



# J'ai une vie affective et sexuelle

# J'ai le droit d'avoir une vie affective et sexuelle

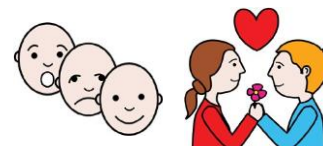
Chaque personne a le droit d'avoir une **vie affective**.

La **vie affective** c'est ressentir quelque chose pour quelqu'un.

Ressentir quelque chose c'est avoir des sentiments.

Par exemple, le bonheur et la tristesse sont des sentiments.

Etre amoureux est un sentiment.



Avoir une vie affective et sexuelle est un droit.

Avoir une vie affective fait du bien.



L'**O**rganisation **M**ondiale de la **S**anté (**OMS**) est une association qui réunit tous les pays.



L'OMS s'intéresse à la santé des gens.

L'OMS dit qu'avoir des relations sexuelles est important pour tout monde.

En France, la loi dit que les personnes handicapées ont le droit :

- au respect.
- de fréquenter qui elles veulent.

Pour que 2 personnes aient une vie affective,

il faut qu'elles soient toutes les 2 d'accord.

La famille ou le tuteur doivent être sûrs que

la personne handicapée ne soit pas influencée.

Il faut être sûr que la personne handicapée fréquente quelqu'un parce qu'elle le veut.



Les établissements médico-sociaux doivent expliquer  
aux personnes handicapées  
ce qu'est la **liberté sexuelle**.

La **liberté sexuelle** signifie que chaque personne peut

- aimer qui elle veut,
- faire l'amour avec qui elle veut.



Pour une personne autiste, il est parfois difficile de comprendre  
ce qu'est une vie affective et sexuelle.

Chaque personne autiste est différente.

Il est important de s'adapter à la personne autiste

pour lui expliquer ce qu'est une vie affective et sexuelle.

# Comment fonctionne une personne autiste dans sa vie affective et sexuelle ?

Chaque personne est différente.

Chaque personne vit les relations avec les autres de façon différente, que ce soit en amitié ou dans sa vie sexuelle.

Quand on accompagne une personne autiste, il faut être ouvert et l'accepter comme elle est.



Il faut accepter qu'elle puisse avoir des comportements qui peuvent parfois nous gêner.

Il ne faut pas juger la personne autiste sur sa sexualité.

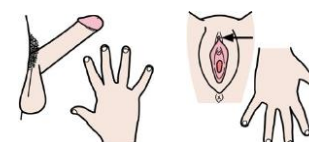
Il faut toujours vérifier que la personne autiste :

- ne se met pas en danger,
- respecte les règles de la société.



La personne autiste peut :

- avoir des rapports sexuels avec quelqu'un,
- trouver du plaisir seul en **se masturber**.



**Se masturber**, c'est se toucher différentes parties du corps pour avoir du plaisir.

Le plus important, c'est que la personne autiste soit heureuse quel que soit son choix.



# Les problèmes de communication de la personne autiste

Dans la vie amoureuse,

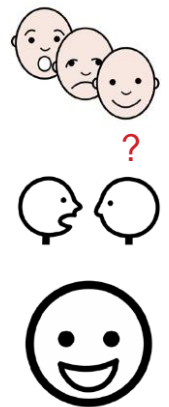
il est important de comprendre les sentiments de l'autre.

Mais une personne autiste ne comprend pas

ce qui n'est pas dit avec des mots.

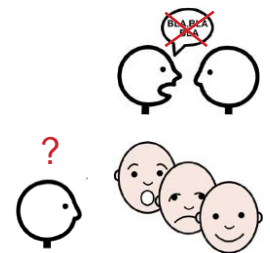
Par exemple, quand une personne sourit est-ce pour :

- draguer?
- pour dire bonjour ?



La personne autiste a du mal :

- à communiquer,
- à comprendre les sentiments des autres personnes.



Pourtant, quand on a une relation sexuelle

il est important de comprendre :

- quels sont ses désirs,
- quels sont les désirs de l'autre personne.

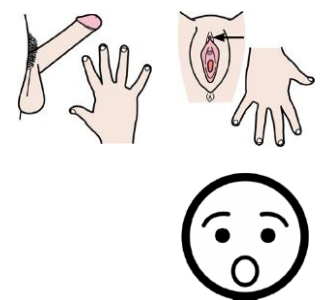
Les personnes autistes ne comprennent pas non plus la différence entre :

- ce qui est privé,
- ce qui est public.

Par exemple, elles peuvent se masturber en public.

Cela peut choquer les gens.

Se masturber est une chose qui doit être faite en privé.



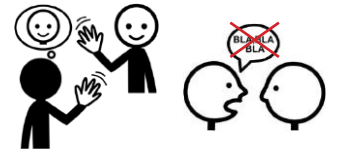
Les personnes autistes ne comprennent pas les règles de la société.

Les personnes autistes ont donc du mal à avoir des relations avec les autres.

Par exemple, les personnes autistes peuvent passer beaucoup de temps à s'occuper de leur passion.

Leur passion peut les empêcher :

- de rencontrer d'autres personnes,
- de communiquer sur des sujets autre que leur passion.



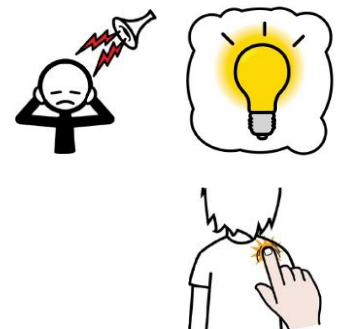
Comme la personne autiste a des difficultés à communiquer avec les autres, elle a du mal à :

- expliquer ses désirs et ses choix,
- avoir une vie affective et sexuelle.

## Comment fonctionne une personne autiste ?

Les personnes autistes sont souvent sensibles :

- aux sons,
- à la lumière.



Parfois, elles peuvent être sensibles au toucher.

Certaines personnes peut avoir très mal quand on les touche.

D'autres personnes peuvent ne rien ressentir quand on les touche.

Etre sensible au toucher c'est embêtant.

Par exemple,

comment avoir un petit ami si je ne le laisse pas me toucher ?

# Apprendre ce qu'est la sexualité

## 1. Il est important d'informer

Il faut toujours respecter l'intimité de la personne autiste où qu'elle vive :

- seule,
- chez ses parents,
- en foyer.

Parler de la vie sexuelle d'une personne autiste est un sujet **tabou**.

Un sujet **tabou** est un sujet dont on ne veut pas parler car il est un peu gênant.

Pour comprendre les choses,

les personnes autistes ont besoin de l'aide :

- des professionnels,
- de leurs familles.

La vie affective et sexuelle doit être expliquée de manière différente :

- à chaque personne autiste,
- en utilisant des mots faciles selon ce que peut comprendre la personne autiste.

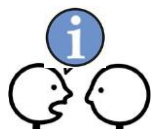
Dans les centres médico-sociaux,

les professionnels doivent être formés à donner les bonnes informations sur la sexualité.

Comme ce n'est facile de parler de sexualité,

les centres médico-sociaux peuvent demander de l'aide à d'autres établissements.

Par exemple, les centres médico-sociaux peuvent demander de l'aide au planning familial.



## 2. Il faut donner des informations selon la personne

Il faut s'adapter à la personne autiste  
selon ce qu'elle peut comprendre.

Pour faire passer une information,  
on peut utiliser différents matériels.

Par exemple :

- des images,
- des poupées,
- des objets.



Donner les bonnes informations aux personnes autistes,  
c'est leur permettre :

- d'avoir une vie sexuelle et des relations agréables,
- de les protéger de toute violence physique et sexuelle,
- de leur apprendre à dire non,
- de leur expliquer quand elles ne sont pas correctes avec les autres.



## 3. Comment faire passer les messages ?

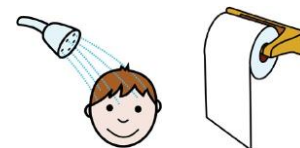
L'apprentissage de la sexualité doit se faire un petit peu tous les jours.

Plus on répète les choses, plus la personne autiste progresse.

C'est un peu comme lorsque l'on apprend à faire des gestes du quotidien.

Par exemple:

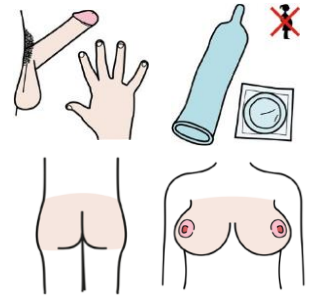
- se laver,
- s'essuyer lorsque l'on va aux toilettes,





Il faut trouver des moments pour expliquer aux personnes autistes :

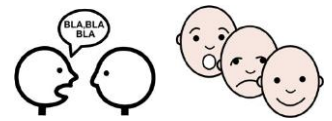
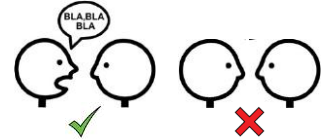
- comment se masturber,
- mettre un préservatif,
- apprendre chacune des parties du corps humain.



Il est aussi important que la personne autiste reconnaisse quand une personne veut lui parler ou non.

Il faut qu'elle comprenne :

- le sens des mots,
- les mouvements du visage ou du corps.



Il y a plein de façons pour faire comprendre à une personne autiste ce qu'est la sexualité.

Par exemple, on peut expliquer la sexualité

en comparant la passion de la personne autiste avec la sexualité.

Dans tous les cas,

il faut utiliser des mots faciles à comprendre.



Parler de la sexualité est important parce que :

- la personne autiste se pose des questions,
- sa famille souhaite donner des informations sur le sujet.



On peut apprendre des choses sur la sexualité à n'importe quel âge.

La liberté sexuelle est un droit.

Adaptation : Eloïse Auffret-Novice pour Signes de Sens

Relecteurs :

- Caroline Pieters et Florence Du Tilleul, Association Nous Aussi Roubaix-Tourcoing.
- Audrey Coudouel, Association Trisomie 21 Rhône et Métropole de Lyon.

© Illustrations : Arassac ; Sclera ;

© Logo européen Facile à lire: Inclusion Europe. Plus d'informations sur le site [easy-to-read.eu](http://easy-to-read.eu).