT (sujet programme d'EARS)

### Sexualité et Liberté

Il est passionnant d'élaborer un programme d'éducation affective et sexuelle, mais avant de travailler sur le contenu, il est juste de revenir aux fondamentaux

Car c'est avant tout un esprit plus qu'un savoir faire dont les adolescents ont besoin !  
ce sont ces fondamentaux qui leur permettront de trouver le chemin de la liberté.

Les adolescents aiment l'audace, le courage, les convictions et la cohérence ...Quelle chance aujourd'hui, qu'aucun sujet ne soit tabou !

leur vision de la sexualité est faussée par la pornographie.

Ils sont capables d'ouverture d'esprit, mais sont vite étiquetés si ils ne répondent pas à la norme !

Comme il est injuste de réduire une personne à son milieu ou à ce qu'elle a fait, à son orientation sexuelle et ou à son identité de genre!

J'en ai fait bien souvent l'expérience dans les établissements mais aussi dans les quartiers défavorisés notamment à Marseille, dans les prisons de jeunes mineurs, avec les collégiens, les étudiants et les jeunes pro ...

Les jeunes des quartiers défavorisés risquent leur vie chaque semaine ! « *leur esperance de vie ne dépasse souvent pas 25 ans quand ils sont dealers* » me disait une maman musulmane dans la zone nord de Marseille!

Ils se posent très peu de questions sur l'identité de genre ou l'identité sexuelle !

Ils ont tellement d'autres combats à mener pour survivre !

Les adolescents rencontrés dans les prisons de jeunes mineurs (13 /17 ans) m'ont profondément marqué par leur beauté intérieure ! certains ont tués, monté des réseaux de prostitution ou de drogues à 13 ans mais tout au fond d'eux ils ont comme nous des désirs, des rêves, des espoirs des larmes et une grand détresse

Il faut les prendre en compte et les aider !

Les collégiens, lycéens, habitués à tik tok ou insta ou autres réseaux sociaux, ont une vie quotidienne moins dangereuses mais se posent beaucoup de questions et vont trouver chez les influenceurs leurs remèdes, sans passer par une écoute respectueuse et individuelle dont ils auraient vraiment besoin.

Ils passent de leur mal être à une solution proposée, comme pour se débarrasser au plus vite de toutes interrogations compliquées.

Leurs questions m'interrogent : faut-il passer par des préliminaires ? doit on doit-on regarder du porno ? est- on oblige obligé de vivre la sodomie ?

DOIT ON / FAUT il !?

Oui la liberté n'est pas si simple à acquérir et c'est un chemin !

Pourtant elle habite au plus profond de chacun.

En pensant à ces milliers de jeunes que j'ai pu rencontré depuis 15 ans, il me semble essentiel de promouvoir et soutenir une éducation à la vie affective relationnelle et sexuelle qui :

1- respecte,

2- écoute,

3- unifie,

4- propose

5- et enfin favorise l'estime de soi

### **1 Respecter :**

En éducation affective et sexuelle, la notion la plus fondamentale me semble être le respect,

le respect de toute personne sans exception : les directeurs, le corps professoral et tous ceux qui gravitent autour, les enfants, les adolescents, mais aussi leurs parents !

Ces rencontres me fascinent car la personne reste pour moi profondément mystérieuse !

Elle a besoin d'être regardée dans ce qu'elle a de plus beau, accueillie comme elle est, écoutée profondément, patiemment et inconditionnellement !

Cela change tout de regarder la personne, simplement dans ce qu'elle est et non dans ce qu'elle a fait !

Puis de là où elle en est, ouvrir un espace pour qu'elle intègre les choses progressivement, doucement et délicatement.

Il y a une différence entre instruire et éduquer.

Instruire prend soin de nourrir l'intelligence

Eduquer prend soin de toute la personne !

Pour Eduquer il faut croire en la personne, lui faire confiance , **tant pis si on se trompe** :

C'est ainsi qu'elle pourra exercer son libre arbitre !

## 2 écouter

S'écouter soi en premier lieu en tant qu'éducateur :

- o Un travail sur soi est indispensable pour ne pas imposer nos blessures aux jeunes que nous rencontrons . Prendre conscience de nos propres fragilités.

(Le lieu de nos blessures pacifiées est souvent le lieu nos talents) .:

Qui peut mieux consoler un enfant abusé que quelqu'un qui a vécu cela tout petit .

Qui peut mieux comprendre le rejet que quelqu'un qui a été rejeté ? etc ...

**Encore faut il que nos blessures soient pacifiées !**

Cela permet de proposer une écoute sans morale, ni recommandations prophylactiques, sans donner de solution, mais, en respectant le chemin de la personne, en l'accompagnant vers la liberté, en allant parfois jusqu'à la déchirure du coeur ! Ce n'est pas facile, mais c'est un baume pour la personne que j'écoute ....

### **Louise m'a permise de raconter son histoire qui illustre bien le chemin qui mène à plus de liberté !**

Elle me demande un RDV : son projet de transition pour devenir Boris l'habite depuis 6 mois.

Elle arrive, je lui tends la main et lui dit « bonjour Boris ».

Surprise, elle marque un arrêt et me sourit, étonnée !

Un profond respect s'installe et nous élaborons durant 3/4 d'heure la réalité de Boris, son projet, sa transition, sa vie future !

Il me semble important de plonger à pied joint dans son rêve pour qu'elle puisse se projeter dans la réalité de ses désirs.

Elle avance librement dans sa réflexion, pas à pas. Je prends soin de ne répondre qu'à ces questions pour ne pas abimer son cheminement .

Contre toute attente, au bout de 3/4 d'heure, elle me bouscule en me demandant : « j'ai un service à vous demander" :

Bien sur !

« Vous pouvez m'appeler Louise SVP ? Merci d'avoir pris le temps de m'écouter mais ce sera trop compliqué de devenir Boris » Elle abandonne son projet !

Certains auront peut être besoin de devenir Boris, mais pas tous !

Les jeunes ont besoin de réfléchir d'avoir des espaces d'écoute de silence et de respect !.... Les influenceurs sont nombreux, mais écoutent-ils ?

Les jeunes apprécient d'exercer leur liberté quand on leur laisse l'espace et le temps ! et cela leur fait du bien !

La liberté intérieure s'acquiert par une écoute de soi

Tous en ont besoin !

### **S'unifier**

L'éducation affective e et sexuelle devrait favoriser un chemin d'unité.

Proposer un voyage intérieur en rejoignant les 4 dimensions de notre personne (notre corps, nos émotions, notre intelligence et notre coeur profond) permet d'apprendre à se connaître .

c'est un chemin exceptionnel qui fait tant de bien !

Il y a une perte des repères anthropologiques.

Les jeunes sont souvent perdus et incohérents.

Emma et Caroline en 3 eme sont venues me voir à la fin d'une intervention en me disant : « *En fait, on est lesbienne mais du coup, on n'est pas obligées de prendre la pilule !?* »

ils ne trouvent pas toujours de réponses à leurs questions existentielles qui ont tellement changés depuis 10 ans : Elles parlent moins de relation que de recherche d'identité

Qui suis je ? binaire, non binaire, agenré, asexuel, gender fluide etc ... ?

D'ou l'importance de favoriser ce voyage intérieur pour se connaître, se comprendre, s'accueillir, mais aussi voir si on est aligné ajusté, équilibré avec soi et dans nos relations !

### **Le corps par exemple est bon car**

- il nous permet d'entrer en relation
- il ne ment jamais,
- il n'oublie rien, se souvient de tout dans les moindres détails !
- 

1. Ex : Une personne de 40 ans qui avait subi des abus sexuels dans sa petite enfance a tout entreposé dans une mémoire dite « amnésique » pour continuer à grandir sans mourir !

Son bourreau décède. Elle décide de partir à l'enterrement mais son corps se paralyse au moment de s'y rendre !

Oui, son corps refuse cette dernière rencontre et tous ses souvenirs remontent enfin ! j'en ai été témoin !

**Les émotions** disent bcp de nous et les jeunes heureusement en sont bien conscients. L'alphabetisation émotionnelle est importante pour faire des choix , dire de vrais oui ou de vrais non ! ressentir et le dire évite bien des maux !

Nos émotions démesurées viennent de nos blessures anciennes et peuvent abimer l'amour et la sexualité quand elles arrivent sans crier gare.

Seule, une écoute intérieure de notre passé blessé pourra nous permettre de retrouver la liberté.

**L'intelligence** est souvent mise de côté dans la vie affective et sexuelle . **Pourtant interroger** ce lieu permet de discerner si une relation est juste, ambigu (voir toxique !)

Les jeunes aiment découvrir ici la notion du consentement en quittant le « Sentir pour réagir » pour passer au « réfléchir pour agir librement ».

Ils découvrent le bon sens et le discernement

Un acte par exemple peut paraître bon mais il est juste de vérifier si les intentions sont bonnes et les circonstances favorables !

Devenir responsable des actes que l'on pose demande un apprentissage et permet de donner et recevoir sans se blesser !

**Le cœur profond** : Nous arrivons dans un lieu qui me fascine tant parce qu'il est le lieu de la vérité que le lieu de l'exercice de la liberté.

*Un Proverbe persan nous dit : « Fends le cœur de l'homme, tu y trouveras un soleil. »*

Oui Nous avons tous un bon fond

◀

C'est un lieu intact qui redonne courage et espoir, il relève !

Si je pouvais vous relater toutes les expériences que j'ai pu voir, de jeunes qui se sont relevés, qui ont cru en eux, qui ont su parfois changer de cap pour retrouver une vraie liberté.

S'appuyer sur ce lieu dans les moments de doutes d'abandon, de découragements, de trahisons est un baume !

Pour l'éducateur cela nécessite une grande prudence et une grande délicatesse pour respecter le passé et la personne que j'écoute ;

l'inviter à aller au fond d'elle-même ...et ensuite se retirer sur la pointe des pieds : il est juste de faciliter ce chemin jusqu'au trésor intérieur , la suite ne nous regarde pas !

sinon on risquerait de violer leur liberté

*Un jeune me glisse à l'oreille : j'ai mis une muraille épaisse autour de mon corps ma sensibilité mon intelligence et j'ai menti mais menti à 20 psychologues et 3 psychiatres : ils n'ont jamais pu voir ce qui se cachait au fond de moi et moi je ne savais plus qui j'étais ! mais aujourd'hui mon cœur profond est en train de fendiller tout cela ! c'est dingue votre truc ! On a tout en soi !*

On ne peut se réfugier par confort dans une dimension et en désertant une autre ! Mais si j'habite mon corps , je pourrais mieux par ma présence consoler, rassurer, aimer

Si j'habite ma sensibilité, je pourrais mieux ressentir ce que vivent les autres .

Si j'habite mon intelligence, je pourrais discerner ce qui est de l'ordre de l'amour ou non

si j'habite mon coeur profond je pourrais apporter une présence juste et équilibrée à mon entourage !

Toutes ces dimensions sont importantes et utiles pour aimer et vivre sa sexualité. en toute liberté

*Alice, 3ème, à la fin d'une intervention vient me parler un peu perdue et me raconte qu'après pas mal de cruchs avec plusieurs garçons qui pour certains l'ont profondément blessée, elle est tombée très amoureuse de Josephine, qu'elle semble aimer profondément*

*Elle s'arrête un instant et me demande si je suis transphobe ?!*

*Je ne comprends pas bien pourquoi elle me pose cette question mais je lui réponds que j'aime les personnes et que peu importe leur orientation sexuelle ou leur identité de genre !*

*La personne reste toujours pour moi profondément belle !*

D'ailleurs je n'ai personnellement jamais rencontré de phobes (ni d'homophones ni de transphobes ni de cisphobes) :

Dès lors qu'on entre dans la réalité des personnes, elles sont toujours capables de baisser la garde et d'être merveilleusement belles.

La haine n'existe pas quand on se respecte !

*Je continue :*

*Alice est donc très amoureuse de Josephine*

*Mais Joséphine a décidé de devenir Jules et a entamé une transition !*

*Alice se pose bcp de questions mais ne trouve pas de réponses :*

*Suis je en train de redevenir hetero du coup ?*

*Suis je toujours lesbienne ?*

*Suis je bi à cause du changement de Jules ?*

*Ou autres ?*

*Tout se mélange dans sa tête :*

*qui suis je ?*

*quelle est mon identité ?*

*Elle aime le corps de Joséphine qui est en train de se transformer, mais elle n'a pas pu appréhender l'avenir avec Jules !  
Elle va EVIDEMMENT avoir besoin de temps, de réflexion.  
elle ne sait pas pour l'heure ce que va advenir de sa relation avec Jules !*

Si je reste uniquement dans la dimension de mon intelligence, je ne vais pas la respecter.  
Pour respecter il faut rejoindre le coeur !  
Nous nous serions sinon conforté ou affronté d'intelligence à intelligence.

Mais là, elle retrouve paix et confiance parce qu'elle a accès à son coeur profond .  
Elle sait qu'elle peut prendre du temps pour réfléchir à sa relation en devenant amie du silence et de la patience !  
Il y a peu de lieu d'écoute profonde dans notre monde mais elle peut trouver sa réponse en elle et elle le sait !  
Je lui propose de retourner dans ce lieu aussi souvent qu'elle en aura besoin  
Je la quitte apaisée elle sait où puiser sa force !  
Elle s'est reconnecté à sa liberté grâce à l'unité retrouvée. Je ne peux douter qu'elle choisisse ce qui est le meilleur pour elle !

Maurice zundel résume ceci en une phrase :

*« ce qui importe, c'est précisément de vivre cette prise de conscience, de vivre cet infini en soi et dans les autres pour prendre en main notre humanité. »*

## **PROPOSER**

Il serait bon d'éduquer à l'empathie, mais aussi à l'esprit critique pour éviter notamment le harcèlement, l'intolérance !  
à l'amitié bienveillante mais aussi à l'Amour, à la beauté de la sexualité, loin des angoisses de la performance du Kamasutra et de la vision irréaliste et violente de la pornographie !

*Maxence, élève en 6<sup>ème</sup> m'a demandé complètement angoissé, comment il arriverait un jour à éjaculer à 5m !*

*La sexualité est un langage qui vient du coeur.*

*Comment peut-il découvrir ce langage si son coeur est habité par autant d'inquiétude !?*

Les questions comme celles de Maxence sont malheureusement quotidiennes et déroutantes ! Je ne m'y habitue pas !  
Quand ses fondements, ce savoir être sont bien ancrés on peut proposer un programme plus détaillée

- o Ne pas être trop idéalistes mais réalistes et cohérents

- o Devant leur découragement, les écouter et croire en eux !
- o Leur proposer une réflexion intellectuelle unifiante
- o Leur proposer de justes projets pour grandir et se dépasser
- o Leur apprendre à sortir de soi pour donner et recevoir librement
- ✓ Se libérer de la pornographie, des réseaux sociaux et des portables
  - o Leur confier la mission d'aider les plus jeunes
  - o Leur parler de la notion de résilience si chère au cœur de Boris Cyrulnik
  - o Et enfin les aider à descendre en eux pour faire face au défi qu'ils rencontrent !
  - o Victor Frankle le résume plus poétiquement :

*« Se mettre à l'écoute du ministère de leur âme et devenir pour eux cet espace où la liberté respire, afin qu'ils sachent que le ciel n'est pas là-bas derrière les nuages, mais qu'il est maintenant ici au plus intime de notre cœur »*

### **Conclusion :**

Je terminerai ces propos en disant combien il est urgent -pour tous ces jeunes mais aussi pour leurs parents de développer

- 1 la confiance en soi en cultivant ses talents et l'humour de soi

mais surtout

2 l'estime de soi en se tournant vers le beau, grâce à l'art et la nature

Cela console, élève et fait du bien !!

Comme l'écrit si bien Christophe André : médecin et psychologue

**S'estimer : c'est s'oublier**

Je trouve cette phrase juste

Notre monde est souvent bien narcissique !

Grandir en estime de soi est un chemin nécessaire pour se tourner vers l'autre,  
se donner pour mieux aimer !

et enfin recevoir pour continuer à donner

donner ce que l'on est, donner son cœur profond !

C'est un chemin qui rend heureux et nous en sommes tous capables !



Pour rester concentré sur ceux m'inspirent et qui m'ont tout appris, je vous raconte en guise de conclusion une dernière histoire :

*Léa, 15 ans, m'a demandé un entretien individuel, où elle m'a confié : « Je ne suis pas venue pour vous raconter ma vie. En deux mots : je suis la prostituée de la classe, mais ce n'est plus cela qui est important . Et je suis venue parce qu'il y a très longtemps que personne n'a posé un regard bienveillant sur moi, comme vous l'avez fait aujourd'hui... Je n'ai plus aucune estime de moi, je me sens nulle, et je voulais juste vous demander si pendant trois mois jour pour jour, vous pourriez, dans votre maison, me regarder comme vous l'avez fait tout à l'heure. Je n'ai plus aucun espoir pour moi, mais je crois que vous en avez, vous. »*

**Oui, un regard sauve !**

Mon expertise auprès de milliers de jeunes que je vous ai partagé confirme que le programme en **éducation affective et sexuelle** doit de manière prioritaire s'appliquer sur les fondamentaux que j'ai énoncé :

- 1- Le respect
- 2- L'écoute,
- 3- L'unité
- 4- L'estime de soi,

Je vous remercie de votre attention,  
Valérie Ternynck