

**Audition de Valérie Ternynck au Sénat
(Projet de programme EARS - 9 février 2024)**

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 s'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 espérance 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 tué, 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 grande détresse. Il faut les prendre en compte et les aider !

Les collégiens, lycéens habitués à tiktok ou insta ou d'autres réseaux sociaux, ont une vie quotidienne moins dangereuse mais se posent beaucoup de questions. Ils 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 regarder du porno ? Est-on 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 rencontrer depuis 15 ans, il me semble essentiel de promouvoir et soutenir une éducation à la vie affective relationnelle et sexuelle qui :

1. Respecte,
 2. Ecoute,
 3. Unifie,
 4. Propose
- Et enfin
5. 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 toutes les personnes 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 Eduquer.

- Instruire prend soin de nourrir l'intelligence
- Eduquer prend soin de toute la personne !

Pour Éduquer, il faut croire en la personne, lui faire confiance, **tant pis si l'on se trompe** : C'est ainsi qu'elle pourra exercer son libre arbitre !

2. Ecouter

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

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 cœur ! Ce n'est pas facile, mais c'est un baume pour la personne que j'écoute

Louise m'a permis 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 abîmer 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"... Je réponds « Bien sûr ! »

« 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 !

3. S'unifier

L'éducation affective 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 cœur 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^{ème}, 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'où 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 !

Exemple d'une personne de 40 ans qui avait subi des abus sexuels dans sa petite enfance. Elle a tout entreposé dans une mémoire dite « amnésique » pour continuer à grandir sans mourir !

Son bourreau meurt. 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 beaucoup de nous et les jeunes heureusement en sont bien conscients. L'alphabétisation 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 abîmer 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 ou ambiguë (voire toxique !)

Les jeunes aiment découvrir la notion du consentement, en quittant le « Sentir pour réagir » pour le « 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 doute, d'abandon, de découragement, de trahison 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 désertir une autre ! Mais,

Si j'habite mon corps, je pourrai mieux par ma présence consoler, rassurer, aimer.

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

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

Si j'habite mon cœur profond, je pourrai 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, en 3ème, vient me parler à la fin d'une intervention. Un peu perdue, elle me raconte qu'après pas mal de cruchs avec plusieurs garçons qui pour certains l'ont profondément blessée, elle est tombée très amoureuse de Joséphine, 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 pour moi toujours profondément belle !

D'ailleurs, je n'ai personnellement jamais rencontré de « Phobes » (ni homophobes, ni transphobes, ni 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 Joséphine. 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 hétéro du coup ?

Suis-je toujours lesbienne ?

Suis-je bi à cause du changement de Jules ?

Ou autre ?

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, ÉVIDEMMENT, avoir besoin de temps, de réflexion. Elle ne sait pas pour l'heure ce qu'il 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 cœur !

Nous nous serions sinon confortés ou affrontés d'intelligence à intelligence.

Mais là, elle retrouve paix et confiance, parce qu'elle a accès à son cœur 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 lieux 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 reconnectée 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. »

4. 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^{ème}, m'a demandé, complètement angoissé, comment il arriverait un jour à éjaculer à 5m ! La sexualité est un langage qui vient du cœur. Comment peut-il découvrir ce langage si son cœur est habité par autant d'inquiétude !?

Les questions comme celles de Maxence sont malheureusement quotidiennes et déroutantes ! Je ne m'y habitue pas !

Quand ces fondements, ce savoir-être, sont bien ancrés, on peut proposer un programme plus détaillé.

Ne pas être trop idéalistes mais réalistes et cohérents

Devant leur découragement :

- Les écouter et croire en eux !

- Leur proposer une réflexion intellectuelle unifiante

- Leur proposer de justes projets pour grandir et se dépasser

- Leur apprendre à sortir de soi pour donner et recevoir librement, se libérer de la pornographie, des réseaux sociaux et des portables

- Leur confier la mission d'aider les plus jeunes

- Leur parler de la notion de résilience si chère au cœur de Boris Cyrulnik

Et enfin les aider à descendre en eux pour faire face au défi qu'ils rencontrent !

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 mon 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 bien souvent 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