

Guide sexualité & handicap

À l'attention
des animateurs et
animatrices de Centres
de Planning Familial



Une réalisation de la Fédération des Centres de Planning
Familial des Femmes Prévoyantes Socialistes

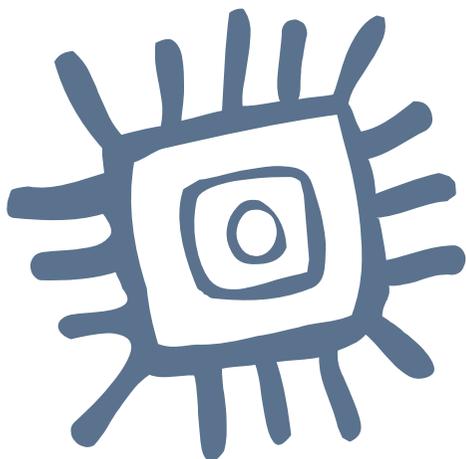
sexualité & handicap

Guide à l'attention des professionnel-les
de l'animation à la vie affective et sexuelle (VAS)
des Centres de Planning Familial (CPF)

Guide Sexualité et Handicap - À l'attention des animateurs et animatrices de Centres de Planning Familial, La Fédération des Centres de Planning Familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, Bruxelles, 2011.

Table des matières

Avant-propos	5
1^{ère} partie : Pour commencer...	7
1. État des lieux	9
2. Objectifs du guide	10
3. Sources	11
4. Précautions	11
5. Le handicap	12
6. Conseils	14
2^{ème} partie : Mettre en place une animation VAS à destination des personnes handicapées	15
7. Prise de contact	17
8. L'animateur	18
9. L'institution, l'équipe éducative et le Centre PMS	19
10. Les parents	21
11. Matériel, outil, temporalité	23
12. Thèmes	25
13. En groupe ? Individuellement ?	28
3^{ème} partie : Donner une animation à la VAS	29
14. Organisation pratique	31
15. Démarrer son animation	33
16. À garder à l'esprit	34
17. Adaptation	35
18. Mixité	36
19. Et si ça dérape ?	36
4^{ème} partie : Intégrer l'EVAS dans le quotidien des personnes handicapées	37
20. L'évaluation de l'animation	39
21. Le suivi	40
22. L'accès à une VAS	41
Conclusion	43
Annexe – Liste d'outils	46
Annexe – Liste de lectures	47





Avant-propos

Aujourd'hui, pour beaucoup d'entre nous, la sexualité n'est plus un tabou. Affichée, diffusée, commercialisée et même étudiée, la sexualité fait partie de notre quotidien. Synonyme d'épanouissement, elle contribue à notre qualité de vie. Le droit à une vie affective et sexuelle relève d'une liberté fondamentale. Pour le délimiter et le rendre accessible à toutes et à tous, une éducation et des informations sont nécessaires. Qu'en est-il pour les personnes en situation de handicap ?

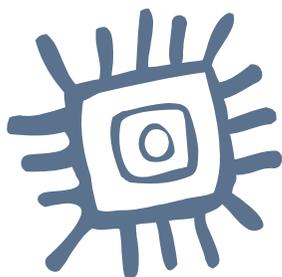
Niée jusqu'il y a peu, la vie affective et sexuelle des personnes handicapées suscite encore aujourd'hui beaucoup de tabous, gênes et interrogations. La diversité des handicaps et des représentations qui l'entourent, la réalité de vie de la personne, les conséquences possibles liées à la pratique de la vie affective et sexuelle (grossesse, IST), le contexte juridique sans oublier l'aspect éthique, sont autant d'éléments qui illustrent la complexité du thème. Ces difficultés ne doivent toutefois pas empêcher la mise en place de recherches, de projets, d'actions concrètes etc. pour permettre aux personnes handicapées d'exercer effectivement leur droit à une vie sexuelle et affective.

Au travers de cet ouvrage, nous voulons contribuer à cet objectif. Parmi toutes les actions possibles, nous avons choisi de nous centrer sur l'éducation à la vie affective et sexuelle. Ce guide vise donc **l'accessibilité pour les personnes handicapées aux informations et aux services disponibles en matière de vie affective et sexuelle et ce, au moyen des animations.** Ainsi, nous

travaillons à réaffirmer le droit de toutes et tous à la vie affective et sexuelle.

Ce guide s'adresse à tous **les animateurs et animatrices des centres de planning familial** désireux de commencer un projet VAS¹ auprès du public handicapé. Fil rouge de notre démarche, nous avons tenu à mettre en exergue **l'importance d'un travail de collaboration** entre les différents acteurs impliqués dans les animations à la vie affective et sexuelle à savoir, les professionnels de l'enseignement et de l'hébergement, les personnes en situation de handicap, leurs parents et les professionnels des centres de planning familial.

Ce guide s'inscrit dans une perspective d'égalité entre les genres. C'est uniquement par souci de lisibilité que nous n'emploierons pas systématiquement les mots au masculin et au féminin. Il est évident que tous les termes utilisés incluent cependant de manière égale les femmes et les hommes.



¹ Vie Affective et Sexuelle

1^{ere} Partie

Pour commencer...



1• Etat des lieux

Jusqu'à la seconde moitié du XXe siècle, la sexualité des personnes handicapées était tout simplement niée. Perçues comme d'éternels enfants déssexualisés, elles étaient considérées comme détachées des réalités de la vie affective, relationnelle et sexuelle.

Au fil du temps, grâce à des initiatives, réflexions, publications et législations, cette problématique a considérablement évolué. Libellé en 2007, le droit à la vie affective et sexuelle des personnes handicapées a rejoint la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées. Des obstacles et des interrogations subsistent néanmoins.

Pour certaines personnes, être en situation de handicap implique une dépendance allant parfois jusqu'à la présence d'un tiers. Pour d'autres, la vie en institution ou dans la cellule familiale pose des problèmes d'intimité. La place du tiers, les craintes des parents ou encore les réalités de vie en institution sont des facteurs qui peuvent rendre difficile l'accès à ce droit. Ces situations ne devraient pas pour autant signifier de renoncer à une vie affective. Cela demande une organisation et des aménagements qui ne sont pas forcément irréalisables.

Les personnes en situation de handicap, comme les autres, aspirent à avoir une vie relationnelle, affective et sexuelle. Pour cela, il est utile qu'elles soient correctement informées sur le sujet.

Au travers des animations à la vie affective et sexuelle (VAS), les centres de planning familial (CPF) participent à la reconnaissance et l'accessibilité de ce droit. Actuellement, il existe peu de formations à l'animation VAS pour le public des personnes handicapées. Peu familiarisés avec ce public, les animateurs de CPF

se sentent parfois démunis au moment de préparer et démar-
rer ce projet VAS.

Ce guide s'adresse à vous, animateurs. Tremplin de départ, nous espérons qu'il vous apportera le petit coup de pouce utile pour vous lancer.

2 • Objectifs du guide

Accessibilité

Le guide a pour objectif de contribuer à l'accessibilité pour les personnes handicapées aux informations et aux services disponibles en matière de vie affective et sexuelle et ce, au moyen des animations.

Inclusion

Ce projet participe également à un travail d'inclusion. Refusant la stigmatisation, les personnes en situation de handicap ressentent le besoin de s'adresser à des services généralistes qui concernent l'ensemble de la population. C'est le cas des CPF et nous souhaitons répondre au mieux à cette demande.

Expertise

Ce projet tend également à renforcer les connaissances et compétences des CPF en matière d'éducation VAS pour ce public.

Conseils pratiques

Cette brochure se veut aussi une aide à la préparation et au démarrage des animations VAS auprès des personnes en situation de handicap. Recueil de conseils, de références, de trucs et astuces, elle permet une mise en commun de connaissances et de pratiques. Attention toutefois de garder à l'esprit qu'**il n'existe pas une seule et bonne façon de réaliser les animations.**

3• Sources

Cette brochure a été réalisée grâce à l'apport de professionnels et sur base de lectures et d'entretiens.

- Plusieurs ouvrages et sites internet ont été consultés, dont vous trouverez certaines références à la fin de ce guide.
- Des centres de planning familial mais aussi des associations et institutions ont partagé avec nous leurs expériences, difficultés et réussites lors d'entretiens semi-directifs.
- Un forum intitulé « Sexualité et handicap » a eu lieu le 17 juin 2011 à Charleroi. Co-organisé par la Fédération laïque des CPF et notre Fédération, il nous a permis de réunir les professionnels du handicap, les personnes handicapées et leurs parents, croisant ainsi les regards.
- Un comité d'accompagnement (Wallonie), composé d'experts de l'administration, des cabinets ministériels et de professionnels de terrain nous a également guidés et conseillés tout au long du projet.

4• Précautions

Grâce à tous les apports ci-dessus mentionnés, nous avons bénéficié d'une vision très large de la situation et posé le constat de la pluralité des situations : la diversité des handicaps mais aussi l'influence de l'âge, du sexe de la personne et du contexte d'apprentissage nous sont clairement apparus.

*Il n'existe pas **un** handicap, mais **des** handicaps. Tout comme il n'existe pas **une** sexualité, mais **des** sexualités ; ni **une** méthode d'animation mais bien **plusieurs**.*

L'idéal serait d'explorer ces particularités afin d'affiner les conseils donnés pour chaque type de public, chaque contexte particulier. Ce travail est colossal et demanderait la rédaction de plusieurs guides.

C'est pourquoi nous avons privilégié pour ce guide une approche généraliste qui puisse répondre aux questions les plus fréquemment posées. Nous parlerons donc de façon très globalisante de « la personne handicapée ». Nous sommes conscients du fait que cette approche est restrictive mais nous souhaitons encourager les animateurs à aller à la rencontre de leurs publics spécifiques, et d'apprendre auprès d'eux la diversité qui les caractérise afin d'affiner au mieux leurs interventions.

Notons enfin que le handicap physique est ici moins pris en compte car le contenu même des animations pour ce public est bien peu différent de celui donné à des personnes valides. Les animateurs ont d'ailleurs très peu de demandes, si ce n'est sur des questions plus pratiques que nous n'aborderons pas dans ce guide (positions ou techniques liées à la VAS, aide sexuelle, accessibilité de certains lieux...).

5• Le handicap

Si vous êtes peu familiarisé avec le domaine du handicap et désireux d'approfondir vos connaissances, vous pouvez consulter les ressources en annexe. Voici toutefois une brève introduction.

Le handicap est une déficience qui peut être physique, mentale ou sensorielle et qui engendre des limites fonctionnelles et/ou des difficultés sociales.

Il existe de multiples handicaps qui se divisent en plusieurs catégories.

- Les handicaps mentaux et cognitifs
- Les handicaps moteurs ou physiques
- Les handicaps sensoriels
- L'autisme
- Le polyhandicap

Le handicap peut apparaître à n'importe quel moment au cours de notre vie. Les causes sont nombreuses.

- Causes prénatales
- Causes périnatales
- Accidents
- Anomalies congénitales
- Anomalies génétiques
- ...

Enseignement

En fonction du handicap, il existe plusieurs types d'enseignement (8 en Belgique). Ils sont regroupés dans l'enseignement spécialisé. Celui-ci répond aux besoins spécifiques de l'enfant, nécessaires à son apprentissage.

Des informations complémentaires sont disponibles sur : www.enseignement.be ou dans la brochure « L'enseignement en intégration et l'enseignement spécialisé » réalisée par l'ASPH².

LES TYPES D'ENSEIGNEMENT SPÉCIALISÉ

- Type 1 Retard mental léger
- Type 2 Déficience mentale modérée à sévère
- Type 3 Troubles caractériels
- Type 4 Déficience physique
- Type 5 Enfants hospitalisés
- Type 6 Troubles de la vision
- Type 7 Troubles auditifs
- Type 8 Troubles instrumentaux

² Association Socialiste de la Personne Handicapée

6 • Conseils

Trop fréquemment, les personnes handicapées sont perçues comme différentes et empreintes de mystère. Établir le contact avec elles, communiquer et échanger semble difficile pour beaucoup d'entre nous. Voici quelques conseils pour vous mettre à l'aise.

- Ne les traitez pas différemment : les personnes en situation de handicap ne veulent pas de la pitié et aspirent au même souci d'égalité que les autres
- Pensez d'abord à la personne qui est en face de vous : le handicap ne définit la personne que de manière secondaire
- N'ignorez pas le handicap mais essayez de le comprendre
- Ne vous arrêtez pas au handicap et aux limites de la personne mais privilégiez ses compétences, ses ressources
- Adressez-vous directement à la personne, non pas à son (éventuel) accompagnateur
- Parlez de façon naturelle, inutile de hausser le ton, de décortiquer les phrases ou d'infantiliser la personne
- Informez-vous sur les différents types de handicap
- Proposez votre aide mais ne l'imposez pas.

D'autres conseils plus spécifiques au contexte d'animation viendront alimenter ce guide. La brochure « Nos habitudes, nos attitudes, nos différences. Conseils, trucs et astuces » réalisée par l'AWIPH³, vous permettra d'approfondir les pistes de communication en fonction de différents types de handicap.

³ Agence Wallonne pour l'Intégration des Personnes Handicapées

2^{eme} Partie

Mettre en place une
animation VAS à destination
des personnes handicapées



7• Prise de contact

La demande d'animation auprès des CPF émane le plus souvent d'une institution ou d'une école. De manière générale, elle apparaît suite à un élément déclencheur et concerne fréquemment les questions suivantes :

La parentalité et la grossesse, la transmission d'infections sexuellement transmissibles (IST), la présence de gestes, de comportements et de paroles déplacés et les risques liés à l'utilisation d'Internet. À regret, la demande provient rarement des personnes handicapées elles-mêmes ou de leurs parents. Cette absence ne reflète pas un désintérêt de leur part, mais peut-être simplement une méconnaissance des missions des CPF. C'est pourquoi, nous encourageons une démarche active de la part des CPF afin de promouvoir leurs services auprès du public handicapé.

La plupart du temps, l'équipe du CPF n'est pas appelée de façon préventive, mais en réponse à un problème ponctuel. Par la suite, au fil des animations, son travail au sein de l'institution ou de l'école évolue parfois à long terme en prévention, mais pas systématiquement. Pourtant, les animations ne sont pas des solutions miracles. Un véritable travail d'éducation à la vie affective et sexuelle se fait sur le long terme et implique la participation des professionnels, des parents et des personnes handicapées.

Comment encourager le travail de prévention ? En favorisant la visibilité des CPF et de leurs missions auprès des institutions, écoles et asbl destinées aux personnes handicapées. N'hésitez pas à vous faire connaître !

8• L'animateur

En plus de leur parcours et de leur expérience, il arrive que certains animateurs éprouvent le besoin de s'informer sur les particularités du public qui nous concerne. Mais actuellement, **il existe peu de formations** destinées aux animateurs et spécifiques à l'animation VAS pour un public de personnes handicapées⁴. Les formations sont généralement de courte durée et ne sont pas systématiquement intégrées au sein d'un cursus d'études.

Malgré cela, en tant qu'animateur, vous possédez un bagage en animation VAS qui peut se transposer à ce projet. Vous pouvez vous informer sur le thème du handicap par des lectures ou auprès des institutions et asbl du secteur (voir références en fin de guide).

Des rencontres avec le public ciblé par l'animation peuvent également être envisagées. **Rencontrer au préalable le groupe** permet d'établir un contact, d'observer sa dynamique et in fine, de se rassurer quant à la préparation et au déroulement de l'animation. Outre cela, la connaissance du public se fera tout naturellement lors des animations.

Au-delà de la formation et de l'expérience, il est préférable de posséder certaines **qualités et compétences** pour se lancer dans les animations VAS auprès du public handicapé.

- Etre à l'aise avec les questions liées au handicap et à la sexualité
- Posséder des connaissances sur le thème du handicap
- Etre patient et à l'écoute
- Connaître ses limites
- Se rendre disponible avant et après l'animation
- Etre flexible, souple durant les animations

⁴ A ce sujet, signalons que la Fédération laïque des CPF (FLCPF) organise des formations intitulées « Sexualité et Handicap »

- Faire preuve de créativité, d'inventivité dans l'adaptation des outils
- Ne pas être intrusif, ni déplacé dans ses propos
- Pouvoir s'adapter
- Être capable de se remettre en question
- Faire preuve de tolérance ; ne pas transposer ses propres valeurs et jugements sur le groupe
- Ne pas se formaliser face à certains comportements

9• L'institution, l'équipe éducative et le Centre PMS

S'informer

Avant de débiter les animations, il est primordial d'effectuer un travail avec l'équipe éducative. L'analyse de la demande, des attentes et besoins de l'institution ou de l'école est incontournable.

Rapidement, vous devez vous informer du règlement d'ordre intérieur, ainsi que des positions et limites de l'institution ou de l'école en matière de VAS. Tout au long des animations, gardez à l'esprit de **ne pas aller en contradiction avec l'institution ou l'école** et de ne pas évoquer des possibilités irréalisables. Entre le discours du CPF et l'établissement, il doit y avoir une cohérence. Il en va du bien-être et de l'équilibre des bénéficiaires.

Rencontrer et intégrer toute l'équipe

À cet effet, il est judicieux de **prévoir un nombre suffisant de réunions** avec la direction, l'équipe éducative et le CPMS. Ces dernières permettront notamment aux différents intervenants de pouvoir se connaître et d'échanger des informations. En rencontrant les professionnels qui côtoient au quotidien le public cible, l'animateur bénéficiera d'une source essentielle pour mieux le connaître. Par ailleurs, l'animateur doit s'assurer que l'équipe éducative soutient le projet d'animation. Si une partie de

l'équipe est réfractaire, le bon déroulement des animations et leur suivi peuvent en être troublés. **L'organisation pratique des animations** sera également abordée lors de ces réunions (fréquence des animations, lieu, horaires, nombre de participants, thèmes).

Il est aussi utile de **réaliser des séances de sensibilisation**, de supervision et d'information auprès des équipes éducatives. Selon les besoins, voici quelques thèmes qui peuvent être abordés :

- les connaissances générales en matière de sexualité (IST, dépistage, contraception)
- l'intervention d'un tiers dans la VAS
- les croyances, préjugés et représentations
- la prostitution, l'assistance sexuelle
- les références bibliographiques en lien avec le sujet
- les notions de pudeur, d'intimité et de promiscuité
- les techniques d'intervention et d'animation
- la parentalité
- ...

Au-delà d'un travail avec l'équipe éducative, il est opportun d'**intégrer l'ensemble des membres de l'institution ou de l'école** dans ce projet comme par exemple le personnel de nettoyage ou le service de cuisine afin d'instaurer une cohérence dans les comportements de chacun.

Une responsable de nettoyage a réprimandé un résident en train de se masturber, sans savoir que l'acte était permis dans sa chambre.

Définir les intervenants

Même s'il est évident que des compétences existent en interne concernant la prise en charge de la vie affective et sexuelle des personnes handicapées, nous soutenons la réalisation de ces animations par des personnes extérieures à l'institution ou à l'école. Neutres et non liées à l'établissement, elles favorisent

l'échange et la confiance. Cela n'exclut pas nécessairement la présence des éducateurs, enseignants ou membres des CPMS lors des animations. Dans une certaine mesure, cette présence peut vous conforter car ils peuvent éventuellement recadrer et interpréter les comportements des participants. L'enseignant ou l'éducateur peut également au cours de l'animation exemplifier vos propos par des situations vécues au sein du groupe, rendant concrètes les informations. Une fois l'animation finie, il peut au besoin servir de relais, de référence si des questions surviennent. À contrario, cette présence est susceptible d'amener des freins ou des blocages au sein du groupe car l'éducateur et l'enseignant restent synonymes d'autorité. Au cours des animations, différents moments peuvent être envisagés impliquant la présence ou non de l'équipe éducative selon les thèmes traités. **La question est à discuter entre les différents acteurs concernés.**

10• Les parents

Il est courant que la personne handicapée évolue au sein d'un environnement familial très présent et ce, même à l'âge adulte. La plupart du temps, il existe une forte loyauté de la personne handicapée à l'égard de ses parents. Dès lors, ne pas informer les parents ou aller à leur rencontre peut constituer un obstacle à la bonne réalisation du projet. Il est donc **important que ces derniers soient informés du processus d'animation**, en concertation avec les personnes handicapées. Dans la pratique, il apparaît que la communication avec les parents n'est pas toujours systématique et aisée.

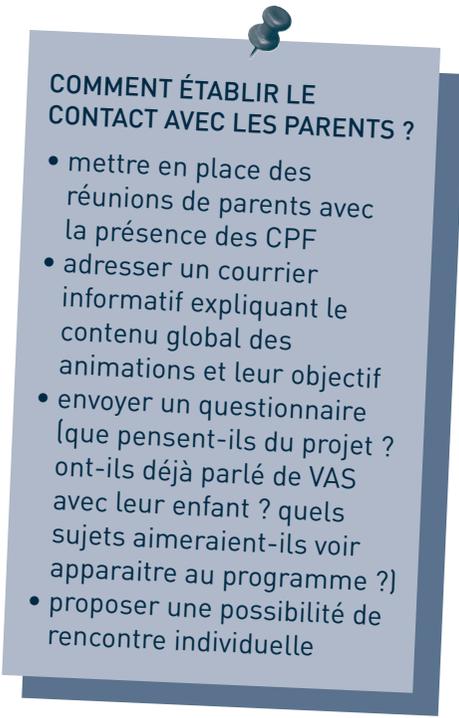
Les CPF éprouvent des difficultés à se positionner lorsqu'il s'agit de prendre contact avec les parents. Doivent-ils leur demander l'autorisation de réaliser les animations? Est-ce à eux d'établir le contact ou à l'équipe éducative? Ce sont bien souvent des questions qui trouvent leurs réponses auprès de l'institution. En concertation avec l'équipe éducative, des pistes peuvent être imaginées pour instaurer la confiance.

Il est souvent supposé que les parents sont réticents à ce genre d'animation. La pratique d'une vie sexuelle, la parentalité et la transmission du handicap sont les principales craintes avancées.

En réalité, malgré ces réticences (qui peuvent se déverrouiller par des séances de sensibilisation), il apparaît que les parents sont généralement enthousiastes vis-à-vis de ce genre de projet. Même si, **comme pour tout parent, parler de sexualité avec leur enfant n'est pas évident.**

L'animation peut avoir des conséquences bénéfiques pour les parents aussi. Elle permet, entre autres, de dédramatiser la sexualité de leur enfant, de verbaliser certaines peurs et de créer le dialogue parent/enfant.

N'oubliez pas les parents, allez à leur rencontre !



COMMENT ÉTABLIR LE CONTACT AVEC LES PARENTS ?

- mettre en place des réunions de parents avec la présence des CPF
- adresser un courrier informatif expliquant le contenu global des animations et leur objectif
- envoyer un questionnaire (que pensent-ils du projet ? ont-ils déjà parlé de VAS avec leur enfant ? quels sujets aimeraient-ils voir apparaître au programme ?)
- proposer une possibilité de rencontre individuelle

11• Matériel, outil, temporalité

I déalement, entamer un projet d'animation suppose une démarche sur le long terme qui implique un suivi sur une année complète, voire sur plusieurs années.

Le bon déroulement des animations repose, en grande partie, sur l'adéquation des outils utilisés avec son public. Quels sont-ils ? Où les trouver ? Comment savoir lequel utiliser ?

En annexe de ce guide se trouve une liste d'outils utilisés en animations qui pourraient vous être utiles. Toutefois, n'hésitez pas à rencontrer d'autres collègues, institutions, écoles ou asbl afin de connaître leurs outils. **Le travail en réseau offre des échanges très enrichissants.**

Bien souvent, l'outil ne se suffit pas à lui-même. Afin de répondre aux attentes du groupe et de correspondre à son niveau, vous serez amené à effectuer des **adaptations**. Savoir s'approprier l'outil et le faire évoluer en fonction des besoins de l'animation est un atout clé. Toutefois, l'absence d'outils spécifiques (ce qui arrive fréquemment) ne doit pas être un frein au démarrage des animations ; le bricolage se révèle d'une infinie richesse. N'ayez donc pas peur de vous munir de vos ciseaux, de papier collant et d'une imprimante, le résultat n'en sera que plus satisfaisant.

De même, vous ne devez pas vous focaliser uniquement sur les outils à destination des personnes handicapées, ceux utilisés auprès des classes du primaire ou du secondaire peuvent également s'avérer adéquats. Quoi que vous fassiez, il est important au moment de la préparation de votre outil, de **bien évaluer les capacités langagières, écrites, mnésiques et physiques des personnes handicapées.**

Le public handicapé se fatigue rapidement et, afin de contrer cet effet, il est judicieux de **varier le contenu de son animation**.

Il existe un très large éventail de supports qui a pour seule limite votre imagination. En voici un court échantillon.

- 
- Pictogrammes
 - Dessins
 - Photos
 - Schémas, graphiques
 - Vidéos
 - Objets, jouets
 - Enregistrements
 - Peintures
 - Marionnettes
 - Poupées sexuées
 - Puzzles
 - Pâte à modeler
 - Jeux de rôles
 - Histoires, scénarios
 - Musique
 - Théâtre, mise en scène



Support de prédilection, l'image permet de renforcer les mots et facilite l'intégration de certains concepts. À tort, elle ne reflète pas toujours les réalités du handicap freinant alors l'identification.

Soyez attentif à ne pas présenter que des images de personnes sans handicap.

12• Thèmes

Que va-t-on aborder lors de ces animations ? De façon générale, les thèmes abordés sont similaires à toutes les animations VAS. Seuls les supports, la durée et la façon de les présenter varient.

Le choix des thèmes s'effectue selon plusieurs critères, dont notamment la demande de l'institution ou de l'école ; les acquis, les attentes et l'âge des personnes handicapées ; les réalités de vie au sein de l'institution et le handicap. Les personnes souffrant de handicap physique insisteront plus sur des préoccupations « pratiques », telles que des positions ou techniques adéquates liées à la vie affective et sexuelle.

Par ailleurs, des séances d'informations ou sous forme de groupes de paroles seront à réserver aux personnes handicapées physiques ou à faible, voire moyenne déficience mentale. Dans l'absolu, il n'existe pas de schéma préétabli qui agit comme une recette miracle. Le plus judicieux est de **partir des attentes, besoins et interrogations des personnes handicapées.**

Les thèmes repris ci-dessous ne représentent qu'un échantillon non exhaustif adaptable à souhait. Élaborer à l'avance une chronologie précise des thèmes à aborder en animation a ses limites. **Le plus important est de veiller à adapter les thèmes en fonction des bénéficiaires** et des réalités rencontrées au sein de l'institution ou de l'école. Soyez flexible et réceptif aux attentes du groupe!

Si vous devez fournir au préalable une liste de thèmes, restez très général.



Lors des premières animations, il est important d'insister sur **l'apprentissage du « non »**. Évoluant dans un cadre relativement réglementé (famille, école ou institution), la personne handicapée n'a pas toujours conscience de la possibilité de dire « non ». De la même manière, il n'est pas plus évident d'exprimer ses envies et désirs.

Pour cela, il est pertinent d'aborder très tôt **les règles de vie et la notion de limites**. Cela peut se faire par des mises en situation : « lorsque je suis à la piscine comment dois-je être habillé ? Idem en rue ou chez le médecin ? Qui puis-je toucher ? Où puis-je accepter d'être touché ? Par qui ? ». L'apprentissage de **la pudeur et de l'intimité** requièrent également une attention toute particulière car les personnes en situation de handicap ont un

rapport au corps parfois tronqué en raison des nombreux soins qui leur sont prodigués. En continuité directe, l'utilisation du « j'aime/je n'aime pas », ainsi que l'expression des émotions peuvent s'avérer très difficiles pour certains. Pour ce faire, l'utilisation de feux de signalisation (« vert » pour le « oui/ j'aime » et « rouge » pour le « non / je n'aime pas») peut faciliter l'intégration de ces concepts.

Fréquemment, les participants ont des attentes et des questions précises et concrètes directement liées à la vie affective et sexuelle. Il faut pouvoir signaler aux personnes qu'on a entendu leur question et qu'on y reviendra plus tard car rentrer dans le vif du sujet dès les premières séances n'est pas forcément adéquat non plus. Il est important d'instaurer un climat de confiance et d'aborder les notions évoquées ci-dessus.

Toutefois, **il ne faut pas tourner trop longtemps autour du pot** au risque d'ennuyer et de frustrer les participants.

Au cours des exposés, il est important d'**être «pratique » et concret**. De la sorte, lorsque vous abordez l'utilisation du préservatif soyez précis, n'hésitez pas à montrer comment il s'utilise ; idem pour les serviettes hygiéniques. De même avec l'aide de l'équipe éducative et du CPMS, cherchez des situations vécues qui viendront illustrer les propos. N'hésitez pas à favoriser des jeux de coopération, où les plus avancés aident les autres, où la solidarité a une place ; l'apprentissage par les pairs peut s'avérer précieux.



13• En groupe ? Individuellement ?

L'efficacité des animations de groupe est parfois mise en doute, au profit de rencontres individuelles. Entre les deux, des hésitations persistent. Mais pourquoi ne seraient-elles pas complémentaires ? Bien souvent, l'établissement émet explicitement le souhait de réaliser des animations collectives. Ces dernières participent alors à l'amélioration de la vie en communauté et favorisent l'entente au sein du groupe. Elles permettent, par exemple, de différencier les comportements socialement acceptables, de ceux qui ne le sont pas. De plus, les animations en groupe profitent aussi à celles et ceux qui n'osent pas (ou ne peuvent pas) poser de questions, de bénéficier des réponses données aux questions des autres.

Toutefois, l'animation de groupe n'empêche pas un suivi individuel ou de couple à la demande. Ce qui en serait même la suite logique. Attention cependant de garder à l'esprit qu'il existe certains obstacles à ce suivi.

Les consultations décentralisées, sur le lieu de vie des personnes handicapées, ne faisant pas partie des missions des centres de planning, il faut favoriser au maximum l'accessibilité des locaux des CPF. De surcroît, un déplacement de la personne au centre de planning implique bien souvent un accompagnement de la part de l'équipe éducative ou des parents. Il faut discuter auparavant de ce qui est envisageable.

Des considérations de temps, d'horaire et de moyens sont donc à prendre en compte.

3^{eme} Partie

Donner une animation à la VAS



14• Organisation pratique

Identifier les intervenants

Dès le départ, il convient d'identifier les personnes participantes. La présence de deux animateurs est préférable car elle permet notamment des relances, des recadrages et des interactions. De même, être deux peut rassurer et diminuer la charge de travail.

La présence du personnel de l'établissement ou des membres du CPMS doit également être clarifiée en concertation avec l'établissement, les CPF et les bénéficiaires. Une fois les différents intervenants définis, la stabilité est de mise. Afin de favoriser la confiance et la dynamique de groupe, les intervenants doivent si possible ne pas changer d'une séance à l'autre. Si une personne extérieure souhaite participer à l'animation, il est conseillé de demander au préalable l'accord du groupe.

Déterminer un nombre de participants

Le nombre de participants aux animations ne doit pas être trop élevé et ce, afin de créer une ambiance conviviale. Cela vous permet également de pouvoir répondre plus facilement aux attentes de chacun. Moins d'une dizaine de participants semble être l'idéal, mais il est évident que cela varie en fonction du contexte. Idéalement, le groupe devrait être plus ou moins homogène (niveau de compréhension, niveau de maturité, ...).

Fixer la fréquence des séances

La fréquence d'animation est également variable, elle peut être d'une tous les quinze jours à trois par an, et ce en fonction des disponibilités et des objectifs. Attention toutefois, un trop long laps de temps entre les animations peut influencer négativement l'assimilation des informations.

La durée de l'animation est d'environ une heure. Parfois moins, parfois plus, selon l'attention et la fatigue des bénéficiaires. Vous devez y être attentif et vous adapter, en changeant par exemple de supports ou de thèmes, ou le cas échéant en interrompant l'animation.

Donner des repères

Il est important de structurer les animations. Ces dernières doivent se dérouler les mêmes jours, aux mêmes heures, dans les mêmes locaux et avec les mêmes personnes. Ce sont des repères rassurants pour les participants. Afin d'assurer cette stabilité et cette cohérence, vous pouvez garder une trace de chaque animation dans un journal de bord.

- 
- Identifier les personnes présentes
 - Déterminer le nombre de participants (- de 10 élèves)
 - Définir la fréquence des animations
 - Prévoir 1h d'animation
 - Observer une structure rigoureuse (mêmes jours, mêmes heures, mêmes endroits, mêmes personnes)

15 • Démarrer son animation

Comme pour tout un chacun, aborder la sexualité et l'intimité peut être gênant. C'est pourquoi, instaurer un climat de confiance propice à l'échange est crucial. Comment faire ?

Se définir comme « groupe »

Par exemple, le groupe peut se choisir un nom et développer ainsi un sentiment d'appartenance. Ensemble, les participants peuvent également convenir d'une charte commune (un règlement) qui permettrait d'assurer le bon déroulement de l'animation en abordant notamment la prise de parole, les moqueries, la confidentialité des animations, le respect d'autrui...

S'apprivoiser

Instaurer un climat de confiance passe également par les présentations. Il faut prendre suffisamment de temps pour que chaque partie se présente (animateurs, éducateurs, CPMS et bénéficiaires). Vous, mais également l'équipe éducative, devez expliquer les raisons de votre présence, votre rôle, la manière dont les animations vont se dérouler ainsi que leur contenu. Beaucoup de craintes subsistent de la part des bénéficiaires concernant le lien entre l'établissement et vous. Il est important de les rassurer en insistant sur la confidentialité des animations. Ce qui se dit en animation, reste en animation !

- Donner un nom au groupe
- Rédiger une charte et l'afficher dans le local
- Prendre le temps de se présenter
- Laisser les participants se présenter
- Insister sur la confidentialité des animations
- Avoir des rituels de début et de fin d'animation

Instaurer des rituels

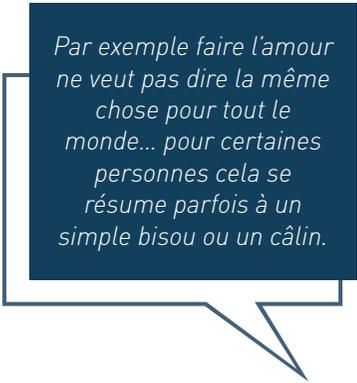
Dès le départ, il est utile d'observer des rituels de début et de fin d'animation. Commencez chaque séance en demandant par exemple s'ils ont des questions ou ce qu'ils ont retenu depuis la dernière fois. Pour terminer, les participants peuvent compléter leur cahier par un mot, un dessin, un autocollant ou avec des images découpées dans des magazines.

16• À garder à l'esprit

I l existe autant de sexualités que de handicaps. C'est pourquoi vous devez être attentif aux représentations qui entourent certains thèmes ou mots et qui ne sont pas les mêmes pour tous. N'hésitez pas à questionner la personne sur le sens qu'elle leur donne, cela peut servir de point de départ à certaines animations. Mieux vaut dès le début savoir de quoi on parle.

Nommer les choses

En animation, il est important de nommer les choses avec justesse. Les bénéficiaires peuvent parler avec leurs mots, s'exprimer comme ils le souhaitent. N'entrez pas dans un processus d'infantilisation pour autant, et optez plutôt pour le vocabulaire correct. Il ne faut surtout pas avoir peur d'employer les termes « pénis » ou « vagin » par exemple. Prendre trop de précautions dans la formulation peut favoriser un climat de gêne.



Par exemple faire l'amour ne veut pas dire la même chose pour tout le monde... pour certaines personnes cela se résume parfois à un simple bisou ou un câlin.

Adapter ses messages

Certains thèmes peuvent quant à eux, susciter un malaise auprès de certaines personnes et ce, en raison de leur handicap. C'est par exemple le cas des personnes atteintes de spinabifida⁵ qui éprouvent des difficultés d'érection. Il en va de même avec la prise de certains médicaments qui peut avoir des conséquences en matière de VAS. Les précautions à prendre varient selon le handicap des personnes. Un travail avec l'équipe éducative et une connaissance du handicap s'avèrent dans ce cas d'une grande utilité.

Sur base de ces considérations, veillez à ne pas forcer la participation des bénéficiaires. Durant l'animation, vous devez être attentif aux réactions de ces derniers face à certaines thématiques (tristesse, excitation, colère...) qui sont bien souvent révélatrices.

Répéter encore et encore

Au cours des animations, il ne faut pas hésiter à répéter les choses car il y a fréquemment des oublis de la part des personnes handicapées en raison de difficultés de mémorisation. À cet effet, aidez-vous de supports tels qu'un tableau reprenant

⁵ "Spina" veut dire "épine" et bifida veut dire "fendue", autrement dit l'épine formant la vertèbre est fendue
<http://www.spinabifida.fr>

le programme et un cahier tenu par l'élève qui reprend le contenu des animations. Dans la préparation de l'animation, prenez en compte les temps de parole. Les personnes en situation de handicap doivent avoir le temps de formuler leurs phrases et d'être écoutées. Soyez attentif à ne pas les interrompre, ni répondre à leur place.

Enfin, gardez toujours à l'esprit l'équipe éducative, les parents et les personnes handicapées car une animation réussie nécessite une collaboration réussie.

17 • Adaptation

! **Il faut oser essayer, tester et le cas échéant ajuster ses outils, supports et thèmes.** Au terme de chaque séance, vous (les animateurs, l'équipe éducative) pouvez effectuer un retour sur l'animation qui s'est déroulée afin d'en évaluer les forces et les faiblesses. De la sorte, vous ferez évoluer l'animation au mieux.



Le maître mot en animation, c'est l'adaptation

Vous êtes également susceptible de devoir adapter votre animation en cours de route. Il arrive parfois que l'outil proposé n'intéresse pas ou qu'un thème n'accroche pas les participants. Il est dès lors judicieux d'**avoir toujours sous la main plusieurs outils.**

En outre, veillez à adapter votre comportement et votre langage. Comme dans tout groupe d'animation, il faut parfois savoir faire preuve d'autorité, d'humour et de souplesse.

Soyez également attentif au **contexte de la journée** durant laquelle l'animation se déroule. Si les bénéficiaires ont eu une activité sportive avant, ils risquent d'être plus fatigués par exemple.

Enfin, le groupe est rarement homogène, il existe différents degrés de connaissance et d'aptitude qui varient selon les thèmes ou les supports. Veillez le plus possible à la compréhension de chacun.

18• Mixité

Le groupe de bénéficiaires doit-il être mixte ou pas ? Et qu'en est-il des animateurs ?

La question de la mixité partage les avis. **Un atout pour certains, un frein pour les autres, elle est en tout cas fort subjective et de l'ordre du feeling.**

En outre, un groupe au départ mixte peut devenir non-mixte au moment d'aborder certaines thématiques, comme par exemple les menstruations.

La mixité des animateurs semble être un atout surtout lorsque le groupe l'est aussi. Cette question est toutefois à évaluer sur base de la constitution et de la disponibilité du CPF et en fonction de la volonté de l'établissement et des personnes handicapées.

19• Et si ça dérape ?

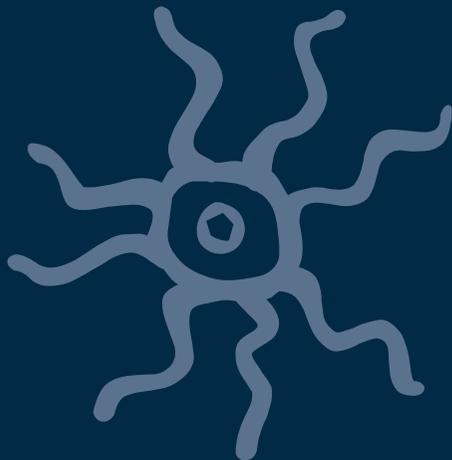
Comme dans toute animation, il s'agit d'un risque à prendre. Peu importe le dérapage (moqueries, comportements inappropriés), il est important de **prendre du recul.**

Avec l'aide de l'équipe éducative ou des collègues, vous pouvez revenir sur l'évènement en question.

Sachez toutefois que la notion de limite n'est peut être pas la même pour toutes et tous. En d'autres termes, ne vous formalisez pas trop rapidement face à certains actes ou réactions (cela ne signifie pas pour autant de tout laisser passer...). Au besoin, un travail individuel avec la ou les personnes concernées peut être envisagé.

4^{eme} Partie

Intégrer l'EVAS⁶
dans le quotidien
des personnes handicapées



⁶Education à la Vie Affective et Sexuelle

20• L'évaluation de l'animation



Comme pour toute animation, il est important d'évaluer le travail accompli, d'autant plus lorsqu'on est peu familiarisé avec ses outils et son public. Mais comment ?

Soyez réceptif aux réactions du groupe et aux échos de l'équipe éducative et des parents afin de vous auto-évaluer. A cet effet, des réunions d'évaluation avec les différents intervenants peuvent se mettre en place. Observez également les changements et aménagements au sein de l'institution ou de l'école qui peuvent être un indicateur des répercussions de l'animation.

Ne mésestimez pas **le travail avec les pairs**, il faut autant que possible favoriser un travail en réseau avec d'autres professionnels du secteur. Vous pourrez ainsi tester et échanger vos outils, aborder le contenu de vos animations et vous enrichir des expériences des autres.

Sans oublier, **les bénéficiaires** ! Ils peuvent exprimer leurs déceptions et contentements, n'hésitez donc pas à vous adresser directement à eux.

COMMENT FAVORISER LE TRAVAIL EN RÉSEAU ?

- *En rencontrant d'autres CPF qui travaillent avec le public en situation de handicap.*
- *En contactant des groupes d'aide ou de soutien traitant du handicap, repris sur <http://www.selfhelp.be/files/0/selfhelp/Inventaire2010.pdf> [p. 120 à 168]*

21• Le suivi

Donner une animation, oui et après ? L'animation ne doit pas être pensée de manière isolée, comme une fin en soi. L'accès à une vie affective et sexuelle ne se résume pas à l'animation. Cette dernière doit au contraire s'inscrire au sein d'un processus plus large, elle doit être perçue comme un moyen d'intégrer la vie affective et sexuelle dans le quotidien des personnes handicapées. Au-delà de l'animation, un ensemble d'aménagements doit être mis en place par l'institution et les parents afin de garantir cet accès. Cela peut passer par l'aménagement des lieux et des moments d'intimité en institution ou encourager les parents à prendre rendez-vous pour leurs enfants dans un CPF.

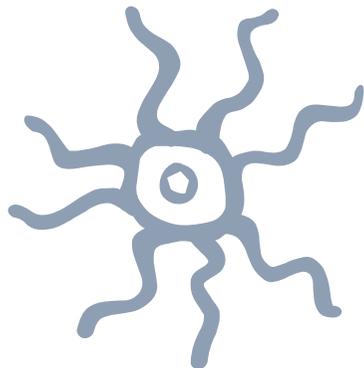
Bien entendu, il n'est pas étonnant de constater que suite aux animations certaines demandes apparaissent, comme par exemple des consultations individuelles auprès des CPF. Il faut pouvoir y répondre via votre centre de planning ou réorienter efficacement si vos locaux ne sont pas accessibles.

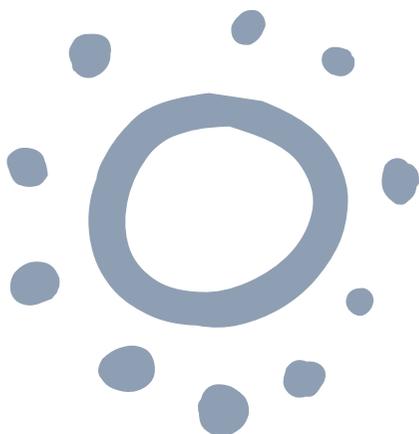
22• L'accès à une VAS

Même si dans le cadre de ce projet nous traitons de l'animation VAS, nous ne pouvons ignorer les difficultés auxquelles les personnes en situation de handicap sont confrontées au quotidien comme par exemple celles de rencontrer quelqu'un lorsqu'on est dépendant de ses parents ou régi par un règlement de vie au sein d'une institution, d'accéder aux lieux de sorties et de rencontres lorsqu'on est en chaise roulante, d'envisager une vie sexuelle lorsque l'infirmité impose la présence d'un tiers, d'avoir des instants d'intimité lorsqu'on vit en chambre commune dans une institution... S'ajoute également la question de l'assistance sexuelle, qui soulève avec elle le débat sur la prostitution.

Les professionnels du handicap ne peuvent plus fermer les yeux sur ces questions. Alors qu'hier la sexualité de la personne handicapée était « purement et simplement » niée, elle se déploie aujourd'hui dans toute sa complexité. **Conjointement, politiques, professionnels et parents doivent rendre accessible le droit à une vie affective et sexuelle pour les personnes handicapées et poursuivre le débat.** La multiplication des collaborations favorise le dialogue et peut faire émerger de nouvelles perspectives chez les différents acteurs concernés.

À l'heure actuelle, il est important de prendre conscience de la souffrance des personnes handicapées en matière de vie sexuelle et affective. Le manque d'informations, les fausses croyances, les carences affectives, les représentations dont elles sont victimes, sans compter les difficultés liées à leur handicap sont autant de facteurs qui alimentent cette détresse. L'animateur, mais plus largement chacun d'entre nous, doit être capable de l'entendre et de la reconnaître. **La personne handicapée doit devenir le sujet, l'acteur de sa sexualité.** Elle est une personne, au même titre qu'une autre, non définie à partir de son handicap. Ses désirs et frustrations doivent être écoutés, même s'ils ne sont pas immédiatement réalisables. Comme tout un chacun, la personne en situation de handicap possède un jardin secret, une intimité qu'il faut respecter.





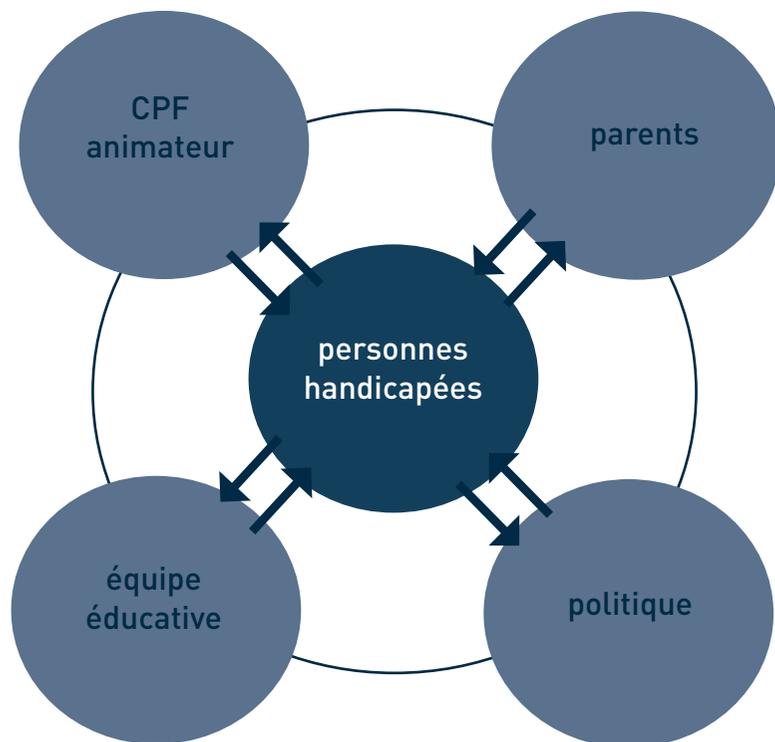
Conclusion

Que retenir de ces quelques pages pour se sentir à l'aise ? Sous forme d'un tableau voici quelques éléments clés.

- S'informer sur le handicap
- Identifier la demande, les attentes et besoins de l'institution ou de l'école. S'informer du règlement d'ordre intérieur en matière de VAS
- Travailler en étroite collaboration avec l'équipe éducative et le CPMS
- Intégrer les parents, ne pas minimiser l'impact des animations sur eux
- Aller à la rencontre des demandes et souhaits des personnes handicapées
- Considérer la personne handicapée comme acteur de sa sexualité, sortir du processus d'infantilisation
- Préparer, adapter, bricoler et varier ses outils
- Être capable de s'évaluer, ainsi que ses outils

L'animation VAS est au cœur d'un processus de coopération qui implique les professionnels de CPF, les professionnels de l'enseignement et de l'hébergement, les personnes handicapées et leurs parents. Même si l'évolution en matière de vie affective et sexuelle est perceptible, des améliorations doivent encore être apportées.

L'accès à une vie sexuelle et affective



Annexes



Annexe – Liste d'outils

Cette liste est non exhaustive et a été réalisée grâce à l'apport des professionnels du handicap et du planning familial.

- **Des femmes et des hommes. Programme d'éducation affective, relationnelle et sexuelle destiné aux personnes déficientes mentales**, Delville J., Mercier M., Merlin C., Presse Universitaire de Namur, 2000
- **Programme d'éducation à la vie affective, amoureuse et sexuelle pour personnes présentant des incapacités intellectuelles modérées**, Desaulniers M.P., Boucher C., Boutet M., Voyer J., Canada, 2001
- **Vivre son affectivité et sa sexualité. Education affective et sexuelle pour adulte handicapés mentaux – un matériel didactique**, Mathé I., Leblanc P., Herck C., Centre de jour « Jean Thewis », Edition Jeunesse et droit, Liège, 2004.
- **Appelés à aimer. Guide pour un accompagnement de personnes ayant un handicap mental. Proposition de pastorales**, Document de la commission interdiocésaine des personnes handicapées de la C.I.P.S.A.S., Liège, 1999.
- **Echange de sentiments. Guide des parents pour l'éducation sexuelle des enfants, adolescents et adultes ayant un handicap intellectuel**, Maksym D., Institut Roeher, North York, 1991.
- **Guide d'éducation sexuelle à l'usage des professionnels. La personne handicapée mentale**, Tremblay, Réjean et al., Tome 2, Edition érès, 2001.
- **Le Guide du zizi sexuel**, Zep, Bruller H., Glénat, Grenoble, 2001
- **Plaisir d'amour** <http://www.pipsa.be/outils/detail-1718333278/plaisirs-d-amour.html>
- **Non je ne veux pas** <http://www.pipsa.be/outils/detail-756222100/non-je-ne-veux-pas.html>
- **Imag'in l'amour** <http://www.pipsa.be/outils/detail-856101921/imag-in-l-amour.html>
- **Ado Naissant** <http://www.pipsa.be/outils/detail-149496136/ado-naissant.html>
- **des plumes et des voix pour réchauffer les maux** <http://www.pipsa.be/outils/detail-319825307/des-plumes-et-des-voix-pour-rechauffer-les-maux.html>
- **Mine de rien**, Gired J-P., France, 1994, DVD
- **Une vie de chien**, Yapaka, Bruxelles, 2011.

Annexe – Liste de lectures

Cette liste est non exhaustive et a été réalisée grâce à l'apport des professionnels du handicap et du planning familial.

- **Une charte pour agir : aspect juridiques ou « La vie affective et sexuelle des personnes handicapées : droits, responsabilités et respect de la vie privée »**, AWIPH/Commission communautaire française, Charleroi, 2005.
- **Comprendre la sexualité de personne handicapée mentale**, Vaginay D., coll. Comprendre des personnes, Chronique Sociale, Lyon, 2002.
- **Sexualité, Vie affective et déficience mentale**, Delville J., Mercier M., coll. Question de personne, De Boeck Université, Bruxelles, 1997.
- **Ethique et handicap mental**, coll. Psychologie, N°1, Pr.Univ.de Namur, 1997.
- **Affectivité, Sexualité et Handicap, Guide à l'intention des institutions : professionnels, usagers, parents**, ASPH, La Mutualité Socialiste, Bruxelles, 2011.
- **Nos habitudes, Nos attitudes, Nos différences. Conseils, Trucs et Astuces**, AWIPH, Charleroi, 2003.
- **Une affaire de cœur. Handicap mental, tendresse et sexualité**, IN-SIEME, Suisse, 1998.
- **Adolescence, amour et sexualité. Photolangage pour dynamiser la parole et l'écoute**, Bélisle C., Chronique sociale, 2003.





Adresses utiles

www.planningsfps.be
www.asph.be
www.loveattitude.be
www.planningfamilial.net
www.awiph.be

Merci à : CPF de Huy, Spa, Willy Peers, Comines, Libramont, Trazegnies et de Verviers ; CPF de Fléron et de Tubize ; la Fédération laïque des CPF ; Julia ; Xénia ; Gaëlle ; Adriana ; Christine, Fabienne...

Editrice responsable :

Dominique Plasman- Place Saint-Jean ½ - 1000 Bruxelles

Réalisation :

Sandrine Cesaretti et Noémie Van Erps

Concept graphique :

www.clarice-illustrations.be

Impression : Chauveheid

Numéro de dépôt légal : D/2011/1222/06



© Clarice

En collaboration avec :



Avec le soutien de :



L'accès à la santé pour tous

La Mutualité Socialiste



Avec le soutien financier de :



Wallonie