

Qu'est-ce que tu dis?

Objectifs

- Prendre conscience du processus de communication entre des partenaires sexuels ou amoureux.
- Explorer les éléments qui perturbent ou aident les partenaires à communiquer clairement leurs attentes dans le domaine de la sexualité.
- Comprendre l'importance d'exprimer clairement ses choix en matière de relations sexuelles sécuritaires.

Groupe cible

14 - 25 ans
6 à 24 participants

Durée

45 minutes à 1h30

Matériel

- Feuilles de papier et crayons (en nombre égal à celui des participants)
- Liste des messages à dessiner

Version Fais-moi un dessin

- Un tableau ou des grandes feuilles de papier
- Crayon à encre sèche ou marqueurs

Déroulement

- Découpez préalablement la liste des messages à dessiner et sélectionnez-les en vous assurant d'avoir un message par participant.
- Demandez aux participants de se placer en équipes de trois.

- Expliquez-leur qu'ils devront communiquer un message par l'entremise d'un dessin. Ce message représente une attente qu'une personne peut transmettre à son partenaire au sujet de leur relation amoureuse ou sexuelle. Donnez quelques exemples : « J'aime quand tu me donnes des becs dans le dos », « J'ai peur d'essayer ça », « Je n'aime pas ça quand tu regardes les autres filles »...
- Distribuez une feuille blanche et un message à chacun des participants. Insistez sur le fait qu'ils ne doivent pas divulguer leur phrase aux autres. Mentionnez-leur aussi qu'ils ne peuvent pas écrire de lettres sur leur dessin ni donner des indices en parlant.
- Demandez aux équipes de désigner la personne qui va dessiner en premier. Allouez trois minutes aux dessinateurs pour réaliser leurs dessins.
- Une fois les dessins complétés, les deux autres coéquipiers tentent de comprendre le message transmis par le dessinateur. Ils inscrivent alors chacun le message qu'ils ont décodé sous le dessin.
- Le dessinateur révèle le message qu'il a tenté de transmettre.
- Laissez quelques minutes aux équipes pour échanger sur l'exercice (comment ils ont tenté de transmettre leur message, comment un même dessin a été décodé différemment par deux personnes, pourquoi le message n'a pas été compris, quels sont les indices qui les ont aidés ou mêlés...)
- Répétez les mêmes étapes de l'exercice en demandant aux équipes de désigner une nouvelle personne pour dessiner.
- Répétez une dernière fois les étapes de l'exercice avec le troisième dessinateur des équipes.

★ *Version Fais-moi un dessin*

Si votre groupe se prête mieux à un exercice commun, demandez à un volontaire de venir devant la classe pour dessiner son message et tous les autres participants peuvent tenter de le décoder.

- Revenez en grand groupe et questionnez les participants :
 - ? Est-ce que vous avez réussi à *communiquer* votre message facilement? Qu'est-ce qui vous a aidé ou non?
 - ? Est-ce que vous avez réussi à *décoder* le message facilement? Qu'est-ce qui

vous a aidé ou non?

- ? Pourquoi un même message peut être compris de façon différente par plusieurs personnes?
 - ? Dans votre vie, est-ce qu'il est facile de communiquer clairement vos attentes à votre partenaire amoureux ou sexuel? Pourquoi?
 - ? Dans votre vie, est-ce qu'il est facile de comprendre clairement les attentes de votre partenaire amoureux ou sexuel? Pourquoi?
 - ? Comment peut-on communiquer clairement ses choix lorsqu'il est question de relation sexuelle sécuritaire?
 - ? Est-ce que vous avez des trucs à donner aux autres pour faciliter la communication avec leurs partenaires amoureux ou sexuels?
- Résumez les principaux éléments qui peuvent perturber le processus de communication entre des partenaires amoureux ou sexuels. Poursuivez en faisant la synthèse des éléments qui peuvent aider la communication entre ces mêmes partenaires. Vous pouvez utiliser un tableau pour supporter vos propos en inscrivant les éléments dans deux colonnes différentes.

MESSAGES À DESSINER

J'aimerais que tu me caresses plus souvent.

Je n'aime pas beaucoup parler après avoir fait l'amour.

Mets du lubrifiant, ça augmente les sensations.

Je ne te fais pas de pipe sans condom.

J'ai la chlamydia (une infection transmise sexuellement).

Je veux te connaître davantage avant de coucher avec toi.

Je ne veux pas sortir avec toi même si on a couché ensemble.

Je ne veux pas essayer la relation anale.

As-tu déjà passé des test de dépistage des ITS (infections transmises sexuellement)?

Cela m'excite beaucoup quand tu m'embrasses dans le cou.

Je n'aime pas ça quand tu me parles de tes anciennes relations amoureuses.

Je ne veux pas te faire une pipe pour faire comme les autres filles.

Je suis moins excité quand tu restes passive pendant qu'on fait l'amour.

C'est pas parce que les autres le font qu'on doit le faire nous aussi.

Qu'est-ce que tu utilises comme moyen de contraception?

As-tu déjà essayé un condom nervuré?

J'aimerais que les préliminaires durent plus longtemps.

Est-ce que tu aimes cette position?

Ça me fait mal lorsqu'on fait l'amour dans cette position.

Arrête de parler aux autres de notre vie sexuelle.

Ça ne me tente pas de prendre de la drogue avant qu'on fasse l'amour.

Je veux qu'on utilise un condom même si je prends la pilule (anticonceptionnelle).

Je n'aime pas ça quand tu es jaloux sans raison.

Je n'aime pas ça quand tu me téléphones tout le temps.

J'aimerais qu'on passe une soirée seul tous les deux.

On n'a pas besoin d'imiter une scène de film romantique quand on fait l'amour.

Moi, j'adore les condoms aux fraises.

Ce que les autres pensent de notre relation ne me dérange pas.

J'ai le goût que tu me serres dans tes bras toute la soirée, rien de plus.

Cela m'excite quand tu prends des initiatives sexuelles.

Je t'aime même si je ne veux pas coucher avec toi.