

10 questions que les jeunes se posent sur la sexualité

22 juin 2024 à 16h 35 - [Ousmane CISSE](#)

L'adolescence est une période de découvertes et de questionnements, notamment en ce qui concerne la sexualité. Dans cet article préparé par l'équipe de Génération qui ose, nous vous proposons la liste des principales questions que les jeunes se posent, accompagnée de réponses claires et informatives à chacune de ces interrogations.

1. Qu'est-ce que la puberté ? La puberté est une phase de transition durant laquelle le corps de l'être humain subit des changements pour passer de l'enfance à l'âge adulte. Cela inclut la croissance des poils, des modifications de la voix, et, pour les filles, le début des menstruations. Ces changements peuvent provoquer des émotions intenses et des interrogations sur le corps et ses fonctions.
2. Comment savoir si je suis prêt.e pour avoir des relations sexuelles ? La préparation pour des relations sexuelles est personnelle et varie d'un individu à l'autre. Il est important de se sentir émotionnellement prêt.e, de comprendre les conséquences potentielles et de pouvoir discuter ouvertement avec son ou sa partenaire de consentement, de contraception et de protection contre les infections sexuellement transmissibles (IST).
3. Quelles sont les méthodes de contraception disponibles ? Il existe diverses méthodes de contraception pour prévenir les grossesses non désirées, telles que les préservatifs, les pilules contraceptives, les implants, les anneaux vaginaux ou encore les dispositifs intra-utérins (DIU). Chaque méthode a ses avantages et inconvénients, et il est essentiel de choisir celle qui convient le mieux à votre style de vie et à votre santé. Pour cela, nous vous conseillons de consulter votre médecin ou un professionnel de santé.
4. Qu'est-ce que le consentement ? Le consentement dans ce cas précis est un accord volontaire donné par chaque personne impliquée dans une activité sexuelle. Il doit être clair, enthousiaste et réversible à tout moment. Le consentement ne peut être obtenu par la coercition, la manipulation ou lorsque l'une des personnes est sous l'influence de drogues ou d'alcool.
5. Comment se protéger contre les infections sexuellement transmissibles (IST) ? Les IST se transmettent principalement par des relations sexuelles non protégées. Utiliser des préservatifs est une méthode efficace pour se protéger. Il est également important de se faire tester régulièrement, de discuter des antécédents sexuels avec son partenaire et de se vacciner contre des infections comme le papillomavirus humain (HPV).
6. Comment parler de sexualité avec ses parents ? Parler de sexualité avec ses parents peut sembler intimidant, mais il est souvent bénéfique de le faire. Choisissez un moment calme pour entamer la conversation, exprimez clairement vos questions ou préoccupations, et soyez ouvert et honnête. Les parents peuvent offrir des conseils précieux et des informations fiables sur cette thématique qui demeure tabou dans notre société.
7. Que faire si je ressens de la pression pour avoir des relations sexuelles ? Il est important de ne jamais céder à la pression pour avoir des relations sexuelles. La décision doit être personnelle et basée sur votre propre confort et désir. Si vous ressentez de la pression, communiquez vos sentiments clairement à votre partenaire et prenez le temps de réfléchir à vos propres besoins et limites. Si nécessaire, suite à des menaces ou à des intimidations, n'hésitez pas à contacter les services de sécurité.
8. Quels sont les signes d'une relation saine ? Une relation saine se caractérise par le respect mutuel, la communication ouverte, le soutien émotionnel et la confiance. Les partenaires dans une relation saine se sentent valorisés et respectés, peuvent discuter librement de leurs sentiments et préoccupations, et prennent des décisions responsables ensemble.
9. Qu'est-ce que le plaisir sexuel ? Le plaisir sexuel est une sensation agréable résultant de l'excitation et de l'activité sexuelle. Il peut varier grandement entre les individus et peut être influencé par des facteurs physiques, émotionnels et relationnels. Le plaisir sexuel est une composante normale et saine de la sexualité, tant qu'il est partagé de manière consensuelle.
10. Comment gérer la peur ou l'anxiété liée à la sexualité ? La peur ou l'anxiété concernant la sexualité est courante et peut être abordée de différentes manières. Parler de vos préoccupations avec un adulte de confiance, un conseiller scolaire ou un professionnel de la santé peut apporter du réconfort et des réponses. La connaissance et la compréhension de la sexualité peuvent également réduire l'anxiété. Comme nous venons de le voir dans ces dix questions-réponses, les interrogations sur la sexualité sont naturelles et font partie intégrante du développement personnel. Il est donc important de rechercher des informations fiables et d'avoir des discussions ouvertes avec des personnes de confiance. La sexualité est une partie de la

vie qui, bien comprise et bien gérée, contribue au bien-être général et à des relations saines et épanouies.