



[www.avsi.org](http://www.avsi.org)

*«PROJET INTEGRE D'APPUI A L'AUTONOMISATION DES ARTISANS DE COTE D'IVOIRE»*

*Europe Aid/135 181/C/ACT*

# **GUIDE POUR LES ACTIVITÉS DE COMPÉTENCES FAMILIALES EN FAVEUR DES ARTISANS VULNÉRABLES**

*Destiné aux Assistants Sociaux et Conseillers Communautaires*



Chambre Nationale de Métiers de Côte d'Ivoire  
01 BP 8613 Abidjan 01 - Tél.: 22 41 47 38

## INTRODUCTION

Sous l'accord EuropeAid/135-181/C/ACT ***"Empowerment for better livelihoods, including skills development and vocational education and training, for marginalised and vulnerable persons and people dependent on the informal economy"***, AVSI CI et la Chambre Nationale de Métiers de Côte d'Ivoire mettent en oeuvre le Projet intégré d'Appui à l'Autonomisation des Artisans de Côte d'Ivoire sur les sites d'Abidjan, de Bouake et de Yamoussoukro depuis février 2015.

Ce Projet adresse la question complexe des artisans dépendant du secteur informel et sujets à une vulnérabilité pluridimensionnelle. Cette vulnérabilité fragilise leur environnement professionnel et familial en les maintenant dans une situation sociale précaire aux perspectives incertaines.

Le projet envisage de considérer les principaux déterminants qui rendent compte de la précarité dans laquelle vivent les artisans et sur lesquels il faut agir pour contribuer à l'amélioration de leurs conditions de vie et de travail. Au regard de certains constats empiriques, les artisans et leurs familles font face à leur faible inclusion sociale.

Au plan psychosocial, cela est perceptible à travers la dégradation des relations intra ou extra familiales, à la perte de confiance en soi, l'adoption et/ou la persistance de certaines pratiques néfastes mettant à mal l'équilibre familial. Les conséquences qui en résultent renforcent davantage leur précarité et vulnérabilité, mettant parfois en péril la bonne éducation et l'avenir des enfants.

C'est justement pour réduire ces vulnérabilités psychosociales au sein des ménages des artisans qu'AVSI CI envisage l'organisation des activités de renforcement des compétences familiales. Cet accompagnement a pour finalité de contribuer à une meilleure résilience des familles d'artisans.

Ce guide a été rendu possible grâce à l'appui de l'Union Européenne. Les opinions exprimées demeurent celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement le point de vue de l'Union Européenne.

## ORGANISATION DU GUIDE

Ce guide est à l'usage des Assistants Sociaux (AS) et des Conseillers Communautaires (CC) chargés de l'accompagnement psychosocial des familles. Il peut être utilisé comme base de préparation des visites familiales (visite à domicile-VAD) ou des visites à l'atelier. Les AS et CC pourront également l'utiliser pour les activités de counseling familial et/ou de groupe de parole.

Ce guide prend ses racines dans le manuel “ **La vie : Une valeur !**” édité par AVSI dans le cadre de ses interventions pour soutenir le travail des personnes en relation avec les enfants et les communautés en situation difficile en Ouganda et au Rwanda.

**Session 1 : Éléments de Base à propos du VIH/SIDA**

**Session 2 : Choix dans la Prévention du VIH/SIDA**

**Session 3 : Changement de Comportement dans la Prévention du VIH/SIDA**

**Session 4 : Valeur de la Vie**

**Session 5 : Besoins de la Personne**

**Session 6 : Monde de la Personne**

**Session 7: Monde de l'adolescent**

**Session 8: Life Skills (compétences de vie)**

**Session 9: Comment communiquer avec la Jeunesse**

## ELEMENTS DE BASE A PROPOS DU VIH/SIDA



A la fin de cette session, les participants doivent être capables de dire ce que c'est le VIH/SIDA, comment il se propage, les croyances et les mythes populaires ainsi que les mécanismes de défense positifs à son propos.



## Brainstorming

Cette session est basée sur des questions-réponses à propos du VIH/SIDA. Utiliser le brainstorming pour obtenir le point de vue des participants et clarifier les faits à propos du VIH/SIDA en donnant les bonnes réponses. Accorder aux participants le temps de présenter leurs idées avant de clarifier toutes leurs perceptions erronées.

Ensuite ce sont des exercices facultatifs qui peuvent être utilisés pour quelques questions dans le but de maintenir l'intérêt et de faire ressortir les points d'une manière différente. Cela dépend du formateur qui décide lequel utiliser à propos de quelle question pour maintenir le flot des discussions. Certaines suggestions sont offertes pour des exercices qui cadrent bien avec certaines questions.

## Quelle est l'origine du VIH/SIDA?

Il y a plusieurs théories à propos de l'origine du VIH/SIDA.

Voici quelques unes des réponses de nos participants:

- Cela a été inventé dans un laboratoire à partir d'animaux
- C'est une maladie de l'Ouest envoyée pour détruire les pays en voie de développement
- Le SIDA est une Idéologie Américaine pour Décourager le Sexe (Syndrome Inventé pour Décourager les Amoureux)

Il n'y a pas de réponse claire sur l'origine de cette maladie mortelle. C'est aux experts de dénicher l'origine de cette maladie et ainsi avoir des indices sur la manière de la soigner ou de se vacciner.

Pour nous dans cette formation, il est très important de faire face à la réalité, à savoir que cette maladie est avec nous, et de trouver comment prévenir sa propagation. Notre principal soucis (focus) devrait donc être d'encourager un changement de comportement positif dans le but d'empêcher la maladie de se répandre.

## Qu'est-ce que le VIH/SIDA?

Le VIH est Virus d'Immunodéficience Humaine. C'est un rétro virus qui pénètre les cellules des globules blancs et les détruit. Le SIDA est le Syndrome

La connaissance est nécessaire aux participants pour comprendre la nature du problème du VIH/SIDA.

La connaissance est une partie du processus qui mène au changement de comportement qui peut aider dans la prévention du VIH/SIDA.



Les différentes réponses données par les participants à ce stade précoce de la formation peuvent aider le formateur à évaluer l'ampleur du mythe environnant la propagation du VIH/SIDA et le besoin en sensibilisation parmi les participants.



## Exercices Facultatifs

## EXERCISE CONTINUUM

Cet exercice peut être utilisé pour n'importe quelles questions avec des réponses en Oui/Non. Identifier des points le long de la ligne en face dans la pièce selon les catégories suivantes:

Pas du tout / Peu probable / Incertain / Probablement Oui / Absolument Oui

Ensuite ordonnez aux participants de se diriger vers l'endroit de la ligne qui indique leur opinion/supposition en réponse à une question donnée. Cet exercice amène les gens à formuler leur vues et à voir ce que pensent les autres. Cela amène également les gens à s'engager plus activement dans les discussions et peut être introduite à n'importe quel endroit approprié.

d'Immunodéficience Acquisée. C'est une maladie infectieuse qui est causée par le virus du VIH qui affaiblit progressivement le système de défense du corps (immunitaire). Acquis signifie que cela n'est pas un héritage génétique. Immunodéficience signifie que cela affaiblit le système immunitaire du corps. Syndrome signifie que c'est une série de signes et de symptômes de maladie.

#### Qu'est ce que le système immunitaire?

C'est un système dans le corps qui aide à combattre les maladies. C'est la capacité du corps à résister à l'état de maladie. Le système consiste en cellule de globules blancs qui défendent notre corps contre les infections de manière similaire à celles des soldats défendant leur patrie.

#### Quelle est la différence entre VIH et SIDA?

La distinction entre le VIH et le SIDA est intéressante à noter. L'infection au VIH signifie que le virus est simplement présent dans le corps, peut infecter les autres à travers les relations sexuelles et le contact du sang, et pourra éventuellement évoluer en SIDA. Cette période de l'infection à la mort peut durer de 0 à 15 ans, mais varie d'un individu à l'autre. Le SIDA est le stade final de l'infection au VIH. C'est quand les défenses du corps ont été affaiblies par le virus du VIH et que la personne tombe malade dans des conditions menaçant sa vie.

#### Que se passe-t-il quand le VIH pénètre dans le corps et où va-t-il?

Le VIH pénètre les cellules des globules blancs du corps humain qui sont dans le sang mais aussi dans le liquide séminal, les liquides vaginaux, et le lait maternel. Les globules blancs du sang sont le lieu préféré du virus VIH pour grandir et se multiplier. Une fois qu'ils sont dans le corps, s'installent et s'accroissent en nombre à l'intérieur des cellules jusqu'à ce que celles-ci éclatent, et les virus s'attaquent à d'autres cellules. Au plus les globules blancs éclatent, au plus le virus est libéré et le nombre de globules blancs décroît. Le résultat est que le système immunitaire devient de plus en plus faible.

#### Comment le virus peut-il entrer dans le corps?

La principale voie de transmission est le sang infecté. Si mon sang entre en contact avec du sang infecté, le virus peut pénétrer dans le corps. Cela arrive surtout pendant des rapports sexuels, plus rarement à travers des plaies ouvertes, comme au moment d'un profond baiser. D'autres liquides (fluides) sont également infectés, comme les liquides séminal et vaginal et le lait maternel.

### EXERCICE DE STATISTIQUES

Pour illustrer le pourcentage (%) des personnes affectées par le VIH/SIDA ou pour aider les participants à mieux comprendre les statistiques présentées, essayez cet exercice. Que tout le groupe se mette debout ensemble, ensuite retirer du groupe le nombre de ceux qui devraient être affecté et mettre les à part. par exemple, si vous avez 30 participants, comptez et éloigner 30% (ou approximativement 3 personnes sur 10 retirées). Cet exercice peut montrer l'étendue du problème dans un groupe moyen de personne

### CHOIX FORCE'

Les questions avec des réponses en Oui/Non peuvent être transformées en affirmation et cet exercice peut être utilisé pour une meilleure compréhension. On demande aux participants de choisir s'ils sont d'accord ou non avec l'affirmation et d'aller d'un côté ou de l'autre de la salle (selon). Ensuite chaque groupe discute des raisons de leur accord ou de leur désaccord. Enfin chaque groupe choisi une personne qui doit essayer de convaincre les personnes de l'autre côté de les rejoindre. Si quelqu'un change d'opinion, il rejoint l'autre groupe. A ce point, observez quel est le raisonnement qui a attiré le plus de personnes de son côté.

### PETITS GROUPES DE DISCUSSIONS/ EXERCICE DE RAISONNEMENT

Cet exercice est utile presque à la fin de la session pour aider les participants à appliquer ce qu'ils ont appris pendant la session aux mythes communs. Donnez une série d'affirmations différentes ou de mythes à propos de la façon de contracter le VIH/SIDA aux différents petits groupes. Les participants doivent utiliser leurs connaissances pour découvrir pourquoi une affirmation est vraie ou non. Les petits groupes vont ensuite se réunir en un groupe plus grand pour partager leurs résultats et avoir un feedback.

Quelques exemples d'affirmations pouvant être présentées sont:

*Vous pouvez attraper le VIH/SIDA en partageant des vêtements avec une personne infectée; en partageant de la nourriture; en vous baignant ou en partageant une même piscine, en partageant les toilettes, en prenant soin d'une personne malade, en enterrant une personne, en tressant une personne; en jouant avec une personne infectée, etc.*

*Il n'y a pas de SIDA dans les villages, le SIDA est une maladie de riches ou de soldats*

Est ce que toutes les personnes porteuses du VIH développe le SIDA, et si oui, combien de temps cela prend-t-il?

Toute personne infectée par le virus du VIH développera éventuellement le SIDA s'il vit assez longtemps pour cela. Le temps que cela prend dépend de l'état de santé de l'individu, c'est à dire la force de son système immunitaire, la qualité de sa nutrition, et du niveau sanitaire du style de vie de quelqu'un. Une personne vivant de manière insouciante est plus à même de développer le SIDA.

Peut-on détecter si quelqu'un a le VIH/SIDA simplement en le regardant?

Non. Vous pouvez voir une personne apparemment en bonne santé et qui est néanmoins déjà infectée par le VIH. Durant la première phase après l'infection, la personne a le virus dans son sang, mais elle ne manifeste aucun signe de maladie. Cette phase peut durer plus de 10 ans, ou quelques mois. C'est seulement au stade final du SIDA qu'on tombe malade.

Après avoir été infecté, combien de temps faut-il pour que le VIH puisse être identifié dans votre sang?

Cela prend approximativement 3 mois après l'infection initiale. Cependant, cela varie en fonction des personnes, et cela dépend de leur résistance et de l'état de santé et leur système immunitaire.

Quels sont les signes physiques d'infection au VIH/SIDA?

Il n'y a pas de signes physiques excepté le test sanguin. Une personne atteinte du SIDA manifeste souvent les signes majeurs et mineurs suivants :

#### Signes majeurs

- Fièvre résistante (plus d'1 mois)
- Diarrhée durable
- Perte de plus de 10% du poids corporel
- Tuberculose ou pneumonie

#### Signes mineurs

- Toux persistante
- Nerfs périphériques endommagés
- Amoindrissement de la mémoire et déclin des capacités intellectuelles

- Herpes Zoster
- Inflammation des glands
- Eruptions sur le corps et infections de la peau
- Herpes Simplex
- Muguet dans la bouche et la gorge
- Eclaircissement des cheveux

Quels comportements contribuent à la propagation du VIH/SIDA?

- Avoir des partenaires sexuels multiples
- Avoir des relations sexuelles non protégées
- Retarder le traitement des ISTs (Infections Sexuellement Transmissibles)
- Certaines pratiques culturelles (comme « la récupération des femmes veuves », « fugue amoureuse », et l'usage d'instruments malpropres dans les pratiques traditionnelles)
- Viol et souillure
- Prostitution
- L'usage d'objets perçants comme des aiguilles (non stérilisés)

Si un homme retire son pénis avant l'éjaculation peut-il infecter sa partenaire ou être infecté?

Oui. Même si le retrait est effectué avant l'éjaculation, le virus du VIH/SIDA peut être transmis. C'est donc dangereux pour les deux partenaires parce que le virus est présent aussi bien dans les sécrétions vaginales que le liquide séminal. Le risque d'infection s'accroît si l'un des partenaires a des plaies ou de petites coupures sur les organes sexuels. Le retrait ne prévient jamais l'infection au VIH.

Puis-je être infecté par le VIH/SIDA si j'ai des relations sexuelles avec une personne sans utiliser la capote?

La possibilité d'infection est très élevée, parce que les relations sexuelles impliquent un contact physique et un échange de fluides corporels. Par conséquent, l'usage adéquat de la capote est la méthode pour réduire la communication de fluides entre des partenaires sexuels.



**Est-ce le VIH/SIDA peut aussi se transmettre à travers des relations sexuelles orales ou anales?**

Oui. Cela est particulièrement vrai si vous avez des plaies aux points de contact. De plus, la peau de l'anus est très tendre et la possibilité d'avoir de coupures pendant la relation sexuelle est très élevée, surtout parce qu'il n'y a pas de lubrification naturelle pendant ce genre de relation sexuelle. Quoiqu'il en soit, même s'il n'y a pas de plaies, il y a toujours un risque élevé parce que la friction continue pendant les relations sexuelles orales ou anales peut causer des plaies, exposant ainsi la personne au risque d'infection.

**Puis-je attraper le VIH/SIDA lors d'un baiser profond?**

Les chances d'attraper le VIH/SIDA à travers un profond baiser sont minimales. Cependant, si l'un des partenaires a de petites coupures ou des plaies dans sa bouche, les chances de l'attraper s'accroissent.

**Puis-je attraper le VIH/SIDA en ayant des relations sexuelles avec une personne jeune?**

La probabilité d'être infecté ne dépend pas de l'âge de votre partenaire, mais plutôt de sa santé. Si le garçon ou la fille sont infectés et que vous avez des relations sexuelles avec lui ou elle, vous risquez d'être infecté.

**Pourquoi les personnes mariées attrapent-elles le VIH/SIDA aussi?**

- Tout d'abord, l'un ou les deux partenaires peuvent avoir été déjà infectés avant le mariage. Il n'y a aucune certitude avant d'avoir fait le test sanguin
- L'infidélité
- L'exposition à des objets perçants non stérilisés
- L'ébriété qui conduit à prendre de mauvaises décisions comme l'infidélité

**Puis-je attraper le VIH/SIDA en portant les vêtements d'une personne infectée?**

Non. Comme le virus meurt une fois exposé à l'air, on ne peut pas être infecté en portant les vêtements d'une personne séropositive. Cependant cela n'empêche pas d'adopter des règles d'hygiène de base.

**Puis-je attraper le VIH/SIDA en utilisant les seringues d'une personne infectée?**

Oui. La possibilité d'infection est très élevée. L'usage de ces instruments est dangereux parce que des caillots de sang restent dans la seringue. Il est donc très important de ne pas partager ces instruments et de les stériliser après chaque usage.

**Puis-je attraper le VIH/SIDA par la piqûre d'un moustique?**

Non. Le moustique ne transporte pas le virus du VIH.

**Puis-je attraper le VIH/SIDA en partageant le repas avec une personne infectée?**

Il est très difficile d'acquérir le virus en partageant la nourriture sauf si vous avez tous des plaies dans la bouche et partager la cuillère et échanger ainsi la salive. Pourtant, la probabilité est si faible que c'est comme si il n'y avait pas de danger de contracter l'infection du VIH quand on partage un repas avec une personne infectée.

**Puis-je attraper le VIH/SIDA en donnant du sang ou à travers une transfusion sanguine?**

Il est important de faire la distinction entre le don de sang et recevoir du sang à travers une transfusion sanguine. Il a très peu de danger à donner aussi longtemps que l'agent de santé utilise des instruments stérilisés. De même, il y a un risque minime à recevoir du sang parce que tout le sang transfusé est d'abord soumis au test du VIH/SIDA et que l'on utilise des seringues stérilisées.

**Les pilules contraceptives peuvent-elles me protéger contre une infection?**

Non. Ce médicament empêche les femmes de tomber enceintes, mais ne protège pas contre les infections (VIH ou ISTs). Vous pouvez toujours être infectées parce que les relations sexuelles impliquent un échange de fluides corporels tel que le liquide séminal ou les sécrétions vaginales.



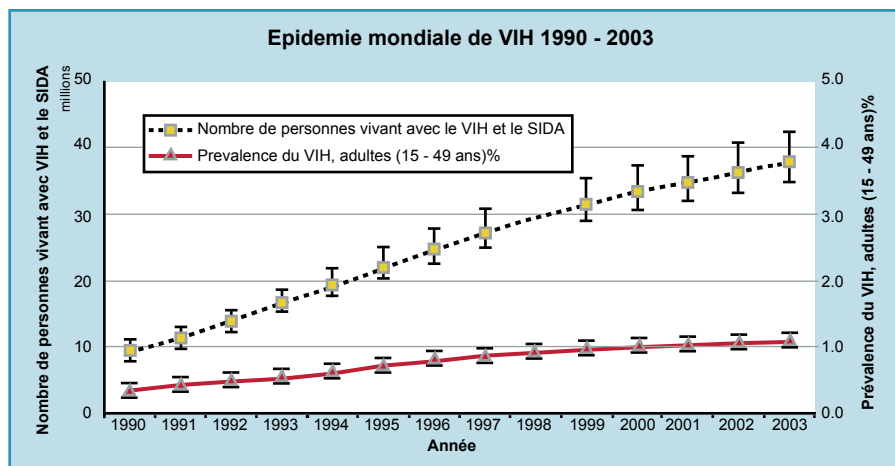
### Est-ce qu'une personne séropositive peut donner naissance à un enfant, et peut-elle infecter le bébé?

Une mère séropositive peut donner naissance à un enfant comme n'importe quelle autre femme, cependant la probabilité d'infection est grande. Le bébé dans l'utérus est nourri par le sang de la mère, aussi si la mère est séropositive, le bébé peut attraper le virus. Pourtant, tous les bébés de mères séropositives n'attrapent pas nécessairement le VIH/SIDA. Le taux d'infection dépend de la charge virale dans le sang de la mère. The Lancet (June 14, 2002), un journal médical international, rapporte que le taux cumulatif de transmission du VIH de la mère à l'enfant est de 25% à 45% en Afrique sub-Saharienne. Chaque jour, à peu près 1,900 enfants sont infectés par le VIH -1 par leurs mères dans cette région. L'infection peut se produire pendant l'accouchement et quand on coupe le cordon ombilical. De plus, une mère séropositive peut aussi infecter son enfant pendant l'allaitement à cause de la présence du virus dans le lait maternel.

### Que représente le ruban rouge?



Le ruban rouge est un signe de la reconnaissance de l'existence du VIH/SIDA et un appel pour l'unité en vue de combattre la maladie. Les gens qui portent ce ruban veulent exprimer par là leur sympathie et leur respect envers toutes les personnes infectées et qui vivent avec le VIH/SIDA. Cela n'indique pas que la personne qui le porte est séropositive.



### Quel est le pourcentage de la population africaine infectée par le VIH/SIDA?

Selon les statistiques de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) compilées en 2004, l'Afrique Sub-Saharienne a de 23.0 à 28.2 millions d'adultes et d'enfants vivants avec le VIH//SIDA. Cela représente environ 10 - 30% de tous les Africains qui sont infectés par VIH. En moyenne, la plupart des personnes infectées habitent dans les villes ou les centres socialement actifs. Beaucoup sont des jeunes âgés de 15 à 24 ans. Selon le rapport préliminaire de l'enquête démographique et de santé réalisée au Rwanda en 2005, les taux de prévalence du VIH chez les femmes et les hommes de 15-49 ans au niveau national sont de 3,0 %. Les femmes, avec un taux de prévalence de 3,6 %, sont nettement plus infectées que les hommes à 2,3 %. En ce qui concerne la situation par milieu de résidence, le taux de prévalence est de 7,3 % dans l'ensemble urbain et de 2,2 % en milieu rural. Au niveau des régions, la Ville de Kigali présente une prévalence significativement plus élevée que celle des autres régions.

### Que puis-je faire pour me protéger contre le VIH/SIDA?

Il n'y a pas de vaccin contre le VIH/SIDA mais il y a certains modes de conduite qui contribuent à vous protéger contre le VIH/SIDA. Ils peuvent être résumés comme ci-dessous:

- Connaissance à propos de la maladie
- Abstinence / Fidélité
- Usage de la capote
- S'abstenir de pratiques culturelles qui accroissent vos risques de contracter le VIH/SIDA (comme héritage de la femme, fugue amoureuse et la circoncision)
- Le traitement précoce des ISTs

### Y a-t-il un remède contre le VIH/SIDA?

Jusqu'à aujourd'hui, il n'y a pas de remède pour le VIH/SIDA, cependant beaucoup de chercheurs font de leur mieux pour en découvrir un. Il y a des médicaments qui soignent certaines des maladies qui attaquent la personne ayant le système immunitaire affaibli par le VIH/SIDA. Il y a aussi des médicaments antirétroviraux (ARV) qui peuvent temporairement aider à améliorer la condition de la personne qui souffre de la maladie, en ralentissant le développement du VIH/SIDA. Il n'y a pas de médicament occidental ou local qui puisse définitivement soigner le VIH/SIDA.



**Est-il vrai qu'avoir une relation sexuelle avec une vierge peut vous guérir du VIH/SIDA?**

Non. C'est un mythe; on ne peut pas guérir du VIH/SIDA. Il n'y a absolument pas de remède à cette infection. Si vous porteur du VIH/SIDA ou d'une IST, en ayant des rapports sexuels avec elle, vous mettrez sa vie en danger.

**Une personne sous traitement ARV peut-elle toujours transmettre le virus?**

Oui. Le traitement ARV contrôle la maladie mais n'élimine pas l'infection, qui peut toujours être transmise aux autres.

**Comment puis-je découvrir si je suis positif ou négatif?**

Le seul moyen pour le découvrir est de faire le test sanguin qui montre s'il existe dans votre sang des anticorps contre le VIH. Il est vital de noter que le VIH et les anticorps ne deviennent visibles dans le sang humain que trois mois après l'infection. Les tests effectués avant cette période normalement ne donnent aucun résultat.

**Que devrais-je faire si j'ai le VIH/SIDA?**

Tout d'abord, en parler à votre partenaire - il doit être informé à partir du moment que cela peut également affecter sa santé. Parler aussi à des gens ayant les mêmes problèmes ou à un conseiller formé pour cela. Conserver une bonne santé, prendre l'habitude de manger, et une bonne hygiène. Traiter toutes les formes de maladies et cesser tout abus d'alcool ou de drogues.

**Quelles sont les conséquences en cas de résultats négatifs?**

Une fois surs de notre situation nous devrions essayer dans la mesure du possible de nous abstenir de choses ou habitudes qui nous exposent au virus. Nous devrions nous efforcer de prendre les précautions nécessaires pour éviter d'attraper le virus.

**Est-ce que les résultats test VIH/SIDA disent la vérité?**

Oui. La possibilité de recevoir de faux résultats est très basse si le test est effectué au moins trois mois après l'infection. Durant la période des trois premiers mois, il n'y a pas de signes du virus dans le sang et les tests cliniques ne peuvent pas nous dire s'il y a une infection. C'est une période très dangereuse parce qu'une personne peut être considérée comme saine, alors qu'elle ne l'est déjà plus.

**Comment devrions-nous agir envers les personnes atteintes du VIH/SIDA, et de quels types de soins ont-ils besoin?**

Une personne atteinte du VIH/SIDA est une personne comme les autres. Elle a besoin d'attention et de consolation puisqu'il n'y a pas de remède à cette maladie et parce que il y a des stigmates et des jugements attachés au VIH/SIDA. Nous pouvons leur tendre la main et les assister en pourvoyant à leurs besoins élémentaires comme un régime alimentaire adéquat et une hygiène correcte. Nos actions peuvent alléger leur fardeau celui de leurs familles. Souvenez vous qu'une personne vivante avec le VIH/SIDA à autant de droits humain qu'une autre.

**Comment manifester de l'amour aux personnes infectées?**

**Comment prendre soin d'eux?**

De la même façon que nous le manifestons à qui que ce soit d'autre qui ne soit pas un partenaire sexuel.

- Rendre visite à la personne
- Etreindre ou toucher la personne de manière sûre
- Inclure la personne dans les activités familiales ou communautaires
- Les écouter
- Leur faire voir qu'elles ne sont pas seules
- Leur apporter le repas

**Quel est l'impact général du VIH/SIDA sur la famille, sur la communauté et sur la nation?**

- La perte de vies
- La pauvreté
- La perte des soins des parents
- La peur et le trauma
- La dépendance économique
- Un développement lent dû à la perte des ressources

Ceci peut se faire dans des travaux de groupe qui se focaliseraient sur la famille, la communauté et la nation. Toutes les réponses données sont considérées comme de bonnes réponses. On peut utiliser le travail de groupe même pour les autres questions. On donne un ensemble des questions à chaque groupe et après on discute les réponses données en plénière.

## CHOIX DANS LA PREVENTION DU VIH/SIDA



À la fin de la session, les participants doivent être capables de démontrer que le VIH/SIDA est un sérieux problème pour notre communauté et que nos choix comportementaux peuvent affecter notre vulnérabilité au virus.

### Discussion Plénière

Présentez aux participants les questions suivantes et discutez:

Le SIDA cause beaucoup de victimes et change la structure sociale de la communauté comme le fait la guerre.

Entre la Guerre et le SIDA, quelles sont les différences et les ressemblances?

GUERRE                  SIDA

- Une guerre peut se terminer tandis que le SIDA non
- On peut voir la guerre tandis que le SIDA est un tueur silencieux qui ne peut être vu
- La guerre se fait avec des armes visibles, le virus est une arme invisible
- Tant la guerre que le SIDA engendrent la peur et causent des victimes

Comment se protéger face à ces deux situations?

GUERRE

- Dormir dans des endroits sûrs
- Ne pas aller où sont les rebelles
- Combattre pour se défendre au milieu de coup de feu

SIDA

- Eviter des rapports sexuels hasardeux
- Ne pas avoir de rapports sexuels avant ou en dehors du mariage
- Utilisez des condoms dans les rapports sexuels incertains

Quelle est votre responsabilité par rapport à votre vie?

- ☑ Choisir comment me comporter    ☑ Changer mon comportement    ■ Avoir la volonté de suivre les bonnes convictions/valeurs positives
- ☑ Donnez de la valeur à ma vie



Si de la guerre on est souvent victime, on peut choisir de ne pas être victime du SIDA.

Dans toutes situations il y a des actions que nous pouvons choisir de faire, d'autres ou nous ne pouvons pas choisir. De toute manière nous pouvons participer plus activement à nos vies. Nous pouvons faire les choix nécessaires pour une vie plus sûre et saine.

Une fois que les participants ont appris les éléments de base et les informations à propos du VIH/SIDA, ils deviennent plus responsables de leurs vies et capables de choisir. Cette session explore des voies pour avoir une approche active dans la prévention du VIH/SIDA.



## Enseignement

Comment est-il possible de participer plus activement à ma vie?

Pour participer plus activement je peux:

1. Apprendre le plus possible à propos des faits et des questions en jeu dans mes choix. \_\_\_\_\_ connaissance  
L'information est le début de la compréhension exacte des implications de nos choix. La connaissance nous aide à développer des attitudes plus réfléchies.
2. Analyser mes propres pensées et sentiments sur la question. \_\_\_\_\_ attitudes  
*Sont-elles constructives? Ai-je besoin de changer mes attitudes?*  
L'éducation peut mener à un changement positif d'attitude qui aura un effet à long terme. Grâce à des attitudes plus réfléchies nous pouvons développer des comportements appropriés et positifs.
3. Evaluer mon comportement quant à voir s'il contribue à une vie saine et sûre. \_\_\_\_\_ comportement  
*Ai-je besoin de changer mon comportement?*  
Un comportement constructif contribue à une vie saine et sûre. Des changements de comportements sont nécessaires pour stopper la propagation de la maladie.



Souvent, la seule bonne volonté ne développe pas un changement de comportement à long terme. L'information et l'éducation développent la connaissance qui permet un changement d'attitude, qui à son tour développe des comportements appropriés et positifs.



Grâce à la connaissance, des attitudes et des comportements appropriés, je peux faire des choix pour une vie plus saine et plus sûre.

## LE CHANGEMENT DE COMPORTEMENT DANS LA PREVENTION DU VIH/SIDA



A la fin de la session, les participants doivent être capables de:

Démontrer que la prévention du VIH/SIDA nécessite surtout un changement de comportement

Résumer les points les plus importants du changement de comportement pour prévenir le VIH/SIDA.

A - Abstinence (abstinence)

B - Be faithful (Fidélité)

C - Condom use (usage de la capote)

Un changement de comportement est le moyen principal dans la prévention du VIH/SIDA. Les participants sont amenés à comprendre et à gérer leurs comportements dans le but de vivre une vie positive et saine.



### Brainstorming

Par quels comportements pouvons-nous réduire et contrôler la propagation du VIH/SIDA?

- Abstinence
- Fidélité
- Usage du condom de manière appropriée
- Traitement rapide des ISTs
- Test sanguin avant le mariage
- Eviter les instruments tranchants/perçants / les stériliser à chaque utilisation
- Porter des gants protecteurs en caoutchouc quand on manipule du sang ou quand on aide une personne blessée
- Prévention de la Mère à l'Enfant (MTCT) - soins prénataux et des alternatives à l'allaitement



Le changement de comportement le plus important pour prévenir le VIH/SIDA peut être résumé par:



A bstinence



B e faithful (Fid élit é)



C ondom Use (pr éservatif)



### Enseignement

Le changement de comportement comporte A B C et j'ajouterai D - E :

A - Abstinence

Ceci est le choix de s'abstenir d'activités sexuelles avant le mariage. Cela implique de l'auto contrôle ou l'exercice de la raison sur les sentiments. Les jeunes peuvent choisir de s'y engager jusqu'au moment du mariage. S'abstenir d'activités sexuelles est un moyen sûr de se protéger contre le VIH/SIDA.

**B - Être fidèle (Be faithful)**

Rester avec un seul partenaire sexuel. En étant fidèle, nous pratiquons aussi l'abstinence de toute activité sexuelle hors du mariage. La fidélité envers un homme ou envers une femme est un moyen sûr d'éviter le SIDA et permet de prévenir sa propagation. Il est également important d'éviter le risque de pratiques culturelles comme, la femme qui doit épouser un des frères de son mari défunt, quand l'un des partenaires est déjà infecté. C'est aussi un engagement, une preuve d'amour, de respect, de reconnaissance de l'amour du partenaire.

**C - Condom**

Protection des autres et de soi-même, lutter contre les grossesses non désirées

**D - Dépistage**

Se dépister comporte du courage, une préparation pour l'avenir, la volonté d'acquiescer des conseils, l'attention aux autres.

**E - Éducation**

Grâce à l'éducation il y a un changement d'attitude qui développe à son tour des comportements positifs.

Ces comportements représentent le vaccin social. Nous n'avons pas de vaccin, mais nous avons le vaccin social, celui que nous venons de voir avant ABCDE, et c'est celui que la politique nationale du Rwanda pour la prévention du VIH/SIDA préconise dans l'ordre suivant: E,A,B,C,D.

**Brainstorming**

Le condom peut-il vous protéger complètement du VIH/SIDA?

Non. Il n'est pas sûr à 100% parce que:

- Il peut se rompre et se déchirer pendant l'utilisation.
- S'il n'est pas utilisé correctement la protection peut échouer.
- Les condoms peuvent ne pas être toujours disponibles dans les communautés rurales.
- Les condoms peuvent ne pas être utilisés de manière conséquente - il faut utiliser un nouveau condom CHAQUE FOIS que l'on a des rapports sexuels.
- Les condoms peuvent être de mauvaises qualités (expirés ou affaiblis par les conditions de stockage).



Les condoms peuvent réduire les probabilités d'être contaminé, mais ne préviennent pas le risque de contracter le VIH/SIDA.



## Enseignement et Discussion

### L'HISTOIRE DE LA HYÈNE

Imagine que tu vis dans un village où l'école est à cinq kilomètres plus loin. Deux chemins mènent à l'école depuis ton village. Le premier va le long d'une étendue de pierre, et traverse l'emplacement d'un ancien village avant de t'amener sur le terrain de l'école, mais c'est généralement un chemin dégagé.

L'autre passe à travers une plantation d'orangers, de manguiers et de bananiers, et passe par une source d'eau. Il est beau mais broussailleux, et une hyène s'y cache.

Comme ils passaient par là en une semaine à peine trois personnes - un garçon de sixième primaire, une femme et un homme assez âgé du village, sont morts après avoir été mangés par l'hyène. La seule protection que tu as sur toi est un couteau.



### Discussion Plénière

Quel chemin aurais-tu pris et pourquoi?

- Le chemin court est meilleur parce qu'il est plus rapide et plus agréable.
- Il est logique de ne pas prendre le chemin où l'on risque de mourir, je choisirais le chemin le plus sûr quand bien même il serait plus long.



Ces deux chemins représentent votre choix quant à la manière de faire face ou éviter le VIH/SIDA. Une fois que vous avez appris les dangers de cette maladie infectieuse vous devez décider du chemin à prendre. Vous pouvez, soit choisir le chemin le plus long mais plus sûr, soit celui qui mène vers la hyène, qui représente le VIH/SIDA. Le couteau que vous avez avec vous est comme le condom qui vous défend contre la hyène/SIDA. C'est à vous de choisir si prendre le risque de passer par le chemin dangereux avec la hyène/SIDA et seulement un couteau/condom comme protection.

Pour vous aider à décider quant au chemin à prendre, prenez en considération ce qui suit:

Que conseilleriez-vous à votre meilleur ami?

Mèneriez-vous votre enfant sur le chemin que vous choisiriez pour vous-même?



Nous avons vu qu'il y a trois instruments différents pour combattre le VIH/SIDA. Chaque instrument donne un degré différent de protection. Pour être clair, si A (Abstinence) et B (Be Faithful (être fidèle)) ne sont pas appliqués, alors il faut absolument appliquer C (un Condom). Quoiqu'il en soit, le cœur du problème pour prévenir le VIH/SIDA, est la raison qu'il y a derrière votre choix.



Adopter un comportement sans risques d'infection au VIH/SIDA est la meilleure protection.



## VALEUR DE LA VIE



A la fin de la session, les participants seront capables de:

- identifier et d'exprimer ce qui donnent de la valeur dans leurs propres vies.
- démontrer l'impact d'un comportement inconsidéré dans leurs vies.
- énoncer ce qui est nécessaire pour se remettre personnellement et pour rétablir des relations correctes avec les autres après une erreur qui a abouti à des dégâts.
- analyser l'importance de la confiance dans les relations avec autrui.



### Brainstorming

Tous les comportements humains vainqueurs sont motivés par la raison. Pouvez-vous donner quelques exemples?

#### Echantillons de Réponses

J'ai choisi de bien manger et de ne pas boire de l'alcool, parce que je ne veux pas tomber malade et je ne veux jamais perdre le contrôle de moi-même

Un adolescent a décidé de ne pas avoir de rapports sexuels avec sa petite amie parce qu'elle veut finir ses études avant de risquer d'être enceinte.

Pourquoi avoir un but comme l'abstinence ou la fidélité, pour quelles raisons?

- Pour éviter le SIDA
- Pour ne pas mourir
- Pour éviter la grossesse.



Cela signifie que nous voulons vivre et non mourir. La vie est importante. Pour aimer la vie, il est nécessaire d'aimer quelqu'un ou quelque chose qui nous la rende précieuse et toujours appréciable, même quand elle se présente mal ou difficile à nos yeux comme "un visage blessé".

Tenir à la vie est une caractéristique naturelle de tout être humain. S'il n'y a pas de maladie mentale ou d'idéologie trompeuse, une personne désire vivre et non mourir. C'est sur ce point que la formation atteint ici le cœur de notre approche – le sens et la valeur de la vie. Ayant exploré comment cela affecte nos choix et nos comportements, le moment d'examiner le point de vue personnel sur la valeur que nous donnons à la vie est arrivé.



## Jeu de Rôle

### L'EXPERIENCE "DU POT PRECIEUX"

Demandez à tous les participants de se mettre en cercle et montrez à l'assemblée un très joli pot.

"Imaginez que ce pot que vous allez recevoir entre vos mains représente votre vie, quelque chose de très précieux. Vous êtes invités, quand ce sera votre tour à tenir le pot entre vos mains, comme à exprimer, par des mots, des mouvements, et la façon dont vous manipulez le pot, quelque chose à propos du pourquoi votre vie est précieuse et du comment vous y prenez garde, en la gérant d'une certaine manière."

Faites passer le pot de mains en mains. Chacun à son tour pourra ainsi exprimer quelque chose à propos de sa vie.

- Ceci est ma vie et je n'accepterai aucun compromis pour elle
- Je suis une personne forte et je chéris ma vie
- Ma vie est précieuse et devrait être traitée prudemment/soigneusement
- C'est mon unique vie
- Ma vie est si belle

Quand tous les participants ont manié le pot, deux formateurs qui font partie du cercle, prennent le pot et se le lance de l'un à l'autre imprudemment, tout en parlant de comportements négatifs mais plaisants qu'ils mettent en pratique comme fumer, boire et jouer avec le sexe. De cette façon ils ignorent le pot! A la fin, un des formateur fait tomber le pot qui tombe et se brise.

Demandez aux participants de retourner à leur place en silence. Accordez-leur quelques minutes pour réfléchir et écrire dans leurs cahiers ce qu'ils ont observé, leurs pensées et sentiments.



## Discussion de groupe

Demandez aux participants de partager leurs réponses et faites une liste des différentes réponses sur le tableau.

Qu'avez-vous observé? Que s'est-il passé à l'intérieur de vous?

- Espoir perdu et sentiment de trouble
- Sentiment d'être misérable et avoir eu comme le cœur brisé quand le pot s'est cassé
- La vie est précieuse et doit être bien protégée
- La vie une fois compromise ne sera plus jamais la même
- Nous ne devrions pas être des gens irresponsables si nous voulons vivre heureux
- Sentiment de culpabilité pour n'avoir pas conseillé les deux qui jouaient avec le pot
- La vie de quelqu'un est également importante pour la communauté





La vie est un cadeau. Je participe activement dans ma vie et ma croissance, et je suis responsable de la manière dont je traite ce cadeau. C'est moi qui prends soin de ma vie à travers mes choix. Chaque choix a ses conséquences, positives ou négatives. C'est nous qui faisons le choix. Nous avons besoin d'être éduqué à prendre la bonne décision dans chaque situation.

Que ressentez-vous à propos du pot brisé? Que devrions-nous en faire?

- La vie peut redevenir la même après qu'une calamité nous soit tombée dessus
- Cela prend du temps et des efforts pour se remettre, mais nous pouvons guérir si nous sommes résilients
- Nous avons besoin d'être soigné pour affronter les problèmes
- Le pardon - nous avons besoin de nous pardonner et de pardonner aux autres pour pouvoir guérir convenablement
- Pour une guérison correcte nous avons besoin d'apprendre à partir de nos erreurs passées
- Nous avons besoin d'être là auprès des personnes qui sont tombées et les aider dans leurs processus de guérison



Quelquefois une personne peut mourir parce qu'elle a été imprudente avec la vie de la même façon que nous pouvons être imprudent avec le VIH/SIDA. Imaginez que ce pot soit une personne endommagée, blessée par les erreurs commises durant la vie, mais toujours en vie.

Invitez tous les participants à se rassembler autour du pot, et prenez un morceau du pot brisé. Demandez ce qu'ils peuvent faire ensemble pour faire du bien à cette personne. Généralement les participants se mettent à reconstruire le pot autant qu'il peuvent avec de la colle ou du papier collant. Cela peut-être fait en chantant une joyeuse chanson selon l'initiative du groupe.

Que pouvons-nous conclure à partir de cette expérience de reconstruction?

- La vie ne sera plus jamais la même après une erreur
- Le pot ne ressemble plus à l'original, mais il peut devenir utile à d'autres fins
- Nous avons besoin de garder de l'espoir comme d'essayer de réparer ce qui a été détruit
- Le rétablissement nécessite beaucoup de temps et d'efforts
- Nous devons être présents auprès des personnes qui sont tombées et les aider à se rétablir
- Dieu est toujours prêt à nous pardonner et à créer quelque chose de nouveau avec ce que nous sommes ou ce qui nous reste



Le pot, comme la vie, après la restauration n'est plus le même qu'avant et ne ressemble pas à son aspect original, mais il peut être utile à nouveau pour d'autres fins. L'aide de la communauté est un aspect très important dans le processus de rétablissement de la personne afin que cette dernière retrouve un nouveau but et sens à sa vie.



Ma vie est précieuse et je peux choisir comment la vivre.

## Jeu

### CERCLE DE CONFIANCE

Les participants forment un cercle, épaule contre épaule. Une personne se tient au milieu du cercle, droite mais détendue, les bras sur les côtés, les genoux et les hanches immobilisés, et pieds au sol. Ensuite cette personne ferme les yeux et doucement se penche d'un côté ou de l'autre. Les participants du cercle soutiennent la personne en tendant la main et en la poussant légèrement avec leurs paumes. De cette manière la personne au milieu peut être soutenue et passer tour à tour d'un membre à l'autre du groupe comme ferait une toupie. Il est très important pour la personne qui est au milieu de rester détendue alors qu'elle se tient fermement sur ses pieds (avec les genoux et les hanches droits), et pour les membres du groupe d'être responsables quant à la soutenir doucement pour qu'elle ne tombe pas au sol.

#### Comment vous sentez vous en étant poussé ainsi?

- La peur de ne pas être soutenu
- Le sentiment est magnifique une fois que l'on est sûre d'être soutenu
- Nous aimons quand nous sommes soutenus
- Nous devrions toujours être disponibles les uns pour les autres
- Les fardeaux une fois partagés deviennent plus légers

#### Que ressentez-vous en soutenant la personne du milieu?

- Capable d'assumer la responsabilité de prendre soin de la personne
- Tâche difficile
- Attentif à la personne
- Ennuyeux après un moment
- Plus léger quand le fardeau est partagé
- Donne de la valeur à la vie



Le soutien est important dans l'approche à ceux qui sont affectés par le VIH/SIDA, cela les aide à se rétablir et à faire de leur mieux. A travers une vie saine et positive, ces personnes peuvent rester en vie plus longtemps et aider leurs familles. La vie est remplie de problèmes, quelquefois nous tombons et avons besoin de nous rétablir.

## BESOINS DE LA PERSONNE



A la fin de la session, les participants seront capables de:

- identifier et d'exprimer ce qui donnent de la valeur dans leurs propres vies.
- démontrer l'impact d'un comportement inconsideré dans leurs vies.
- énoncer ce qui est nécessaire pour se remettre personnellement et pour rétablir des relations correctes avec les autres après une erreur qui a abouti à des dégâts.
- analyser l'importance de la confiance dans les relations avec autrui.



### Brainstorming

Quels sont les exemples de certains de nos besoins matériels, sociaux et psychologiques?

#### Besoins Matériels



Alimentation  
Logement  
Vêtement  
Soins Médicaux



#### Besoins Sociaux

Famille  
Amis  
Scolarité  
Religion  
Culture  
Communauté  
Activités



#### Besoins Psychologiques

Amour Parental  
Attention Parentale  
Valeurs / Croyances  
Conseils Spirituels  
Sentiment d'appartenance  
Reconnaissance  
Respect  
Indépendance  
Amour / Amitié / un partenaire  
Responsabilité  
Paix  
Unité  
Liberté  
Sécurité / Protection



Pourquoi la vie est-elle si importante? Qu'est-ce qui donne autant de valeur à ma vie? Pour savoir qu'une chose est importante, je dois en comprendre sa valeur. La valeur de ma vie est construite sur la base de mes besoins qui deviennent également mes ressources, comme les briques de ma maison.

Regroupez tous les différents besoins en trois catégories pour faire apparaître sur le tableau la liste des besoins matériels, sociaux et psychologiques.

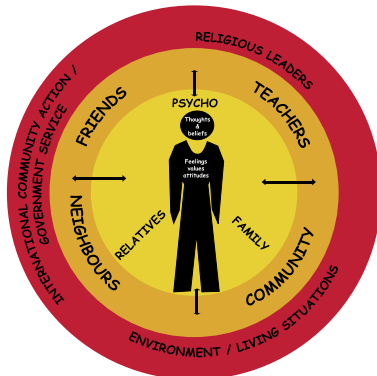
Demandez au groupe de faire des commentaires ou des observations sur la liste présentée.

D'habitude le groupe est surpris de remarquer comme la liste des besoins psychologiques est plus longue que celle des autres besoins. Souligner le fait que naturellement nous tendons à ne regarder qu'à nos besoins matériels en oubliant totalement les autres comme si notre bonheur et la solution à nos problèmes ne dépendait que d'eux!



## Enseignement

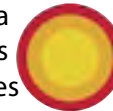
La définition de Psychosocial est introduite à ce point pour renforcer l'importance des besoins sociaux et psychologiques comme partie intégrante de la personne.



**PSYCHO** renvoie à l'esprit et à l'âme de la personne. Cela implique les aspects internes comme les sentiments, les pensées, les croyances, les attitudes et les valeurs.



**SOCIAL** renvoie aux relations externes et à l'environnement de la personne. Cela comprend les interactions avec les autres, les attitudes sociales et les valeurs culturelles et l'influence sociale de la famille, des pairs, de l'école et de la communauté.



L'intérieur (psycho) et l'extérieur (social) interagissent et s'influencent mutuellement. Quand on le considère de cette façon, chaque comportement, bon ou mauvais, a une raison derrière lui liée aux besoins satisfaits ou non satisfaits.

Demandez aux participants de donner des exemples d'interactions entre des aspects psychologiques et sociaux. Si cela n'est pas mentionné par les participants, inclure un exemple concernant une personne vivante avec le VIH/SIDA.



Le besoin humain fondamental est d'aimer et d'être aimé. Ce besoin donne de la valeur à nos vies et est satisfait à travers les relations sociales. C'est pourquoi il est important d'avoir de bonnes relations avec des gens en qui je puisse avoir confiance, des gens avec qui je puisse partager une expérience d'amour vrai et de fidélité.



Le besoin fondamental de l'être humain est d'aimer et d'être aimé .



## MONDE DE LA PERSONNE



A la fin de la session, les participants seront capables de :

- expliquer comment la personne construit ses ressources (résilience) intérieures à travers les relations sociales, les activités et la spiritualité.
- expliquer comment la conscience des ressources intérieures de quelqu'un contribue à donner un sens, un but et de la valeur à notre vie.



### Enseignement

Utilisez la pyramide modèle pour illustrer le monde de la personne.

Une façon de comprendre comment nous construisons nos ressources intérieures est de voir en quoi consiste notre monde. Chacun de nous développe des ressources à travers ses relations sociales, ses activités et sa spiritualité.

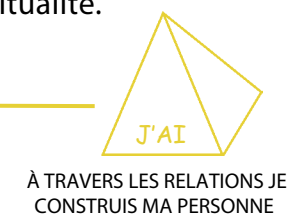
A travers LES RELATIONS : **J'AI**



Des Parents  
La Famille  
Des Amis  
Des Enseignants  
Des Leaders Religieux  
La Communauté

**JE CONSTRUIS**

La Confiance  
L'amour  
Une Identité  
Un Sens d'Appartenance



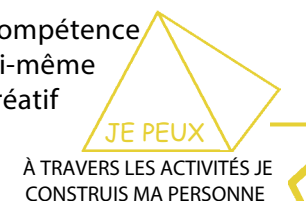
A travers DES ACTIVITES : **JE PEUX**



Aller à l'école  
Travailler  
Faires toutes les activités quotidiennes

**JE CONSTRUIS**

Un sentiment de compétence  
L'assurance en moi-même  
Capacité d'être créatif



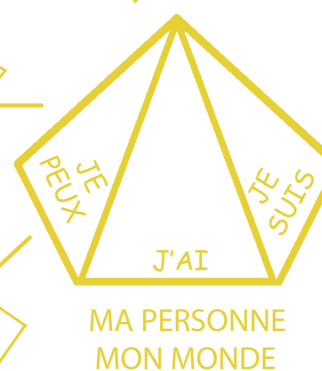
A travers LA SPIRITUALITE: **JE SUIS**



Valeurs  
Une croyance  
Une culture

**JE CONSTRUIS**

L'estime de moi même  
Sens de mes responsabilités  
Un but dans la vie  
Une Identité



Quand une personne parvient à surmonter des difficultés, comme à faire un choix qui satisfait réellement ses besoins, elle développe sa capacité résiliente. Ce processus construit la conscience de soi, la confiance en soi et la compréhension de la valeur de la vie.

Une communauté construit également des ressources ensemble:



NOUS AVONS  
NOUS POUVONS  
NOUS SOMMES



En sachant qui je suis, ce que j'ai et ce que je peux, je comprends mieux la valeur de ma vie. Si je comprends que ma vie est importante et a de la valeur, je peux aussi comprendre que les vies des autres sont importantes, parce que toutes ont de la valeur.



Si je prends soin de ma vie - si je m'aime moi-même - je fais des choix qui construisent des relations saines et qui m'aident .



## MONDE DE L'ADOLESCENT



A la fin de la session, les participants seront capables de :

- expliquer ce qu'être adolescent signifie et ce que cela implique comme changements au point de vue physiques et de l'attraction sexuelle et pourquoi c'est une période où ils sont en quête d'identité et de stabilité
- expliquer les modes de communication des adolescents selon des voies uniques comme la rébellion, la critique, le retrait, et les comportements à risque
- ☒ expliquer de quoi ont besoin les adolescents : des réponses positives de la part des adultes, un équilibre entre les règles ou les impositions familiales, et la liberté d'exprimer leurs sentiments afin de gagner une stabilité
- expliquer les avantages d'une réponse positive de la part des adultes : développer de nouvelles capacités intérieures comme la découverte de leur propre identité, d'un but dans la vie, le sens de l'indépendance, de leurs responsabilités et la capacité de faire face aux problèmes.

Pendant que l'on explore les besoins, les changements et les défis auxquels les adolescents font face, nous pouvons aussi comprendre la meilleure façon de les approcher et de communiquer avec eux. La compréhension de cette étape de la vie nous informe à propos de leur perception de l'amour, du sexe et de la sexualité ainsi que comment les aider à développer leur propres valeurs pour la vie et leurs relations sociales.



### Brainstorming

Qui est un adolescent?

- Une personne qui n'est plus un enfant mais qui n'est pas encore un adulte
- Une personne à la puberté
- Un enfant est âgé de 1 à 12 ans; l'adulte a plus de 19 ans; donc l'adolescent est âgé de 12 à 18 ans. (avec des variations par individu - certains plus tôt et d'autres plus tard)



### Travail de groupe

En grandissant et en traversant la puberté, nous faisons l'expérience de changements qui peuvent être mis dans les catégories suivantes: Physiques, Sociaux et Mentaux.

Divisez les participants en trois groupes et demandez à chaque groupe de faire la liste des changements lié a la catégorie choisie. Laissez ensuite chaque groupe présenter sa liste au groupe entier. Demandez toujours aux participants qui n'ont pas travaillé dans le groupe qui présente s'ils ont quelque chose à ajouter à la liste présentée.

**CHANGEMENTS PHYSIQUES**

Croissance des poils pubiens  
Sueur abondante  
Odeur corporelle  
Boutons sur le visage  
Attraction physique vis à vis du sexe opposé

**Chez les garçons**

La voix qui change  
Développement des muscles  
Rêves humides  
Barbe qui pousse

**Chez les filles**

Seins qui grandissent  
Début des menstruations  
Elargissement des hanches

**CHANGEMENTS SOCIAUX****Relations**

Amitié  
Ami intime  
Attraction pour le sexe opposé  
Formation de groupes d'amis  
Besoin d'être reconnu  
S'habiller conformément à la mode

**Nouvelles Activités**

Physiquement actif  
Besoin d'aventure  
Facilement influencés par l'environnement  
Trouver des nouveaux rôles dans la communauté

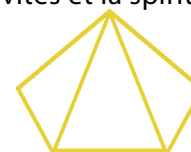
**CHANGEMENTS MENTAUX**

Emotif et lunatique  
Rebel  
Confusion mentale  
Manque de respect  
Sensations sexuelles  
Attitudes négatives aux conseils  
Conscience de son propre moi physique et affectif

Créatif et innovateur  
Curieux, questionneur  
Sens de l'aventure  
Sens de l'indépendance et de la liberté  
Impulsif  
Recherche du sens de la vie et de la mort

**Enseignement**

Au milieu de tous ces changements l'adolescent est à la recherche de son identité. Il/Elle cherche des réponses à plusieurs questions liées aux trois principaux aspects du monde de la personne: les relations, les activités et la spiritualité.

**Que souhaiterais-je être?****Comment?****Spiritualité****Que souhaiterais-je avoir?****Comment?****Relations****Que souhaiterais-je faire?****Comment?****Activités**

Les questions ci-dessus causent un conflit entre le désir ou les souhaits de chacun et la réalité:

**Je pourrais être - mais Je suis****Je pourrais avoir - mais J'ai****Je pourrais faire - mais je peux**

Pas à pas l'adolescent doit construire une image réelle de lui/elle-même, une image entre le rêve de celui/celle qu'il voudrait être, et la réalité concrète de ce qu'il/elle est extérieurement et intérieurement. L'adolescence se situe entre l'être encore un enfant et le devenir un adulte. Il/Elle ne comprend pas ce qu'il/elle doit faire avec les sensations sexuelles et les changements physiques qui s'opèrent dans son corps. D'ailleurs il/elle est impatient, parce qu'il/elle veut réaliser ses désirs et ses rêves le plus tôt possible. L'adolescent peut être impulsif et peut s'engager dans des comportements à risques comme fumer, boire de l'alcool, ou faire l'amour aussitôt qu'il/elle se sent attiré par quelqu'un. Habituellement, l'adolescent ne prend pas en considération les conséquences de ses actes et ne comprend pas pleinement le sens de la vie, de l'amour et du sexe.

En tant qu'adultes, parents, enseignants et/ou animateurs sociaux, nous pouvons aider les bénéficiaires à faire face à la réalité en comparant ce qu'ils voudraient avoir, être et faire avec ce qu'ils peuvent avoir, être et faire dans le présent. "Être capable" ne signifie pas "Je suis capable tout de suite". Nous pouvons essayer de comprendre les adolescents et les encourager à être patients et réalistes.



## Jeu de rôle

### SCENARIO

Agé de quinze ans, Théogène fréquente l'école secondaire. C'est un très bon élève. Il s'échappe souvent la nuit pour aller à l'école secondaire des filles pour rencontrer sa petite amie. Son professeur préféré sait que le comité de discipline veut suspendre Théogène pour cette action.

Deux participants sont invités à jouer qui le rôle du professeur et qui celui de James. Le groupe observe et discute ensuite, principalement quant à la modalité d'approche du professeur. Si la première approche ne parvient pas à une solution acceptable, on demande à d'autres participants d'assumer le rôle du professeur à tour de rôle jusqu'à pleine satisfaction.

Qu'avez-vous remarqué dans chaque jeu de rôle?

### Positif

- Le professeur voulait confirmer la vérité de ce qui est arrivé avec Théogène
- Le professeur voulait aider Théogène
- Besoin de créer une atmosphère de confiance
- Être amical et accessible
- Ecouter Théogène

### Négatif

- L'approche du professeur était dure, dominatrice
- Le professeur a amené Théogène à penser qu'il était un espion
- Autoritaire au lieu de conseiller
- L'étudiant paraissait tendu
- Question après question cela laisse peu de temps à Théogène de s'exprimer



## Enseignement

Il faut avoir une approche réaliste afin de gagner l'attention de la jeunesse. A partir de l'exemple de ce scénario nous pouvons voir ce qui suit:

1. Comprendre le fond du problème, parce que derrière chaque action il y a une cause.
2. Aider l'adolescent à se découvrir lui-même.

3. Être présent et écouter ce que l'adolescent a à dire.
4. Être ouvert à ses idées et ne pas le juger.
5. Poser des questions ouvertes et donner à l'adolescent beaucoup de temps pour expliquer son comportement.
6. Si cela est nécessaire offrez des suggestions ouvertes ou des solutions possibles.
7. Aider l'adolescent à explorer les avantages et les désavantages de chaque solution, désir ou option qui lui viennent à l'esprit. C'est un moyen de □
8. Aider le/la à établir des priorités dans ses choix.
9. Aider l'adolescent à prendre la meilleure décision possible face à une situation donnée, en se basant sur la valeur qu'il/elle donne à sa vie et à la vie des autres.
10. L'abstinence peut être une question à considérer avec son/sa petite ami(e). Ils peuvent explorer les conséquences de faire l'amour maintenant.
11. Plutôt que de donner des conseils, il est plus utile de discuter, parler, et considérer les avantages et les désavantages des différentes solutions proposées par l'adolescent. Cela développe son sens des responsabilités et l'aide à apprendre, évaluer des options, comme à prendre une décision personnelle.
12. Faites le suivi de l'adolescent que vous aidez pour vérifier comment fonctionne son plan.

L'approche envers un adolescent devrait être aussi réaliste que possible. Il peut arriver qu'il/elle ne soit pas d'accord avec vous. Que faites-vous alors? Vous devriez accepter ses décisions, ensuite l'aider à comprendre et à accepter les conséquences de ces actes.

#### Si l'étudiant choisit:

1. Une solution positive et suit cette décision
2. Une solution positive, mais ne la suit pas
3. Le refus de vos efforts, ou des actes négatifs

#### Votre réponse peut être:

approbation et motivation  
maintenir de bonnes relations, découvrir ce qui se passe, et essayer une nouvelle approche  
accepter le choix de l'adolescent mais informez-le/la des conséquences de ce choix



Il est important de ne pas répondre agressivement, peu importe les choix ou les actes posés par les adolescents. Même si il/elle rejette votre aide, essayez de maintenir une bonne relation et de faire le suivi de l'étudiant que vous voulez aider dans le futur.



"Je suis capable de faire cette chose" ne signifie pas : "Je peux la faire tout de suite."



## LIFE SKILLS : COMPETENCES DE LA VIE



A la fin de la session, les participants seront capables de :

- expliquer en quoi consistent les compétences de la vie et de quelle manière elles sont des outils que nous pouvons utiliser pour nous aider à réaliser certains objectifs comme à poursuivre un but dans la vie.
- mettre en évidence l'importance de certaines capacités et les avantages qu'ils nous donnent.
- mettre en pratique certaines compétences de la vie.



### Enseignement

A travers la connaissance je deviens plus conscient du bien précieux qu'est la vie et de sa valeur. Comme résultat, je veux défendre et protéger ma vie, comme faire des choix responsables. Certains de ces choix peuvent impliquer un changement de comportement. Les «life skills» peuvent être de bons outils qui servent à supporter et maintenir des changements de comportements.



### Brainstorming

Quels sont des exemples de «life skills»?

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ La conscience de soi (connaissance de ses propres forces et faiblesses)</li> <li>■ L'assertivité</li> <li>■ La résistance à la pression des amis</li> <li>■ La confiance en soi(se sentir bon concernant certaines capacités)</li> <li>■ L'estime de soi(se sentir bon à propos de soi-même/ de sa propre valeur)</li> <li>■ La négociation (affirmer sa position et construire une compréhension mutuelle)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Savoir ménager/gérer des émotions, du stress et de la tristesse</li> <li>■ La réflexion/pensée critique</li> <li>■ L'auto discipline</li> <li>■ La prise de décision effective</li> <li>■ Connaître et vivre avec les autres</li> <li>■ L'empathie (compréhension des intérêts, des soucis, des peurs et des besoins de l'autre)</li> <li>■ La communication effective (dites ce que vous pensez et pensez ce que vous dites)</li> </ul> |
|---|---|

Comment les « life skills » peuvent-elles aider un adolescent?

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Avoir des comportements sains comme s'abstenir du sexe</li> <li>■ Eviter les comportements à risques</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Prendre des décisions et faire des choix positifs</li> </ul> |
|--|---|

Maintenant que nous avons exploré la valeur de la vie et son impact sur nos choix comportementaux, il est utile d'apprendre des compétences de vie - des outils qui peuvent nous aider à mettre en pratique nos valeurs. Les « life skills » sont présentées à la fin de cette formation, parce qu'elles ajoutent des techniques efficaces pour que les adolescents puissent mettre en pratique leurs valeurs et ainsi atteindre leurs objectifs quant à un changement de comportement.

Voyez maintenant de plus près quelques techniques de vie.

### La Conscience de Soi

Il existe quelques exercices pour aider les jeunes à mieux se comprendre soi-même - leurs qualités, leurs talents, leurs dons et leurs ambitions.



#### Travail individuel

##### CARTE D'IDENTITE

Chacun individuellement crée une carte d'identité sur une feuille de papier, comme suggéré ici:

Nom _____
Sexe _____ Age _____
Village/Ville _____
Dons spéciaux/ Talents _____
_____
_____
Attentes dans la Vie _____
_____



#### Discussion plénière

Librement les participants partagent avec le groupe quelques uns de leurs dons et talents, comme leurs atteintes dans la vie.

##### Dons spéciaux/talents:

- |                                  |                                     |                                       |  |   |
|----------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> La Vie  | <input type="checkbox"/> Les Sports | <input type="checkbox"/> La Force     | <input type="checkbox"/> L'Artiste/Le dessin | <input type="checkbox"/> L'Ecriture       |
| <input type="checkbox"/> L'Amour | <input type="checkbox"/> Les Jeux   | <input type="checkbox"/> L'Enseignant | <input type="checkbox"/> La Musique          | <input type="checkbox"/> L'Art Dramatique |

##### Attentes dans la Vie:

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Une bonne épouse/élever une bonne famille | <input type="checkbox"/> Un bon administrateur   | <input type="checkbox"/> Vivre longtemps                       |
| <input type="checkbox"/> L'Education                               | <input type="checkbox"/> Un bon homme d'affaires | <input type="checkbox"/> Paix et la sécurité                   |
| <input type="checkbox"/> Mener une vie spirituelle                 | <input type="checkbox"/> Avoir un bon travail    | <input type="checkbox"/> Savoir mourir à n'importe quel moment |



## Exercice de groupe

Pour avoir une meilleure connaissance de moi-même, j'ai besoin de me découvrir tel que je suis mais aussi de connaître ce que les autres disent ou pensent de moi.

### CERCLE D'IDENTITE

Un volontaire s'assied en face du groupe en leur faisant face. Le formateur dessine un grand cercle avec un plus petit cercle à l'intérieur (contenant le nom de la personne). Ce cercle intérieur représente la personne et les segments du cercle extérieur représentent ce que je sais de moi-même comme ce que les autres reconnaissent en ma personne.

#### Demandez au volontaire

Comment peux tu te décrire toi même, en termes de qualités, rôles, valeurs, croyances ou talents?

Les réponses sont inscrites dans les segments du cercle extérieur. Par exemple, le volontaire pourrait dire: enseignant, mari, père, frère, gentil, tolérant, miséricordieux/généreux, social, foi, bonne mémoire.

#### Ensuite demandez au groupe

Voyez-vous en lui/elle d'autres valeurs et qualités ?

Utilisez un marqueur de couleur différente pour noter les réponses du groupe sur le cercle extérieur. Par exemple, le groupe pourrait ajouter: sain, humble, questionneur, intelligent, émotif, honnête, sexy, sûr, compréhensif, craignant Dieu, beau, ivrogne.

#### Demandez au volontaire

Comment te sens tu (le volontaire) par rapport à ce que ces gens pensent de toi?

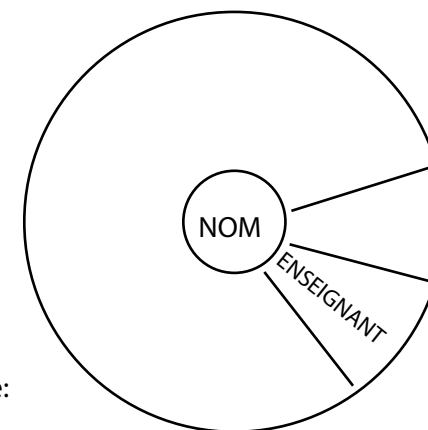
Analysez les commentaires que ceux ci soient positifs ou négatifs.

#### Demandez au groupe

Avez-vous noté une différence entre l'exercice de la carte d'identité et l'exercice du cercle d'identité?



La carte d'identité montre comment je me perçois moi-même seul à seul. Le cercle d'identité inclut la manière dont les autres me perçoivent. Cela peut aider une personne à mieux se comprendre. Le volontaire découvre beaucoup sur son monde (Je suis, Je peux, J'ai) en jetant un coup d'oeil sur le cercle complété. Il/Elle découvre également combien ses amis l'apprécient. Cela construit sa confiance et son estime de soi aussi bien que son sens d'appartenance et de responsabilité.



La façon dont je me perçois et la façon dont les autres me perçoivent me conduit à une conscience de moi-même plus profonde.



Exercice facultatif qui aide la personne à se réorganiser après un moment difficile

Cet exercice est similaire au précédent, cercle d'identité, et peut être utilisé avec un participant qui est passé à travers des situations difficiles. Procédez comme au dessus, en incluant les expériences de la vie positives et négatives dans le cercle (par exemple, la guerre, la mort d'une personne aimée, la perte d'un ami, etc.)

En tant qu'être humain quand nous traversons une situation difficile nous ne voyons plus qu'elle, comme fixé sur cette douleur. Pendant un certain temps nous sommes comme aveuglés, oubliant le reste de notre vie et ce que nous sommes.

Cet exercice, avec la contribution des amis, peut aider la personne à se souvenir de toutes ses qualités, croyances, valeurs (Je suis), capacités (Je peux), et les relations importantes (J'ai). En plus, regarder le cercle complété, peut aider la personne à comprendre que la situation douloureuse est seulement une partie et non le tout du cercle de sa vie.

Cela reconstruit la confiance et l'estime de soi, aussi bien que l'espoir et le courage de continuer à vivre.

### Assertivité

L'assertivité a comme base la conscience de soi et l'estime de soi. Quand je suis conscient de qui je suis et de ce que je veux, je peux choisir le comportement plus approprié pour exprimer mes valeurs et mes croyances.



### Brainstorming

Qu'est-ce que l'assertivité?

- Dire "NON" ou "OUI" et le penser
- Avoir des principes
- Un comportement de confiance en soi, une personne positive qui ne blesse pas les autres par ses attitudes
- Le respect de ses droits propres et des droits des autres
- La détermination à faire ou atteindre un objectif désiré en dépit des obstacles rencontrés
- La capacité de faire quelque chose en se basant sur ses valeurs, malgré les pressions extérieures



### Jeu de Rôle

Le comportement d'une personne peut être regroupé de trois façons. Passif, Aggressif, et Assertif.

Demandez aux participants de marcher dans la pièce en silence - d'abord d'une manière passive.

Après un moment, demandez leurs de commencer à marcher de manière agressive.

Finalement demandez leurs de marcher de manière assertive.

Discutez de ce que l'on ressent à marcher selon ces différentes manières, et demandez la différence.

#### PASSIF

Sans but  
Ennuyeux  
Insouciant  
Paresseux  
Inattentif  
A contrecœur

#### AGRESSIF

Crispé  
Hostile  
Violent  
Imprudent  
Négligent  
Crainitif  
Par d'intérêt pour les autres

#### ASSERTIF

Sûr  
Attentif  
Responsable  
Déterminé  
Courageux  
Avisé  
Plein d'égards

On peut résumer les comportements dans la société en trois typologies:

1. **Passif** - C'est le comportement d'une personne qui ne réagit pas aux gens mais laisse arriver les choses qui pourraient violer ses droits et ses sentiments comme ceux des autres.
2. **Aggressif** - Une personne qui se comporte de cette manière veut dominer les autres et est déterminée à gagner à n'importe quel prix. Il viole souvent les droits et les sentiments des autres.
3. **Assertif** - C'est le comportement d'une personne sûre d'elle-même, positive, qui sait ce qu'elle veut, mais qui tient compte également de l'intérêt, droits et sentiments des autres.

Retournez à **l'Histoire des Quatre Amis** à la session Ressources. Essayez d'identifier l'attitude de chacun des quatre amis envers la vie, Peter, Christine, Thomas et Margaret.

- ❑ Qui est Passif? Margaret
- ❑ Qui est Aggressif? Peter
- ❑ Qui est Assertif? Thomas et Christine ont planifié et accompli leurs objectifs

Essayez d'identifier d'autres capacités utilisées par Thomas et Christine.

L'assertivité inclut beaucoup d'autres capacités de la vie que nous mettons en pratique, y compris:

- ❑ L'auto discipline
- ❑ La résistance à la pression extérieure
- ❑ Le respect de soi-même et des autres
- ❑ La pensée critique
- ❑ La communication effective
- ❑ La négociation
- ❑ Gestion des émotions
- ❑ La prise de décision



Ce sont quelques aspects de l'assertivité. En devenant adulte nous développons graduellement ces capacités et nous devenons responsable de nos vies. Les adolescents ont besoin de développer leurs capacités de vie afin de devenir des adultes responsables.

## Prise de décision



L'histoire de Violette représente une situation typique à laquelle un jeune pourrait être confronté, aussi bien que l'évènement courant du papa ou de la maman "sukari". Cette histoire peut aider les étudiants à comprendre qu'ils sont responsables de leurs propres choix. Ils peuvent choisir intelligemment si ils réfléchissent aux avantages et aux désavantages de chaque option.

## L'HISTOIRE DE VIOLETTE

Lisez l'histoire de Violette que vous trouverez à la session Ressources, page 66.



## Discussion plénière

Imaginez les sentiments et le conflit intérieur de Violette quand elle doit choisir si entrer ou non dans la voiture.

Que devrait-elle faire? Accepter et entrer, ou refuser d'entrer dans la voiture?

Si elle choisit d'entrer dans la voiture, quels sont les avantages et les désavantages?

## Avantages

Pourrait obtenir de l'argent  
Transport aisé  
La fierté de se déplacer en voiture  
Du temps économisé  
Compagnon

## Désavantages

Pourrait ne pas atteindre sa destination à temps  
Elle pourrait être piégée  
Pourrait être violée  
Pourrait avoir des problèmes avec sa tante  
Possibilité d'infections ou VIH/SIDA

Si elle choisit de ne pas entrer dans la voiture, quels sont les avantages et les désavantages?

## Avantages

Conserve le respect de soi  
Devient assertive  
Rentre à la maison à temps  
Honnête avec la tante  
Confiance en soi renforcée  
Evite les infections ou la grossesse

## Désavantages

Pas de chance pour l'argent  
Pas de voiture alors qu'elle est fatiguée  
Ne saura jamais ce que cela aurait pu être



### Quelle est la meilleure décision pour Violette?

Permettez des discussions de groupes qui généralement mènent à la conclusion que la meilleure décision pour Violette est:  
Refuser l'homme parce que dans ce cas on ne peut pas lui faire confiance.



### Enseignement

Au moment de prendre une décision, on devrait considérer les points suivants:

- Suivre ma propre conscience
- Réfléchir aux avantages et désavantages de chaque choix
- Prendre en main la responsabilité de mon choix selon mes principes
- Savoir la limite à ne pas dépasser dans une relation sexuelle
- Suivre ma décision sans dévier

### La prise de décision effective

Voici les étapes d'une prise de décision effective en réponse à l'histoire de Violette.

- D** - Définissez/décrivez votre propre problème avec vos propres mots
- E** - Explorez les différentes manières qui pourraient être utilisées pour gérer ce problème - examinez les différentes solutions possibles
- C** - Choisissez l'option la plus appropriée
- I** - Identifiez les avantages et les désavantages de cette option
- D** - Décidez de mettre en pratique l'option choisie
- E** - Évaluez combien cette option est effective

(Une étape qui peut être ajoutée est celle d'ajuster votre plan selon les besoins.)



Il est important de compter sur des valeurs et des principes positifs afin de prendre la meilleure décision possible, spécialement quand vous vous trouvez dans des situations difficiles.

## COMMENT COMMUNIQUER AVEC LA JEUNESSE



A la fin de la session, les participants seront capables de :

- définir les éléments d'une communication efficace avec les jeunes.
- mettre en pratique les 4 principales techniques de communication – écouter, s'assurer de la bonne compréhension, poser des questions, répondre aux questions.



### Brainstorming

Un élément clé dans l'approche des jeunes est l'utilisation d'une communication efficace.



Qu'est-ce que la communication efficace?

- Un moyen d'obtenir des informations d'un endroit à un autre
- Le passage d'une information à partir d'une personne vers une autre
- Le flux de l'information allant de l'émetteur vers le récepteur, ainsi que de retour
- La transmission d'idées et de sentiments d'une personne vers une autre
- Un processus de passage d'informations d'un media vers un autre (i.e., dessiner des posters, écrire des lettres, partager une chanson)



### Enseignement



Les étudiants ont besoin de notre assistance pour affronter la réalité. La communication effective rend une personne capable de partager ses problèmes et de considérer comment leurs faire face.

#### 4 LES TECHNIQUES DE COMMUNICATION MAJEURES

1. Ecouter
2. S'assurer de la bonne compréhension
3. Poser des questions
4. Répondre aux questions

Maintenant explorez chacun de ces styles de communication à tour de rôle.

#### Ecouter

Utilisez le jeu de rôle suivant pour aider les participants à expérimenter et à comprendre ce que "écouter" signifie.

Cette session est spécifiquement dédiée aux enseignants.

Après avoir exploré la valeur de la vie, le monde des adolescents, et quelques habilités de la vie, les participants se focalisent maintenant sur la manière dont les enseignants peuvent le mieux possible approcher et aider les adolescents à développer des habilités de vie ainsi que les soutenir ou les appuyer dans leurs changements de comportement.



## Jeu de Rôle

A. Mettez-vous par couple. Ensuite essayez de discuter d'un problème que vous avez, en parlant tous les deux à la fois. Après une minute partagez avec le groupe entier:

Comment vous sentiez-vous quand vous essayiez de partager votre problème?

- C'était impossible
- Le chaos, trop difficile

B. Toujours avec la même personne, dites à l'un de parler pendant que l'autre écoute. Avant qu'ils ne commencent, les auditeurs sont pris de côté et on leur dit secrètement d'agir distraitement et de ne pas écouter celui qui parle. Après une minute de travail en couple, demandez à nouveau:

Comment ceux qui parlaient se sentaient-ils pendant qu'ils essayaient de partager leur problème?

- Je me sentais mal parce que l'autre riait
- J'ai eu le sentiment que l'autre n'en avait rien à faire

C. Toujours avec la même personne, celle qui n'a pas parlé maintenant parle pendant que l'autre écoute. Ce nouveau groupe d'auditeurs est pris de côté et on leur dit secrètement de réagir positivement à ce que l'autre exprime, en utilisant toutes leurs capacités d'écoute. Après une minute, demandez à nouveau:

Cette fois-ci, comment ceux qui parlaient se sentaient-ils pendant qu'ils essayaient de partager leur problème?

- A l'aise
- Respecté

Qu'est ce qui vous a aidé à vous sentir à l'aise pendant que vous partagiez votre problème?

- |                            |                               |
|----------------------------|-------------------------------|
| ■ L'autre était attentif   | ■ Un contact visuel approprié |
| ■ Souriant et amical       | ■ Intéressé                   |
| ■ Sentiment d'être soutenu | ■ Acquiescement de la tête    |
| ■ Tranquillité             |                               |





## Enseignement

Une façon de se souvenir des règles de la bonne écoute est l'utilisation de l'acronyme ROLES:

**R** - Relaxé

**O** - Ouverture (position d')

**L** - Libre

**E** - Eye contact/ Contact visuel de façon appropriée

**S** - Assis à proximité de la personne

### S'assurer de la bonne compréhension

#### Comment s'assure-t-on de la bonne compréhension?

- Demandez à la personne
- Vérifiez son langage, ce que la personne veut dire en utilisant telle parole
- Réfléchissez à ce que dit la personne

### Poser des questions

Expliquez la différence entre les questions ouvertes et les questions fermées. Les questions ouvertes demandent des informations ou des explications; les questions fermées nécessitent seulement une réponse : "oui" ou "non".

Accordez suffisamment de temps à la personne pour analyser et exprimer ses sentiments ouvertement, et ensuite répondez à la question.

### Répondre aux questions

Règles importantes pour répondre aux questions de la personne:

- Utiliser un langage simple
- Soyez direct dans votre façon de répondre à la question
- Si vous ne connaissez pas la réponse référez la personne à une autre qui peut l'aider
- N'ajoutez pas un tas d'informations en plus - focalisez vous sur ce que la personne veut savoir

En résumé, la manière d'approcher les jeunes:

**A** - Au moment approprié

**I** - Information

**D** - Discussion, en parlant et en écoutant

**E** - Encourager la prise de conscience



## Brainstorming

Quelles sont les qualités dont un formateur a besoin pour aider un jeune à faire des choix sains et positifs dans sa vie?

- Abordable, amical
- Rôle model
- Savoir de quoi il parle
- Calme
- Sûr
- Soucieux de l'individu, empathique
- Parle ouvertement et honnêtement
- Patient et sans porter de jugements
- Tiens compte du point de vue de la jeunesse
- Utilise des messages "Je" et non "Toi"
- Offre de bonnes options
- Montre de l'intérêt envers ce que l'autre dit



Ceci est une discussion facultative qui peut être faite avec les participants.

Que pensez-vous de l'enseignant (ou de l'animateur social) qui entreprend des relations sexuelles avec un étudiant?

- Il est parfois difficile de résister à la tentation
- Les enseignants doivent être professionnels
- Essayez d'aider nos collègues
- En tant qu'adulte être responsable de toute relation sexuelle (on ne peut pas dire que l'étudiant nous a séduit !)
- Eviter les circonstances qui pourraient nous amener à avoir des relations sexuelles avec un étudiant - ne pas les rencontrer seuls, ne pas boire ensemble, ne pas rencontrer les étudiants chez nous.

Quels sont les rôles des parents?

- Engager des discussions ouvertes
- Renforcer les comportements positifs pour aider leurs adolescents
- Etre des modèles positifs
- Encourager leurs enfants/adolescents à développer ses capacités dans différents domaines

Quels sont les rôles des étudiants eux-mêmes?

- Construire une conscience personnelle
- Baser toutes décisions sur des valeurs
- Construire la confiance en soi
- Eviter des comportements à risques
- Augmenter l'estime de soi
- Avoir la compagnie de bons amis
- Communiquer positivement
- Former des clubs ou des associations pour aider ceux qui essayent d'éviter le SIDA