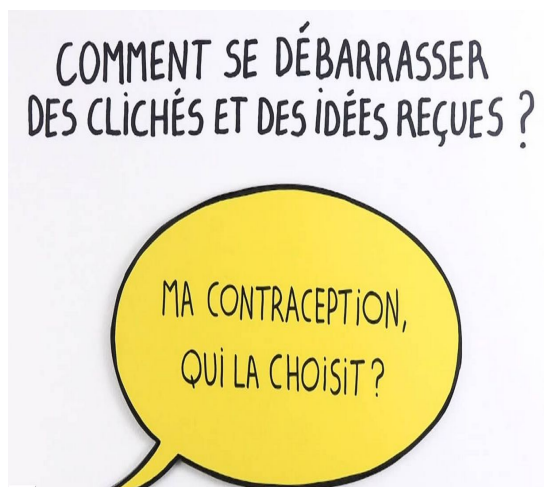


## FICHE PEDAGOGIQUE ET CONSEILS D'UTILISATION – FILM 2 : CHOIX ET CONTRACEPTION



**Comment se débarrasser des idées reçues.  
Ma contraception, qui la choisit ?**

**Description :** film d'animation sur le choix d'une méthode contraceptive. Les participant.e.s sont ensuite invité.e.s à débattre sur les idées reçues et les informations fiables.

**Type de support :** film d'animation de 1 minute 30

**Public adolescent.e.s**

**Thématique principale :** choix d'une méthode contraceptive – vie affective et sexuelle

**Editeur :** ANCIC

**Date :** 2019

### FICHE DESCRIPTIVE

#### Utilisation

En groupe avec animateur.rice.s

Professionnel.le.s intervenant dans le champ de la sexualité et de la contraception (personnels de santé, infirmier.ères scolaires et professeur.e.s des collèges et lycées, animateur.rice.s ou éducateur.rice.s, étudiant.e.s en santé dans le cadre du service sanitaire).

#### Objectifs pédagogiques de l'outil

A partir des idées reçues faire évoluer les jeunes, les faire réfléchir, les rendre plus autonomes sur la contraception :

- développer leur esprit critique sur le choix d'une contraception.
- acquérir des connaissances sur les différentes méthodes contraceptives.
- prendre conscience des critères de choix.

#### Thèmes abordés par l'outil

- Nécessité d'une contraception efficace si on a une sexualité et pas envie d'avoir d'enfant.
- Qu'est-ce qu'un choix ?
- Place de l'autre dans le choix.
- Difficulté à vouloir et pouvoir tout contrôler.
- Nécessité d'avoir des sources d'informations fiables sur les modes de contraception pour pouvoir choisir.
- Nécessité d'une méthode adaptée à son mode de vie, à sa sexualité et que l'on sait utiliser pour qu'elle soit efficace.

#### Compétences psychosociales à mobiliser chez les jeunes

Avoir une pensée critique / Savoir communiquer / Réfléchir sur ses choix

#### Matériel

Pour le film :

- Clé USB/Ordinateur
- Projecteur/écran

Pour le débat :

- Des échantillons des différents modes de contraception.
- Un support pour pose de préservatifs masculins et préservatifs.

#### Consignes

- Préparation de l'intervention en amont avec la structure d'accueil.

- Film à utiliser en début ou en cours d'intervention en fonction de la dynamique du groupe.
- Bonne connaissance du sujet par l'intervenant.e.
- Connaître les lieux ressources (CPEF, Cabinets médicaux, sages-femmes, lieu de vente et distribution des préservatifs gratuits ...) et les sites internet à conseiller aux participant.e.s.

### Avantages et limites de l'outil

#### Avantages :

- Présentation ludique des arguments du débat.
- Libération de la parole.
- Travail sur les représentations et les idées reçues.
- Evocation du choix des différentes méthodes de contraception.

#### Limites :

- Nécessité de connaissances solides de l'animateur-riche sur la contraception.
- Capacité à animer en questionnant les représentations et les stéréotypes.
- Savoir animer et gérer un groupe (conflits, excitation, mutisme...).

### Outils complémentaires

Les 4 autres films ANCIC de la série :

- Homme et contraception : « la contraception, une histoire de fille ? »
- Efficacité et contraception : « La contraception, ça marche ou ça ne marche pas ? »
- Risques et contraception : « la contraception, ça craint ? »
- Sexualité et contraception : « la contraception, ça coupe l'envie ? »

Les sites de références

- Santé Publique France :  
<http://www.onsexprime.fr>  
<https://www.choisirsacontraception.fr>
- Fiche HAS « Contraception chez la femme adulte et l'adolescente en âge de procréer »  
[https://www.has-sante.fr/jcms/c\\_1752542/fr/contraception-chez-la-femme-adulte-en-age-d-e-procreer-hors-post-partum-et-post-ivg](https://www.has-sante.fr/jcms/c_1752542/fr/contraception-chez-la-femme-adulte-en-age-d-e-procreer-hors-post-partum-et-post-ivg)
- Fiche HAS « Méthodes contraceptives : focus sur les méthodes les plus efficaces disponibles »  
[https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2013-03/synthese\\_methodes\\_contraceptives\\_format2clics.pdf](https://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2013-03/synthese_methodes_contraceptives_format2clics.pdf)
- L'éducation à la sexualité dans les écoles, les collèges et les lycées / circulaire n°2003-027 du 17 février 2013 [http://circulaires.legifrance.gouv.fr/pdf/2009/04/cir\\_1837.pdf](http://circulaires.legifrance.gouv.fr/pdf/2009/04/cir_1837.pdf)
- Assurance Maladie « Contraception : dispositifs de remboursement » :  
<https://www.ameli.fr/assure/remboursements/rembourse/contraception-ivg/contraception>
- Fil santé jeunes : <https://www.filsantejeunes.com>
- Le CRIPS : <https://www.lecrips-idf.net>
- Planning Familial : <https://www.planning-familial.org/fr>
- ANCIC (Association Nationale des Centres d'IVG et de Contraception) :  
<https://www.ancic.asso.fr>

## CONSEILS D'UTILISATION

### Contexte

Le choix contraceptif est conditionné en partie par le mode d'information sur la contraception. L'accès à la contraception féminine est très médicalisé en France (sur prescription des médecins ou des sages-femmes).

Les professionnels de santé peuvent avoir des a priori sur les bonnes ou mauvaises méthodes contraceptives en fonction de la situation des femmes (nullipares, jeunes ...).

### Thèmes pouvant être abordés lors du débat

- La notion de liberté du choix.
- Choisir d'avoir ou pas un rapport sexuel, dire non est aussi un choix.
- La difficulté du choix de la contraception.
- Etre critique par rapport aux sources d'information.
- La recherche d'informations fiables sur les méthodes contraceptives.

### Informations clés à faire passer

- Choisir n'est pas toujours facile.
- Le ou la professionnel/le doit être là pour informer sur toutes les méthodes, s'adapter à la situation de chacun.e et non pour imposer un type de contraception.
- Il n'y a pas un seul mode de contraception idéal pour toutes et tous.
- Faire le point sur ses connaissances en matière de contraception et les réactualiser en se référant à des sources fiables.
- Choisir sa contraception en fonction de sa sexualité et de ses préférences : une contraception adaptée, acceptée et bien utilisée est plus efficace.
- On peut avoir plusieurs types de contraception au cours de sa vie, adaptés selon les périodes.

### Documents à mettre à disposition des jeunes

- Plaquettes d'information sur la contraception.
- Plaquettes d'information sur la sexualité.

Vous pouvez vous les procurer à Santé publique France, au Planning Familial, au CRIPS, dans les PMI et les CPEF.

- Liste des CPEF (Centre de Planification et d'Education Familiale) de proximité (sur internet).

«Réalisé avec le soutien financier de la Direction Générale de la Santé et de Santé publique France »