

ANNEXES

A. (Flyer posté sur Instagram et Facebook, ainsi qu'au planning familial d'Alma, pour la recherche de couples)



POUR MON
MÉMOIRE, JE
CHERCHE :

- Des couples homme-femme
- Entre 20 et 30 ans
- Sensibilisés au partage de la contraception

Par exemple : rdv ensemble chez le gynéco, partage du prix, contraception alternée (préservatif/ pilule) ...

Contactez-moi si vous correspondez :)
zoe.desmet@student.uclouvain.be

B. (Guide d'entretiens pour une deuxième série)

QUESTIONNAIRE SECONDE ETAPE : DEMARCHE QUALITATIVE

Rappel des conditions inclusives :

- *Couple hétérosexuel*
- *Entre 20-30 ans*
- *Impliqués dans le partage de la contraception (aussi diverses soient les interprétations)*
- *Vivant en Belgique, France*

Rappel des règles de l'entretien :

- Cadre : Uclouvain, mémoire sur la contraception
- Sera anonymisé et l'enregistrement sera détruit après retranscription
- Possibilité qu'il ne figure pas dans les annexes, selon les souhaits des couples
- Si une question dérange, possibilité de ne pas répondre
- Possibilité de s'arrêter en cours d'entretien s'ils le souhaitent
- Les résultats de l'enquête peuvent être transmis aux répondants s'ils le souhaitent, ils seront accessibles sur la plateforme DIAL de l'UClouvain

Entretien

❖ Question d'ouverture :

- Me présenter
- Les laisser se présenter

❖ Parcours personnel :

- Contraception : « Quand et où en avez-vous entendu parler pour la première fois ? »
- Déjà eu un moment pour parler contraception avec un professionnel de la santé chacun ?
- Comment cela s'est-il passé ? Qu'avez-vous ressenti pendant la discussion, après ?

❖ Couple :

- Durée : depuis combien de temps êtes-vous ensemble ?
- Pratique : pour le moment, qui se contracepte dans le couple ?
- Par quelles méthodes ?

❖ Changements :

- Est- ce qu'il y a eu des changements de méthodes depuis le début de votre couple ?
- Vous pouvez me les décrire ?
- Pourquoi ces changements ont eu lieu ? Qu'est-ce qui les a déclenché ?

❖ Première discussion :

- Comment en êtes-vous arrivés à parler de contraception, la première fois ?
- Duquel d'entre vous venait l'idée ?

❖ Partage :

- Comment cela se passe, dans les faits ?
- Est-ce que vous avez des contacts avec des professionnels de la santé pour vous aider dans votre démarche ?
- Comment cela se passe avec eux ?
- Pour quelles raisons c'est important pour vous de faire différemment (sous-entendu « de la norme »)?

❖ Réflexion :

- Nouveauté dont les journaux scientifiques parlent beaucoup cette dernière semaine : la découverte d'une molécule qui permettrait de faire d'immobiliser les spermatozoïdes pour un certain temps. Donc une possible « pilule masculine », à prendre avant rapport. Qu'en pensez-vous ?
- Prêts à la prendre ?
- Pourquoi/ pourquoi pas ?

+ parler du questionnaire socio démo

+ connaissance d'un autre couple ?

Remerciements

Entretien 1

Zoé

Je vais commencer par vous rappeler les règles de l'entretien, donc l'entretien sera de toute façon anonymisé et l'enregistrement sera détruit après la retranscription. Si vous voulez, il n'est pas obligé de figurer dans les annexes, c'est vous qui me dites. Si jamais il y a une question qui dérange, vous pouvez ne pas répondre et vous pouvez même vous arrêter au milieu de l'entretien. Si jamais vous ne voulez plus répondre et que vous avez changé d'avis. Alors après, pour le cadre, c'est le cadre de l'université de Louvain la Neuve, donc c'est mon mémoire sur la contraception. Et si vous voulez les résultats de l'enquête, je pourrai vous les transmettre si vous le voulez. Et de toute façon, ils seront accessibles sur la plateforme internet de l'université.

F1

Ok. Ok, c'est bon pour nous, on peut commencer.

Zoé

Alors la première question que j'ai pour vous, c'est donc de donner vos âges respectifs.

F1

Moi j'ai 25 ans.

H1

Moi aussi !

Zoé

Quels sont vos domaines d'études ? Ou alors, si vous êtes actuellement en train de travailler, dans quoi est-ce que vous travaillez ?

F1

Moi j'ai fait un master en psychologie du travail et actuellement je suis conseillère en orientation psychologue.

H1

Ok, et moi je suis en thèse en biomécanique.

Zoé

Ok, d'accord. Depuis combien de temps est ce que vous vous considérez en couple ?

F1

Ca va faire cinq ans.

H1

On est en 2023? Oui ça va faire cinq ans alors !

Zoé

Alors quand et où est ce que vous avez commencé à entendre parler de la contraception chacun dans votre parcours personnel ?

H1

Moi c'est elle qui m'en a parlé.

F1

De la contraception en général?

Zoé

Oui c'est ça, pour la contraception en général.

H1

Bah l'école, mais c'est flou ouais.

F1

Ouais j'ai pas de souvenir. Moi dans ma famille c'était très libre comme sujet et du coup je pense c'était toujours dans la conversation.

H1

Ouais ouais c'est ça je pense. Ça doit être à l'école ou dans des bouquins genre c'est con, mais peut-être Titeuf et tout ça. (rires) Dans des bédés, dans des trucs comme ça. Mais je sais pas. Voilà, c'est dur de dire quand.

Zoé

C'était au niveau de l'adolescence quoi, plus ou moins?

H1

Avant, même en fait. Je pense que nous à l'école primaire ou même chez moi, j'avais chez mes parents, on avait des bédés Titeuf bah dedans, c'est con, mais ils gonflent des capotes, à un moment pour faire des ballons, ben tu demandes... Enfin tu comprends pas la blague. Tu demandes aux parents, ils expliquent ce que c'est et boum, on en est à parler de la contraception. Ou je sais pas, tu vois les pilules de la daronne.... Des trucs ?

F1

Ouais, c'est ça.

H1

Donc en vrai, c'est presque comme si ... Un truc qu'on avait toujours eu sous les yeux.

F1

Moi je pense que ma grande sœur se posait des questions avant moi. Elle a huit ans de plus que moi, donc c'était toujours un peu sur le tapis à un moment quoi.

Zoé

Ok, d'accord. Alors actuellement dans votre couple qui est-ce qui prend une contraception et est-ce que vous pouvez décrire la méthode du coup de contraception qui est utilisée ?

H1

Moi, et c'est un anneau thermique, je crois que ça s'appelle comme ça? En gros c'est un anneau qui fait une sorte de goulot d'étranglement autour du sac de testicules et qui met les testicules en position haute. Et du coup, comme c'est plus à l'intérieur du corps, enfin la communication qui est faite autour, c'est que ça monte la température de 1 à 2 degrés et que ça suffit pour naturellement couper la production ou réduire grandement la production de...

Zoé

Ok. Est-ce que dans la contraception de votre couple, est ce qu'il y a eu des changements à un moment depuis le début de votre couple jusqu'à maintenant ?

F1

Au début, c'était la capote. Après moi j'ai mis un implant pendant trois ans.

H1

T'étais pas sous pilule au début?

F1

Non. Je l'avais arrêtée avant et du coup, capote. J'ai mis un implant pendant trois ans et quand j'ai enlevé l'implant en fait il avait commencé la contraception thermique.

Zoé

Ok, ok, d'accord. Et qu'est ce qui a provoqué les changements du coup de contraception ? Pourquoi c'est passé de capote à implant pour toi ? Et puis de l'implant à l'anneau thermique?

F1

De capote à implant justement pour enlever la contrainte capote.

H1

Et le prix !

F1

Oui et le prix. Et du coup on fait des tests. Moi je mets un implant. L'implant, c'était plus facile pour moi que la pilule. J'avais déjà pris la pilule quelques années, un an avant. Je pense que je la prenais depuis le lycée et c'était contraignant d'avoir tout le temps un réveil qui sonne à la même heure. De pas l'oublier, de si t'es malade ben t'es peut-être pas contraceptée parce que tu l'as vomi. Fin bref, des trucs comme ça. C'était contraignant d'aller chez le médecin et j'avais eu des problèmes de santé avec la pilule. Ma sœur avait super bien toléré l'implant, elle me le vendait comme c'était un truc génial et du coup je l'ai fait et pendant trois ans ça a été plus ou moins, et après on a réfléchi, après les trois ans, qu'est ce qu'on fait pour que ce soit sans hormones ?

H1

Ouais, et en fait, même avant, avant la fin, un avant la fin de la durée de l'implant, on se posait des questions sur la pertinence et surtout le rapport bénéfice effets secondaires un peu. Parce que l'implant c'était... on pensait que c'était plus clean et plus lissé que la pilule, mais ça faisait des sautes d'humeur et des... Ben t'en pâtissais quoi! D'un point de vue des menstruations, et d'un point de vue... émotionnellement c'était dur.

F1

J'ai eu un flux menstruel énorme et...j'ai eu des grosses déprimés, j'avais des règles qui étaient hyper irrégulières et qui pouvaient durer deux semaines.

H1

Oui, c'est un peu tout l'inverse de ce qu'on nous avait vendu sur l'implant. Et du coup, oui, du coup, on s'est dit... Et c'est toi qui as vu...

F1

Moi c'est sûr j'arrêtais les hormones et oui je sais plus comment j'ai vu ça, en ligne je pense.

H1

Moi je sais que tu m'avais redirigé vers le compte insta de Thorème du coup qui fait ça. Et du coup on s'est dit attends, c'est pas hormonal. Il y a des chances que du coup, il y ait moins de

problèmes de... Enfin moi, ce que je percevais surtout, c'était tout ce qui est ... Et c'est pour ça que j'en parle, c'est tout ce qui était perturbation de l'humeur. Oui, genre un coup de déprime, coup de blues, des fois, des semaines un peu avec des semaines un peu paniques quoi. (rires) Et je me dis bah si on peut éviter ça, tant mieux.

F1

Ouais, ouais, c'est ça.

Zoé

Et du coup, comment est-ce que vous en êtes arrivés à discuter de la contraception dans votre couple ? D'après ce que j'entends, c'est plus ou moins à cause des effets secondaires qui étaient négatifs ou de la capote qui était moins souvent pratique, moins confortable...

H1

Ouais c'est ça, pour les capotes, c'est de l'économie. C'est juste que c'est à combien à douze balles ? La boîte de capotes ?

F1

Ouais, ça revient cher et...

H1

Ta question du coup, tu peux répéter ta question?

Zoé

C'est comment est-ce que vous en êtes arrivés à discuter de la contraception à deux ? Comment le sujet est arrivé sur le tapis ? La première fois.

H1

Ben du coup ça vient avec l'activité sexuelle quoi c'est habituel.

F1

Oui bon après de base on a pas de difficulté à communiquer sur ce genre de sujet-là, donc peut-être que c'est plus facile pour nous d'en parler. Juste je dis la pilule, ça me va pas, ou bien j'en ai marre d'acheter des capotes à 12 balles...

H1

Je pense que dans un certain point on est un peu éveillés sur les différents... Comme on a une petite connaissance peut-être des différents moyens de contraception et des différents avantages

ou inconvénients de chacun. Mais bon c'est des trucs qu'on partage, une facilité qu'on a partagée aujourd'hui avec notre bande de potes depuis le lycée.

Zoé

Mais du coup moi j'ai pas d'autres questions à vous poser. Mais si jamais il y a quelque chose que vous voulez rajouter ou quoi que vous pensez maintenant que vous avez peut-être oublié de mentionner...

F1

Comme ça y'a rien qui me vient...

Zoé

Merci beaucoup en tous cas !

Entretien 2

Zoé

Alors du coup, je dois rappeler le cadre. Donc de toute façon ce sera anonymisé et donc j'utiliserai pas vos vrais prénoms et je détruis l'enregistrement après la retranscription. Et si vous voulez que l'entretien ne soit pas dans les annexes, vous me le dites et je ne le mettrai pas. Si jamais une question qui vous dérange, vous êtes pas obligés de répondre et vous pouvez arrêter l'entretien au milieu de l'entretien si jamais vous voulez. Le cadre est le cadre de l'UCL, pour mémoire sur la contraception et les résultats de l'enquête, si vous voulez, je peux vous les transmettre et toute façon ils seront accessibles sur la plateforme UCL.

H2

Oui.

Zoé

D'abord, la première question c'est : quels sont vos âges respectifs ?

H2

Moi j'ai 24 ans.

F2

Moi j'ai 25 ans.

Zoé

Quels sont vos domaines d'études ou dans quoi vous travaillez actuellement?

H2

Pour l'instant on est tous les deux au chômage (rires). Mais moi j'ai étudié deux ans ingé civil et trois ans en archi et je suis toujours dans mon cursus d'architecture pour l'instant.

F2

Et moi j'ai étudié cinq ans ingé civil à Louv, et après j'ai fait un an de pause et puis j'ai travaillé deux ans et là je suis en pause en voyage.

Zoé

Depuis combien de temps est-ce que vous vous considérez en couple ?

H2

Un peu plus d'un an je dirais?

F2

Oui.

Zoé

Quand et où avez-vous commencé à entendre parler de la contraception chacun dans votre parcours de vie personnel ?

H2

Alors j'ai commencé à en entendre parler et je pense que je devais être vraiment jeune, on avait des cours d'éducation sexuelle au collège, donc je dirais vers treize quatorze ans et ouais, à l'école.

Zoé

Ok.

F2

Moi j'ai pas eu de cours d'éducation sexuelle, mais je me rappelle avec l'école on a fait un voyage au Burkina et il y a plein de meufs qui pour pas avoir leurs règles là-bas, prenaient la pilule et du coup c'est comme ça que j'ai commencé la pilule.

Zoé

Ok, et du coup, c'était vers quel âge plus ou moins?

F2

Plus ou moins ? Heu c'était ...À la grosse louche, je devais avoir quinze ans. Seize ans, un truc comme ça.

Zoé

Et actuellement dans votre couple qui se contracepte et avec quelles méthodes ?

F2

Bien, on se contracepte tous les deux. Moi j'ai un stérilet en cuivre mais pas depuis longtemps, depuis août. Et H2?

H2

Et moi j'utilise un anneau contraceptif, donc un anneau thermique, tout simplement, je sais pas s'il y a beaucoup d'explications à donner en plus? Et ça fait pas hyper longtemps non plus. On a commencé un peu avant de partir en voyage, quand j'ai commencé à partir en voyage. Je dirais y'a trois ou quatre mois?

F2

C'est vrai qu'on est en février... Mais je crois que ton anneau tu l'as eu en août.

H2

Ouais voilà.

Zoé

Et est-ce que l'anneau thermique, tu peux me décrire un peu comment il fonctionne ou ce que tu as compris du fonctionnement ?

H2

Euh ouais, bien sûr. Donc c'est un anneau en latex. Je l'ai pas maintenant donc je peux te le montrer si tu veux (rires)

Zoé

Ok!

H2

C'est juste un anneau en latex un peu extensible. Et alors, il doit se porter assez longtemps, donc c'est normalement 15 h par jour. On le met la journée parce que la nuit ça peut être un peu dérangeant quand on dort. Et alors, il s'agit en fait de l'entourer autour de la verge et des bourses, pour ramener les testicules vers l'intérieur du corps et les réchauffer. Et comme ça, ça empêche. Ça empêche la production de spermatozoïdes et donc de tomber enceinte ou d'avoir des enfants. Evidemment, pour être sûr que ça marche en théorie, il faut normalement tous les trois mois aller faire avec un médecin spécialisé ou même dans un planning familial ou quoi, des spermogrammes pour vérifier la qualité, la quantité ? Et est-ce qu'on est vraiment considéré comme stérile.

Zoé

Et toi t'en fais du coup des entretiens ? Enfin des visites comme ça ou pas ?

H2

Non, ici en voyage, c'est un peu compliqué de le faire. Et avant d'en avant de le porter, j'en ai fait un pour voir si je n'étais pas déjà stérile et si c'était pas inutile de le mettre. Et à ce moment-là, tout allait bien dans cette zone là pour moi, mais j'ai pas pu en refaire pour vérifier que cette méthode marchait. Heureusement comme on a une double contraception, c'est pas forcément nécessaire. Oui mais voilà c'est vrai que c'est un manque qui est difficile à faire ici quand on est aussi loin et à l'étranger. Mais si on était en Belgique je le ferais régulièrement.

Zoé

Et c'est pour ça du coup que vous êtes tous les deux contraceptés?

H2

Notamment pour ça. Mais à la base, c'était plus une manière de partager la charge mentale et le fardeau de la contraception.

F2

Avoir une surprotection.

H2

D'avoir une double couche de protection.

F2

On pouvait d'office pas compter juste sur l'anneau. Ça a jamais été une option. Du coup on savait qu'on partait et que ce serait pas constant dans les contrôles. Et c'était juste une option. Moi j'avais jamais mis de stérilet et du coup si jamais un stérilet en cuivre, ben ça ne marchait pas parce que ça me faisait trop mal, si mes règles étaient impossibles à vivre ou quoi. Ou j'en sais rien. Du coup, on aurait eu un plan B parce que moi je voulais pas du tout du tout prendre d'hormones.

H2

Ok. Et puis dans une deuxième partie aussi, l'anneau contraceptif que je mets moi, euh je pense que je l'aurais commencé même pas en couple avec F2 et j'aurais essayé de me contracepter moi-même et de prendre en main la contraception, peu importe ma situation ou quoi. Donc l'anneau je l'ai lancé, je l'ai lancé parce que j'ai ouvert les yeux là-dessus et le fait est que on est en couple en plus et tout ça, donc ça compte, mais c'est quelque chose que j'aurais fait de toute façon dans ma vie personnelle.

Zoé

Ok. Et pourquoi?

H2

Je trouve ça important d'avoir en main sa contraception et. Et ce qu'on fait de notre corps, et ce qu'on n'en fait pas ? Et ouais, de manière générale d'être responsable par rapport à nos actes et notre vie sexuelle.

Zoé

Ok. Est-ce que du coup, depuis que vous êtes ensemble, il y a eu des changements de contraception dans votre couple depuis son début jusque maintenant ?

F2

Du coup oui parce qu'au début on était pas du tout, genre moi, je prenais rien. Comme H2 non plus. Du coup on utilisait des préservatifs et il y a eu des périodes où on n'utilisait rien donc c'était un peu dangereux. On faisait un peu le retrait mais c'était pas... On savait tous les deux que c'était pas une bonne idée quoi. Et puis ça été quand même pendant longtemps les préservatifs, non ?

H2

Oui, pendant quelques mois, entre six et dix mois. C'était ça préservatifs mais c'était pas du tout constant comme méthode. Et puis après ça a été stérilet, anneau plus ou moins en même temps.

Zoé

Et pourquoi vous avez switché de retrait à capote et puis à l'anneau et au stérilet ?

F2

En fait c'était plutôt capote, retrait, capote, stérilet je dirais. Euh, parce que d'abord on en mettait parce qu'on était en fait, d'abord on en mettait et puis on a fait tous les deux des dépistages pour voir de nos maladies. De notre santé à ce niveau-là. Et puis, ben je sais pas, je sais pas pourquoi on a arrêté, parce que c'est un peu chiant quoi d'en mettre...

H2

Ouais puis y'a des moments où on en avait pas et on avait quand même envie de faire l'amour et... c'était pas très responsable, mais c'est arrivé.

F2

Et puis moi je savais qu'en partant en voyage, je voulais d'office une contraception, mais je ne voulais plus d'hormones. J'étais déjà partie en voyage y'a quelques années. Et là, je mettais l'anneau contraceptif. Mais je voulais vraiment plus d'hormones. Du coup, je savais un peu que la seule option viable à mes yeux, c'était le stérilet en cuivre. Et du coup, en fait, j'ai un peu repoussé, repoussé et à un moment, il fallait absolument que je le fasse pour que je puisse tester au moins une fois mes règles avant de partir en voyage. Et du coup, c'est comme ça que ça s'est mis quoi, ça a été quand même en gros à l'initiative du voyage d'avoir une contraception stable

parce qu'on savait qu'on n'allait pas se trimballer cent milles capotes avec nous. Et que on pouvait pas non plus prendre de risques que moi je tombe enceinte genre au Népal (rires).

Zoé

(rires) J'imagine ! Et du coup quand tu dis ne plus prendre d'hormones pour toi. C'est par rapport à quoi ?

F2

Mais en fait moi dans mon histoire de contraception. J'ai pris la pilule pendant quelques années et puis j'ai arrêté. Et puis j'ai pris l'anneau et puis j'ai arrêté, j'ai pris l'anneau, j'ai arrêté et j'ai pris l'anneau. J'ai re-arrêté et là je me suis dit ok, plus jamais, parce que vraiment ça me faisait des changements énormes dans mes émotions et comment je me sentais. Et parfois il y avait des réactions, j'avais l'impression que c'était pas vraiment les miennes comme ça et je trouvais que ça en plus, j'étais hyper énervée que ce soit juste les femmes qui doivent prendre des hormones et que les mecs ils étaient là, tranquilles, en train de rien faire et certains ils avaient même pas de capotes... C'est vraiment n'importe quoi. Et du coup j'étais à la fois animée par pas envie de prendre d'hormones et pas envie de faire plus qu'un mec quoi. J'avais vraiment plus envie de mettre ça dans mon corps. Et c'est pour ça que j'ai pris le stérilet en cuivre qui au début était un peu bizarre parce que j'avais vraiment l'impression qu'il y avait un truc en moi comme ça, mais maintenant je l'oublie donc c'est bien.

Zoé

Et comment est-ce que vous en êtes arrivés à parler de la contraception ? Du coup, dans votre couple ?

H2

Je dirais un peu par la force des choses, parce que on a tous les deux pas envie d'avoir des enfants. Du coup le sujet est forcément arrivé sur le tapis de comment on fait pour pas en avoir ? Parce que comme on a des relations sexuelles, c'est une possibilité. Et du coup, il y a eu pas mal de discussions et on a toujours été ouverts sur le sujet, donc on a jamais eu un. Il n'y a pas eu de non-dit pendant longtemps de comment est-ce qu'on va aborder le sujet de la contraception entre nous et et puis voilà, je pense que on est deux quand même relativement informés sur le sujet et du coup on pouvait avoir des discussions constructives et intéressantes et donc c'est arrivé assez rapidement. Même si avant d'avoir une sexualité responsable, il a fallu un peu de temps, en parler ça allait.

Zoé

Ok, et quand je t'entendais parler tantôt de charge mentale, tu vois H2, tu disais que tu voulais toi-même prendre en main ta contraception. Pour partager la charge mentale. Qu'est-ce que tu entends exactement par charge mentale ?

H2

Ben c'est un sujet assez vaste, mais avec toutes les contraceptions, il y a des trucs à penser. Euh. Même un truc aussi "one shot" qu'un stérilet en cuivre qui se met et qu'après on le laisse en place. Ben ça change parfois le flow et l'intensité des règles, ça perturbe un peu le cycle. Les capotes, il faut en avoir sur soi et les mettre correctement. L'anneau pour les filles, c'est aussi des hormones, c'est aussi un truc qu'on doit mettre et qu'on doit retirer. Et donc c'est des choses à penser dans la vie, parfois même la vie de tous les jours. Et c'est pas très juste, qu'il y ait qu'une des deux personnes dans le couple, enfin selon ma vision, qui se charge de ça. Donc autant que ce soit partagé. Même si du coup il y a peut-être un dédoublement des efforts. Alors au moins il y a une équité, un semblant d'équité dans le couple quoi.

Zoé

Ok. Ben en tout cas moi là j'ai plus d'autres questions à vous poser, à part vous demander du coup si jamais vous connaissez un autre couple en Belgique qui est dans le cas de partage aussi la contraception, si jamais vous pouvez leur demander si ça les intéresserait de répondre à mes questions, ce serait cool. Merci beaucoup à vous d'avoir répondu!

Entretien 3

Zoé

Alors du coup je vais juste rappeler les règles dans le cadre de l'entretien, donc ce sera de toute façon anonymisé quand je vais retranscrire. Et si vous voulez, après je pourrais vous donner les résultats de l'enquête. Là, vous êtes mon troisième entretien, mais après, quand j'aurai fini mon mémoire, je pourrai vous retransmettre les résultats si ça vous intéresse. Et si vous voulez aussi, l'entretien n'est pas obligé de figurer dans les annexes. Je peux juste m'en servir comme contenu mais pas le mettre dans les annexes.

F3

Je sais pas toi mais moi ça m'est égal.

H3

Oui moi aussi.

F3

Donc c'est comme tu préfères!

Zoé

Et si jamais une question qui dérange, vous pouvez ne pas répondre. Vous pouvez aussi arrêter l'entretien en plein milieu, si jamais tout d'un coup vous voulez plus répondre. Et le cadre c'est l'UCL et c'est un mémoire qui porte sur la contraception. Tout d'abord, je vais vous demander de dire quels sont vos âges respectifs.

H3

Moi j'ai 28 ans.

F3

Moi, j'ai 25 ans.

Zoé

Ok. Et quels sont vos domaines d'études ou alors vos domaines de travail pour le moment ?

H3

Moi pour le moment je travaille en maraichage bio et.... Je dois dire de mes études que j'ai fait avant ou...?

Zoé

Bah non, si tu travailles maintenant, tu dis ce que tu veux.

F3

Et moi du coup je travaille dans le magasin bio.

Zoé

Alors depuis combien de temps est ce que vous vous considérez en couple ?

F3

Je pense que ça va plus ou moins... Peut-être en avril, ça va faire un an.

Zoé

Alors quand et où est ce que vous avez commencé à entendre parler de la contraception chacun dans votre parcours de vie personnelle ?

H3

Comme moi, c'était à l'école pour moi, un cours d'éducation sexuelle. Je pense que ça peut être avant mes parents pour la pilule ou... Je sais pas trop, je voyagerai plutôt en humanité. Ou peut-être peut être même avant en fait, avant, début d'humanité. Humanité première ou deuxième chose, on a déjà eu des infos vite fait là-dessus.

F3

Moi je pense que mon cours d'éducation sexuelle était assez tard. J'ai l'impression que c'était en cinquième et j'en avais déjà parlé avec des copines. C'était pas via ma famille, mais je pense que mes premières sensibilisation par rapport à ça c'était avec des copines.

Zoé

Actuellement, dans votre couple qui prend une contraception et quelle est la méthode ?

H3

C'est moi et du coup c'est via un Androswitch, donc je ne sais pas si tu connais, mais du coup c'est de la contraception thermique. C'est un moyen mécanique, donc pas du chimique ou quoi ça joue avec la température. Et voilà. Du coup c'est moi qui porte la contraception.

Zoé

Ok, et tu peux me décrire un peu du coup comment ça fonctionne pratiquement ?

H3

En gros c'est un anneau en silicone que tu mets. enfin qui fait remonter tes testicules dans ton corps qui les maintient à une température supérieure à la normale, qui fait que les spermatozoïdes ne sont pas matures quoi. Et du coup ça te rend infertile. Et c'est réversible. C'est pas une méthode hormonale donc.

Zoé

Est-ce que depuis le début de votre couple, il y a eu des changements dans votre contraception?

F3

Au tout début, il portait pas encore l'anneau et du coup oui c'était avec le préservatif et puis voilà. Et à un moment donné, il avait déjà porté l'anneau avant, en fait, quand il était avec quelqu'un d'autre et après il a proposé de reporter l'anneau, parce que vu qu'il connaissait déjà la méthode, moi je connaissais pas du tout et je prenais pas la pilule, ni rien. Et c'était pas spécialement quelque chose qu'on voulait avoir, un peu les hormones et tout. Moi déjà ça me convient pas par rapport à mon corps et cetera. Et il est pas trop pour non plus. Du coup il a proposé enfin c'est venu un peu naturellement et là et il a remis petit à petit et du coup maintenant y a plus que ça et on a arrêté le préservatif suite à ça quoi

Zoé

Alors qu'est ce qui a pu provoquer un peu les changements du coup dans la contraception pour passer du coup de la capote à l'anneau?

H3

Mais surtout parce que j'aime pas trop le préservatif . Vu que je connaissais déjà l'anneau je me disais que c'était mieux ça que de tout le temps acheter des préservatifs. Enfin c'est même pas par rapport à l'argent mais c'est parce que ça rentre dans le truc. Et au final ouais parce que c'est plus agréable.

Zoé

Et tu en as entendu parler comment de l'anneau?

H3

Je sais même plus... De ma copine d'avant qui m'en avait parlé vite fait mais on en a juste parlé comme ça, genre ouais tu sais il y a ça qui existe et tout mais c'était même pas une décision qu'on avait prise ensemble au final. C'est moi qui ai pris la décision, parce que... enfin je sais plus trop mais je sais que j'en avais entendu parler via elle

Zoé

C'était il y a longtemps, du coup?

H3

C'était il y a deux ou trois ans.

F3

Mais t'as l'impression que... Vu qu'elle te l'a pas spécialement demandé, tu l'as fait pourquoi ?
Parce que tu voulais, tu voulais genre prendre 0 risque?

H3

Ouais ça mais aussi pour (inaudible)

Zoé

Aussi pourquoi? Désolée je n'ai pas entendu ?

F3

Pour elle aussi, enfin je veux dire, parce qu'elle prenait d'office pas la pilule, elle avait aucun moyen de contraception. Et du coup. Fin. Je pense que ça nous concerne tous les deux quoi.

Zoé

Comment est-ce que vous en êtes arrivés à parler de la contraception, du coup dans votre couple ?

F3

Mais pour moi déjà, c'est important. Je pense que c'est quelque chose de. Moi j'ai quand même été pas mal sensibilisée. Déjà en étant une femme, je pense que tu ... genre d'habitude je sais que c'est souvent moi qui avais la charge mentale de ça. Lui quand j'en ai parlé, je me suis rendue compte que c'était le cas et qu'il avait aussi cette charge mentale mais de base...Oui moi parce que fin c'est hyper important pour moi de pas prendre de risque. Je suis quand même assez à cheval sur les conséquences (rires). Et du coup, c'était un peu en mode bon, ça me paraissait logique d'en parler.

H3

Déjà c'est vrai que plus F3 parce que... Moi j'avais pas trop ça en tête parce que mes copines avant y'avait pas de moyen de contraception et c'est pas qu'elles s'en foutaient un peu, mais ouais, par rapport à F3 en tout cas de son côté on va dire. Du coup moi j'y pensais pas trop et c'est toi qui m'as dit hé quoi.

F3

C'est aussi parce que à un moment donné on s'est dit ok, maintenant on est en couple et on va voir de façon un peu plus durable quoi. De pas juste, bah le juste préservatif c'est sympa, mais moi c'est un peu parfois ... Du coup aussi parce que c'était plus durable. Qu'est-ce qu'on fait pour que ce soit bien sur la durée ? Du coup il m'a expliqué aussi l'Andros witch que je connaissais pas et avec le spermogramme et le fonctionnement.

Zoé

Moi j'ai plus vraiment de questions pour vous. Je sais pas si vous voulez rajouter quelque chose que j'aurais pu oublier de questionner ou quoi mais...

F3

Je pense que ce qui est important c'est qu'on essaye de communiquer quand même beaucoup dessus et comme il est pas trop médecin, c'est pas trop son truc d'aller chez le médecin je sais que du coup, au début, pour le premier rendez-vous spermogramme . Ben on a pu essayer de se départager ça. Moi j'appelais le médecin puis on allait à deux puis et cætera et je trouve que ça c'est hyper important. Le fait de justement pour que ce soit durable et que ça se passe bien et qu'il ait confiance et tout, et bien on se soutient un peu là-dedans dans ce que l'autre et moi comment faire ? Mais peut être que on le fait.

H3

C'est ça on parle avec l'autre personne, puis là dans ce cas c'est moi qui ai l'anneau , tu te réveilles tu le mets, tu vas dormir tu le retires mais tu le portes toute la journée. Enfin moi c'est pas du tout ... vraiment par rapport à la pilule, un truc lourd, ça change rien dans mon corps ou quoi niveau effets secondaires mais du coup ouais faut appeler le médecin, mais dans toute cette démarche-là, c'est ça qui est bien aussi, c'est que du coup je dois rien faire quoi (rires).

F3

Et puis c'est quand même lui qui fait le spermogramme hein, moi je fais l'administratif tu vois, lui il fait quand même ce qui est important dans le processus quoi (rires)

Zoé

Et juste du coup t'avais arrêté l'anneau entre les deux relations. Tu vois, tu disais que tu avais déjà une relation où t'utilisais l'anneau.

H3

Oui parce qu'en fait c'est quelque chose qui met trois mois avant d'être effectif si tu veux, donc tu dois compter trois mois avant d'arrêter tes autres moyens de contraception pour que ce soit sûr. Et du coup, tu fais un spermogramme pour voir si c'est vraiment sûr quoi, et oui, là je l'avais arrêté parce que...

F3

Ben vous étiez plus ensemble quoi du coup je pense que t'avais plus vraiment besoin de le faire...

Zoé

Oui. Et du coup, après t'as dû recommencer les démarches, quand tu le remets au début et que tu dois aller voir trois mois après le médecin.

H3

J'avais jamais fait de test pour voir si j'étais fertile ou pas parce que... On en avait parlé fin de la relation tu vois? Enfin on savait pas que ce serait la fin à ce moment-là (rires). Du coup je l'ai pas fait tu vois?

F3

Je pense que le premier c'était vers fin août.

Zoé

Non, ça n'a pas de soucis, c'est déjà vachement bien. Du coup, merci d'avoir répondu. Est-ce que si vous connaissez des couples qui sont dans le cas aussi qui partagent aussi la contraception, même si c'est aller ensemble à des visites chez le gynéco ou qui essaient d'équilibrer en tout cas les choses, si vous pouvez penser à moi (rires).

F3

On en connaît pas vraiment d'autres mais on y pensera !

Entretien 4

Zoé :

(Présentation et rappel du cadre de l'entretien, petite présentation de moi-même et demande de présentation de leur part)

F4 :

Tu veux commencer H4 ?

H4 :

Vas-y, je commence, Ben alors moi je m'appelle H4. J'ai 24 ans aussi. Je suis intermittent du spectacle, musicien. Donc j'habite plus ou moins en Bretagne, en France et pas mal ailleurs aussi (rires).

F4 :

Ok et moi du coup je m'appelle F4, j'ai 24 ans, je suis une femme cis- et je travaille aussi dans le milieu du spectacle.

Zoé :

Donc les premières questions que je vais avoir, c'est par rapport à votre parcours personnel. Donc par rapport à la contraception. A savoir, où est-ce que vous en avez entendu parler la première fois et plus ou moins à quelle période de votre vie ?

H4 :

Je crois que j'en ai entendu parler sur Instagram. Ouais, je pense fin 2020. En 2020, quelque chose comme ça. En tout cas, via du coup la Startup Slow contraception. Okay et du coup bah j'ai commencé l'anneau en février. J'ai commencé à ce moment-là. Et auparavant ? Avec mes partenaires on utilisait pas mal la pilule, la pilule contraceptive et euh le préservatif.

F4 :

Alors du coup j'ai commencé par le préservatif, j'ai essayé la pilule et ça s'est pas du tout bien passé. Du coup j'ai essayé le DIU au cuivre une première fois. J'avais du coup 19 ans. Et ouais, ça a été extrêmement douloureux. Et j'ai dû l'enlever au bout d'un mois. Même 18, 18 ou 19 je sais plus. Et donc après ça. Qu'est-ce que j'ai pris ? Dans l'ordre chronologique...Non, je crois qu'après c'était... Ouais, c'était préservatif. Et ensuite j'ai eu une autre relation et j'ai voulu tester le DIU une 2e fois et ça s'est pas bien passé mais je l'ai enlevé au bout de de plusieurs mois

parce que entre-temps, ça s'est quand même un peu calmé et ensuite on a commencé notre relation. Et du coup, puisque on allait se mettre à l'anneau j'avais plus besoin moi d'une contraception et donc c'est à ce moment-là que j'ai arrêté. Et l'anneau, j'en ai entendu parler pour la première fois quand j'ai commencé à lire du contenu féministe, en fait, majoritairement en 2018. Ou 19. Et ensuite j'ai jamais arrêté et en fait, j'ai découvert ça voilà. Avant 2019, c'est sûr, mais précisément, je ne sais pas.

Zoé :

Ok , et dans ton parcours personnel. Du coup, quand était la première fois que tu as entendu parler de contraception ?

F4:

On n'en parlait pas en famille. En fait. Moi je savais ce que c'était parce que oui, on en parlait entre potes et que j'avais la fâcheuse tendance de relationner avec des gens bien plus âgés que moi qui, du coup, savaient (rires). Et donc, quand j'ai commencé à comprendre que j'avais envie qu'on m'explique bien pour que je fasse un vrai choix. J'ai prétexté une fausse raison pour avoir un rendez-vous chez le gynéco, sans qu'on comprenne que c'était pour la contraception. Et c'est là que ce mec-là a passé 1h avec moi. Euh, à tout m'expliquer. 1h, c'est énorme, pour un rendez-vous chez le gynéco. Donc j'ai eu quand même de la chance.

Zoé :

Et du coup, H4, est-ce que t'as déjà dans ta vie à un moment eu une rencontre avec une infirmière, un gynéco, ou quelqu'un, un professionnel qui a pu te parler un peu des différentes contraceptions?

H4 :

Non, euh. J'ai entendu parler des différentes contraceptions quand j'étais au lycée en SVT quoi, c'était vraiment ça quoi. Parce que ben moi, mes parents, quand j'ai eu première partenaire nos parents étaient en mode, il faut se protéger. Et j'étais en mode : "oui mais d'accord, mais c'est-à-dire?" (rires) et du coup on parlait du préservatif et voilà, ça s'est fait un peu comme ça, mais on a pas parlé d'autre chose alors que depuis, je sais que ma mère. Elle a utilisé plusieurs contraceptions dans sa vie. Et j'ai pas du tout rencontré euh ... je suis pas moi-même allé voir de professionnels de santé qui me parlent de ça. Aussi parce que mon médecin généraliste, je le sentais pas super bien sur ces sujets du coup en fait, j'ai préféré me documenter tout seul et avec des potes et puis. Via des Podcasts via des ressources de féminisme. Et je me suis dit que

c'était une bonne manière d'appréhender les choses, plutôt que de jouer à la loterie avec les professionnels de santé.

Zoé :

Ok, du coup pour votre couple maintenant, depuis combien de temps est-ce que vous estimez ensemble ?

H4 :

Heu 2 ans et demi? 2 ans trois mois, un truc comme ça (rires)

Zoé :

Donc pour le moment la personne qui se contracte dans le couple, c'est toi H4, c'est ça ?

H4 :

Ouais c'est ça.

Zoé :

Est-ce que depuis que vous êtes ensemble, il y a eu des changements de contraception dans votre couple ?

F4:

Oui.

Zoé:

Lesquels, si vous pouvez les décrire?

F4 :

Du coup, comme je t'expliquais tout à l'heure, au début, j'étais sur un DIU en cuivre et ensuite on est passé à l'anneau et en fait comme ça peut arriver de l'oublier le perdre enfin de pas pouvoir le mettre pendant un moment, dans ce cas-là, on passe pendant des périodes de de préservatif.

Zoé :

Ok, d'accord, et est-ce que du coup toi J tu fais tout ce qui est spermogramme, rendez-vous avec un médecin par exemple?

H4:

Je fais des spermogrammes j'ai fait beaucoup au début. Parce que ... pour voir un peu ce que ça disait surtout qu'à un moment j'ai perdu mon anneau du coup on a chaque fois fait le spermogramme au bout de 6 ou 9 mois après avoir commencé à telle année et mais par contre je fais pas de rendez-vous avec le professionnel de santé, tout ça.

Zoé :

Et est-ce que je peux savoir un peu pourquoi tu fais pas de rendez-vous avec des professionnels de la santé? C'est plutôt l'aspect pratique ou...?

H4 :

Ouais, déjà j'ai pas eu spécialement de questions. Pas non plus de crainte. Vu que enfin, avec les ressources que j'avais disponibles et la lecture des spermogrammes et savoir que je pouvais moi-même aller faire un test quand je voulais. Voilà. Et en plus du fait que ben j'ai bougé pas mal et que j'avais pas de médecin à qui parler régulièrement et qui me disait "Bon, y a quoi de neuf" et tout niveau santé machin. Et j'ai pas ressenti une envie et le besoin d'aller voir, d'aller voir quelqu'un et avec F4 on en a jamais parlé de ... De, de d'envie à ce niveau ? Du coup voilà. C'est ça que je vois personnellement.

Zoé :

Ok et quand tu disais F4 que du coup vous étiez passé du DIU en cuivre à l'anneau, toi t'as dit tantôt que tu supportais pas le DIU c'est ça?

F4 :

C'était ça, les règles étaient absolument drastiques, c'était un peu chaud, c'est que je savais que qu'elles devenaient plus abondantes, plus longues et plus douloureuses. Et pour autant je m'attendais pas à ça. Et du coup, il y avait énormément de douleurs. Je sais pas, c'était des périodes comme ça, des tentatives, un peu de rejet. De la part de mon corps et puis aussi des douleurs pendant les rapports. Subir certaines positions à certains moments comme mon cervix était un peu bas, quoi. Ouais, c'était pas ... ça a pas marché pour moi.

Zoé :

Ok. Comment est-ce que vous en êtes arrivés à parler de la contraception la première fois à deux ?

F4 :

Je crois que c'est que c'est parce que j'ai dû me plaindre au début. Non mais après c'est mon meilleur pote depuis 6 ans, donc H4 il savait aussi par quoi j'étais passée, il était à côté de moi le mois où j'ai eu mon premier stérilet. Ben il a vu aussi mes prises de poids et mon arrêt de la pilule donc. Je pense qu'on en a parlé bien avant ça mais j'ai pas, j'ai pas de souvenir précis.

H4:

En fait, je pense que ça a toujours été un sujet en soi qu'on aborde régulièrement même entre potes...

F4:

Ben on était une classe de 10 jeunes en pic d'hormones (rires). C'est clair que ouais on parle de la contraception.

Zoé :

Duquel d'entre vous est venue l'idée de changer de contraception? Enfin, c'était une décision commune ou c'était plutôt l'un de vous deux qui voulait?

F4:

Mais moi, je voulais arrêter le DIU. Depuis ma relation d'avant et en fait, on avait commencé à discuter avec mon ancien partenaire de l'anneau. Et au final, on s'est séparés avant que ça se fasse. Et ensuite... H4, tu veux dire toi?

H4 :

Enfin, moi je ça m'a semblé un peu évident que... Du coup vis-à-vis de F4 enfin par rapport au DIU et tout, c'était une super bonne solution. Et voilà quoi, je fais ça. Moi, ça me donnait envie en fait de me contracepter et donc de faire ça pour elle.

Zoé :

Pour partager un peu du coup la charge de la contraception?

H4 :

Ouais, carrément ouais. Ouais, c'était ça à fond.

Zoé :

Ok, d'accord, et dans les faits du coup, comment tu procèdes du coup avec l'anneau ?

H4 :

Ben, je le porte toute la journée. Des fois j'enlève la nuit, mais pas tout le temps. Enfin voilà quoi c'est devenu comme s'habiller, quoi, c'est intégré complètement. À moi quoi. Enfin, moi je vois pas du tout ça comme un truc contraignant ou quoi en fait, c'est juste. C'est comme mettre une chaussette gauche quoi (rires). C'est fait parce que sinon y'a un truc qui me manque (rires). Je trouve que au quotidien... En tout cas, c'est archi facile quoi. En plus, j'ai pas... Au début, j'avais des douleurs vite fait des gênes, mais genre, vraiment rien. Rien qui me décourage ou quoi. Rien qui influe vraiment sur l'emploi au quotidien. Et là maintenant, j'ai plus aucune gêne. D'ailleurs au contraire, quand je l'ai pas c'est pas normal quoi. Et j'en ai toujours un en plus parce que ça m'arrive de le perdre une fois. Voilà.

Zoé :

Ok et du coup pour tout ce qui est conseil par rapport à ça, tu disais tantôt que tu t'es tourné plutôt vers ceux qui t'ont vendu l'anneau ? Enfin les personnes qui t'ont sensibilisé à ça plutôt que des professionnels de la santé.

H4 :

Bah ouais, les ressources, j'en ai eu besoin au début. Pour savoir, je rappelle très bien avoir maté les vidéos de comment ça se met ou comment ça se passe physiologiquement. La théorie. Et du coup, ça, c'était sur le site de contraception. Et je me rappelle avoir été aussi au téléphone avec le gars qui gérait ça à ce moment-là. Un petit peu au début pour des conseils et tout. Et en fait, ça fait, bah du coup ça fait largement, ça fait plus d'un an que je me suis pas renseigné dessus, parce que ça roule quoi. Et en fait les spermogrammes m'ont... J'étais en mode, ok, ça marche, donc voilà. Et après là j'ai vite fait des irritations un petit peu à la base du pénis du coup des rougeurs, quoi. Mais bon, ça m'inquiète pas plus que ça, vu que j'ai des problèmes de peau de base.

Zoé :

Pour vous deux donc quelles sont les principales raisons qui font que c'est important pour vous de faire différemment de la norme contraceptive? Qui consiste à : la femme prend une contraception hormonale.

F4 :

Bah déjà c'est une question de répartition de de cette charge là. Et ben je me suis chargée de ma contraception pendant des années et du coup je trouvais ça chouette que. Bah ça par exemple, il y a une manière facile de de mieux répartir les charges qui soient émotionnelles, mentales ou juste... pratique et du coup je trouvais ça chouette de de le faire parce que c'est vrai, y a d'autres choses où on ne sait pas comment agir dessus. Et puis oui, de toute façon c'était un peu logique aussi parce que moi je voulais une contraception sans hormone. Et la seule que j'ai pu essayer m'a juste fait hyper mal et du coup que ce soit disponible une contraception sans hormone masculine et que H4 soit d'accord pour la mettre. La question s'est pas posée longtemps.

H4 :

Je pense qu'il avait 2 aspects, c'est que. Ce qui m'a motivé aussi à la base, c'était... J'ai l'impression qu'il y a 2 3 ans, là, c'était une sorte d'acte militant un peu alors que bah en vrai pas vraiment. Mais en tout cas de juste, d'en parler autour de soi et d'en parler en connaissance de cause du coup ? C'est important pour moi, à fond. D'un point de vue militant on va dire. Entre gros guillemets. Le truc, ça existe, personne n'en parle, mais ça commence un petit peu, mais genre dans les cercles archi restreints, c'est pas du tout répandu comme tu dis, c'est pas du tout la norme et en fait c'est juste incompréhensible. Que ça ne le soit pas. Et du coup, à partir de là, oui, c'est ça qui est motivant de faire pas comme les autres. C'est pas faire comme les autres et c'est faire comme nous ça nous semble juste. Et il se trouve que nous, ce qui nous semble juste c'est ne pas faire comme les autres.

Zoé :

Je comprends. Je sais pas si vous avez vu dans l'actualité, donc ça va être ma dernière question, il y a une pilule qui a été testée pour les hommes, pour l'instant elle est testée sur des souris mâles. La réversibilité, c'est à 100%. Et en fait, ça agit sans hormones mais avec une molécule. Qui permet, si on prend la pilule avant le rapport, d'empêcher les spermatozoïdes de bouger. Et donc ça les rend inutiles, pendant un certain temps. Est-ce que vous seriez prêts, si c'était commercialisé, par exemple, dans le mois prochain, à tester ça dans votre couple, vu que c'est sans hormone et réversible? Quelle est votre réaction par rapport à ça, à chaud?

H4 :

Alors moi j'ai un petit peu entendu parler, mais j'avais pas compris, enfin j'avais compris que c'était sans hormones mais pas... Comme tu dis, à usage unique, un peu. Bah du coup, dans les

faits... Moi prendre un médoc ? Ça me ... Enfin pour tester oui, mais du coup comment tester dans notre couple où pour l'instant bah j'ai une contraception qui met quand même du temps à faire revenir une spermogénèse à la normale. Et il faudrait vraiment se dire OK, on va tester, donc on attend doucement que ça serve à quelque chose entre guillemets. Mais en tout cas moi je trouve que l'anneau pour moi on va dire c'est plus naturel comme méthode quoi. Mais après moi le côté prendre un médicament ça m'attire pas trop.

F4:

Vraiment, je le sens un peu la même chose. Et en plus de ça, c'était déjà compliqué d'apprendre à faire confiance à cet anneau, mais si en plus il faut rechanger alors que ça fonctionne. En soi c'est la même confiance que j'ai donné à l'anneau au départ mais... Bah voilà, j'ai essayé quelque chose qui fonctionne et qui est bien géré par J. J'ai pas envie de changer maintenant. Même au-delà du couple, j'ai l'impression qu'il va falloir que ce soit bien expliqué parce que pour des coups d'un soir, les gens pourraient dire que ça peut être utilisé alors que ça te protège pas non plus des IST donc.

H4:

Mais c'est vrai que c'est un peu à la fois, tu peux dire que c'est une contraception qui pourrait être cool. Pour des gens qui ont pas de relation sexuelles tout le temps. En tout cas qui sont pas en couple. Donc qui ont on va dire des relations sexuelles régulières. Mais en même temps, ça protège pas des ist. Moi je trouve ça moins utile que ce qu'on a déjà.

Zoé :

Ok, hé bien si vous avez des choses à me dire que j'aurais pu oublier de questionner je suis dispo, sinon je n'ai pas d'autres questions. Merci pour votre temps et je vous envoie le questionnaire à remplir. Ha oui, et si vous connaissez des personnes qui sont concernées par mon sujet de recherche, hésitez pas à me le faire savoir!

Entretien 5

Zoé :

Donc du coup moi je m'appelle Zoé, j'ai 24 ans, je suis étudiante en santé publique et je vous laisse donner votre âge et le secteur d'activité dans lequel vous êtes ou si vous êtes étudiant, dans quel secteur vous étudiez.

F5 :

Je suis F5, j'ai 28 ans moins une semaine, 2 semaines et je suis assistante en médecine générale, à l'ULB.

H5:

Moi, je m'appelle H5, j'ai 28 ans. Et je suis en dernière année d'études en kiné.

Zoé :

Ok, d'accord. Au niveau de votre parcours personnel, donc de la contraception, quand est-ce que chacun vous avez commencé à en entendre parler, donc plus ou moins la période de votre vie et où c'était ?

F5:

Tu veux commencer ?

H5:

Je veux bien. Oui, j'ai des idées qui me viennent. Je crois que les premières fois quand même, c'était l'école, que j'en ai entendu parler, mais ça restait quand même quelque chose de tabou. Ça a pas été dans le cadre d'un cours quoi, ça a été plutôt dans la cour de récréation. Je crois que la première personne qui m'en a parlé, ça doit être ma mère dans la voiture en me donnant des capotes et c'était très gênant.

F5:

Et t'avais quel âge?

H5 :

Je sais plus, vers 13 ans. 14 ans, ouais, peut-être 14 ans. Attends mais 14 ans c'est tôt hein? Je sais plus quel âge j'avais, mais... Une quinzaine d'années quoi. Et après, il y a eu des cours de contraception à l'école, je me souviens. Il y avait tous les types de contraception, et puis on

pouvait toucher, voilà. Sur le tard quoi, globalement, c'est quand même venu sur le tard et c'était quand même tabou. Et donc. Il y a pas eu beaucoup de conversations autour de ça. Et à l'école, voilà.

F5:

Bien, je pense que c'est une réponse un peu similaire aussi. Je pense que j'ai dû en entendre parler avant, mais le moment où ça m'a vraiment percutée et que j'ai retenu l'information en tout cas, plus que juste un truc dans le vent, j'étais ado je crois je devais avoir aussi une quinzaine d'années et je pense que là ou en tout cas on en parlait le plus, c'était dans mon entourage, entre filles, entre copines, à l'école. Moi, j'étais une des dernières contraceptées, j'ai des copines qui ont commencé beaucoup plus tôt et oui c'était ben la pilule ? Typiquement, on parlait que de pilule. Et puis après, ouais, y en a qui ont eu des indications de pilule plus tôt parce qu'il avait typiquement ces pilules pour l'acné, il y en avait qui commençaient des éruptions d'acné. Moi, j'ai eu des relations sexuelles plus tard, donc personnellement quand je m'y suis vraiment intéressée de manière active dans le but d'en prendre, bah c'était en lien avec mon activité sexuelle et donc c'était vers 18 ans.

Zoé :

Ok et quand tu disais H5 que tu en parlais à l'école, c'était avec tes potes ou...? Juste pour être sûre d'avoir bien compris.

H5 :

Disons que c'était ... le sujet était là, mais j'ai pas le souvenir que c'était des conversations sérieuses autour de la conception. Et quand j'avais des discussions avec des nana c'était des discussions beaucoup plus sérieuses qu'avec les mecs.

Zoé :

Ok, et est-ce que vous avez tous les deux déjà eu un moment dans votre vie où vous avez parlé avec un professionnel de la santé par rapport justement à la contraception?

F5 :

Bah oui. Tu veux commencer ou moi ? Bah moi oui bah quand j'ai commencé à prendre la pilule. Donc vers mes 18 ans. Il y avait déjà eu la question qui s'était posée avant parce que j'avais des règles qui sont arrivées tard, donc moi j'ai eu aussi tout un bilan gynéco un peu plus tôt parce que j'avais des retards de règles, de début de menstruation. Et puis oui, de manière

assez régulière dans mon parcours bah surtout à partir de 18 ans. Et puis quand j'ai changé de contraception, il y a quand même eu des questions. Ça a toujours été dans le secteur médical classique donc gynéco ou médecin généraliste. Et encore c'est quand même vite gynéco. Planning familiaux et trucs comme ça, je suis jamais allée.

H5 :

Alors et puis bah moi c'est arrivé une seule fois et c'était il y a presque 2 ans. En fait, avant qu'on se mette ensemble avec A, j'avais jamais vu de professionnel de la santé et j'en ai vu un dans le planning familial. Ouais un planning familial sur Bruxelles, pour la contraception. Mais sinon avant ça non.

Zoé :

Et quand vous avez vu les professionnels de la santé, enfin, quand vous êtes sortis de là, c'était plutôt... ça vous avait aidé ? Qu'est-ce que vous avez ressenti après les discussions?

F5 :

Ça a vraiment été présenté comme une banalité. Très très fort enfin. Voilà, oui, voilà, t'as 18 ans, tu commences à avoir des activités sexuelles. C'est un toucher vaginal, regarder mes ovaires. Et puis elle avait dit "Bon bah oui y a pas de raison". Elle m'avait donné la pilule basique, la Deso20. Je pense que c'est peut-être avec mon regard a posteriori, je suis un peu influencée sur le ressenti que j'avais mais...C'est vrai qu'il y a plein de choses qui se sont bouleversées dans mon corps, dont j'étais pas consciente et dont on parlait pas spécialement entre copines. Tout ce qui est l'effet sur la libido. Moi, j'ai eu aussi des seins qui ont très fort gonflé. C'est vrai qu'il y avait cet avantage à régulariser mes règles qui ont toujours été irrégulières, même si moi ça m'arrangeait très bien qu'elles le soient. Avoir des cycles très longs. Et donc ouais, maintenant je dirais que quand même sous le coup, ça me semblait être la même chose que si elle m'avait prescrit des paracétamol enfin ou un bête ou quelque chose sans rien et par après, je pense que j'ai vraiment pris conscience quand j'ai arrêté la pilule. Et aussi « ah waouw » j'étais pas consciente à quel point ça bouleversait un peu tout mon organisme. Et clairement, la gynéco m'avait pas prévenue de ça quoi.

H5 :

Et moi quand je suis allé consulter. Disons que j'étais assez sûr de moi sur le fait de débiter la contraception masculine et que c'était un peu une formalité administrative, mais que j'allais pas

forcément pour avoir des conseils, enfin même si j'en ai eu. Mais c'était pas du tout le but premier.

F5 :

Mais t'es allée avec une série d'informations que t'avais déjà lues sur Thorème.

H5 :

En fait la question s'est pas trop posée. Enfin, s'est posée un peu quand même. Mais en tous cas, il y avait cette idée que porter l'anneau, c'était le moyen de contraception ben, qui avait le moins d'effets secondaires, qui était pas invasif et qui semblait avoir des bons résultats donc. Bon ça semblait assez logique et du coup y'a pas vraiment eu de débat. C'était logique. D'essayer en tous cas. Et puis si ça marche pas et ben ça marchera pas et on changera mais...

F5 :

Après c'était aussi une démarche différente. T'es allé là-bas en sachant ce que tu voulais, parce que tu t'étais déjà renseigné. Pas en mode « Bonjour Messieurs, je me pose des questions sur la contraception, qu'est-ce qui existe? »

H5 :

Oui c'est ça c'était une formalité administrative.

Zoé :

Ok. Et donc au niveau du couple, depuis combien de temps vous êtes ensemble ?

F5 :

Un an et demi? Ça fait un an et 8 mois.

Zoé :

Et donc du coup, la personne qui porte la contraception dans le couple, c'est uniquement toi H5 ? Et par quelle méthode, est-ce que tu peux me décrire un peu?

H5 :

Du coup, c'est l'anneau contraceptif qui est produit par AndroSwitch.

F5 :

C'est vrai. Toi, tu l'as pris avant que ça passe en œuvre d'art militant ou c'était encore légalisé comme matériel médical ?

H5 :

Ça fait un an et 3 4 mois? C'était en novembre.

F5:

En gros, on s'est mis ensemble en juin et la question de la contraception est venue assez vite. Enfin tout s'est passé assez vite. Et directement y'avait la question de ce qu'on fait. Il a proposé spontanément de prendre l'anneau et moi j'étais pas contraceptée donc voilà, "super génial vas-y!"

H5 :

Et avant c'était le préservatif.

Zoé :

Et du coup dans la méthode que tu utilises, avec l'anneau, au niveau des spermogrammes et des rendez-vous avec les médecins ? Je sais pas si tu...

H5 :

Il y a eu..ouais, j'ai eu 2 spermogrammes, donc un avant de porter l'anneau puis un 3 mois ...alors bon j'ai pas attendu les résultats j'ai pris l'anneau avant d'avoir les résultats du spermogramme parce que ça prend du temps, donc j'ai fait le premier spermogramme qui s'est avéré bon, pour enfin qui m'a amené à porter l'anneau. Et puis 3 mois après, du coup j'ai fait le 2e spermogramme.

F5 :

C'est pour ça que t'as porté l'anneau,c'est genre s'ils voient que t'es stérile, ils disent "OK Go".

H5 :

Oui, mais si t'es entre deux ils vont te dire "Bah fais peut-être un prélèvement pour en congeler parce que si".... Je crois que c'est quand t'es dans un entre deux en fait.

F5 :

Je sais pas, quand j'ai appris à lire le spermogramme pour le patient, c'est genre, nombre de spermatozoïdes vivants non vivant, hop, si ça c'est bon ... C'est juste qu'on calculait l'avant après quoi.

H5 :

Bon ben on en reparlera (rires). Et du coup donc, j'ai fait le premier, j'ai fait le 2e qui m'a dit que j'avais un moins d'un million de spermatozoïdes par euh... millilitre ? Et puis du coup bah à ce moment-là on a enlevé la capote et puis on s'est protégé avec l'anneau. Mais la recommandation, c'était aussi de faire des spermogrammes de manière assez régulière. Et ça, je les ai pas faits. Et donc on en a discuté, pour la transparence. Et puis ben pour prendre un peu ce risque là ensemble bah voilà, je le prends plus, je suis bien le protocole, mais il y a quand même un risque, le risque 0 n'existe pas. Et du coup, si un moment F5 tombait enceinte, bah qu'on en ait discuté avant, c'est important et pas qu'elle puisse me reprocher d'avoir pris seul, de pas avoir fait d'exams, de contrôle.

Zoé :

Une question de transparence et de confiance aussi, enfin, vu que vous communiquez pas mal par rapport à ça, j'imagine ?

F5 :

Ouais, c'est ça et lui, il s'engage à le porter 15h par jour et si à un moment, il y a eu un écart et un oubli ou quelque chose, ben là on rediscute et est-ce que on se protège pour les 3 mois et est-ce qu'on fait un spermogramme ou est ce qu'on se dit, tant pis. Enfin voilà, c'est pas encore arrivé mais...

Zoé :

Ok. Et du coup, tantôt tu disais que vous en étiez arrivés à parler assez vite de la contraception ensemble, duquel d'entre vous c'est venu de parler assez vite de ça?

F5 :

Moi, moi je suis un peu à cheval là-dessus. Mais je dirais instinctivement ça m'étonnerait pas que ce soit toi. Je pense bah dès le premier rapport sexuel? Quand on a mis la capote, déjà. Je pense que bah on a beaucoup causé aussi. Donc je pense que dès la première nuit on en a discuté et je pense on a parlé du fait que j'avais pas de contraception.

H5 :

Je crois que c'est elle qui en a parlé, même pour une contraception un peu plus à long terme. Une alternative à la capote, je pense que c'est toi qui l'as amené, mais que après, c'était assez évident de se dire bon. Pour les raisons que j'ai dit tout à l'heure quoi, pour le moment sur le marché, en fin de compte de contraception la plus efficace, la moins invasive, avec le moins d'effets secondaires, ça reste l'anneau quoi ?

F5 :

Ouais je pense la première fois on a juste acté que j'avais pas de contraception et c'était une évidence que comme c'était un premier rapport sexuel on utilise la capote pour les MST. Et puis je pense dès que c'est devenu un petit peu récidivant qu'on a compris que, en fait, on allait vers quelque chose de sérieux parce que comme je l'ai dit, ça s'est passé vite. Ouais, je pense que on s'est un peu dit "Bon bah qu'est-ce qu'on fait quoi ?" Je pense que c'était un peu un package de "Dépistage, contraception" où on en est? Je pense que moi j'ai aussi été assez claire sur le fait que je voulais pas de contraception hormonale, ou de stérilet. Parce que je crois que t'es venu très vite, spontanément avec l'anneau, mais je crois que j'ai quand même assez vite amené que je voulais plus rien d'hormonal. Et que ça me ferait chier de devoir remettre un stérilet.

Zoé :

Ok donc toi t'avais essayé la pilule et le stérilet hormonal du coup avant ?

F5 :

C'est ça.

Zoé :

Et quand tu dis que tu t'étais renseigné sur le site de Thorème et tout ça, est-ce qu'il y a quelque chose qui t'a poussé à te renseigner ou genre quelqu'un qui t'en a parlé ouenfin de quelle façon en fait tu t'es intéressé à ça ?

H5 :

Je crois que je suis tombé sur un poste Facebook. De façon totalement random la première fois. C'était sur Brut. Une vidéo Brut sur laquelle j'avais vu et je m'étais dit bah que c'était très intéressant. A ce moment-là, j'étais pas du tout en couple, donc ça m'était un peu sorti de la tête.

Mais je savais que ça existait. Et puis je me suis un peu davantage intéressé au féminisme. Du coup, ça, je pense que c'est aussi quelque chose qui a... Il y a déjà ce type de certaines discussions, à une certaine époque et puis après on en parlant enfin. Dès que la relation avec F5 a débuté. On a dû en parler et très très vite après, je sais plus si c'était avant ou après la discussion mais en tout cas je me m'étais renseigné un petit peu et puis après ? On a discuté davantage. Pour voir les démarches. Et puis, vraiment, être un peu plus proactif dans...

F5 :

Ouais, je me souviens, au début, c'était un peu genre, je sais que ça existe. Qu'est ce que t'en penses ? Et puis vraiment, la connaissance du truc, ça c'est lui en détail.

Zoé :

Et le médecin que t'avais vu au planning familial, il était ouvert par rapport à ça?

H5 :

Justement, alors je sais plus qui m'a conseillé ce médecin là ? Et c'est le docteur P?

F5 :

Tu sais qu'il est méga militant ce gars?

H5 :

Oui, mais en fait, il est connu pour prendre en charge du coup des personnes qui voudraient faire cette contraception-là. Et puis il fait des études aussi. Enfin, visiblement, je pense qu'il sort un peu des statistiques.

F5 :

Je pense qu'il fait un peu partie des leaders.

H5 :

Il doit faire partie du peu de médecins qui suit des patients... et qui s'est un peu professionnalisé si je puis dire, dans la contraception masculine.

Zoé :

Après, j'ai une autre question, par exemple pour le partage de la contraception, dans les faits par exemple niveau coût, je sais pas si au coût de l'anneau vous avez participé à deux?

H5 :

Non, c'est moi qui ai payé. À la base, je pensais que ça allait être remboursé (rires) J'ai jamais été remboursé. C'est passé à la trappe. L'anneau j'en ai eu un gratos ! Parce que en fait j'en ai reçu un, puis en fait ça n'allait pas et du coup ils m'ont envoyé en 2e pour que je puisse essayer les 2 et puis voir un peu lequel je prenais en en termes de taille. Et puis après ça a été interdit. Enfin bref, ils m'ont jamais redemandé quoi que ce soit, alors que j'avais genre une semaine pour me décider. Et puis du coup j'en ai 2 avec 2 tailles différentes et je me suis dit que ça ferait un autre. Un anneau de secours. J'en ai eu 2 pour le prix d'un et puis pour les spermogrammes, c'est moi qui ai payé.

Zoé :

Et pour quelle raison du coup, pour vous, c'est important de faire différemment que la norme qu'il y a pour l'instant où c'est souvent du coup dans le couple, la femme qui prend une contraception hormonale et la question se pose pas parce qu'elle le fait depuis longtemps.

H5 :

Moi, c'est un peu les mêmes raisons que j'ai dit tout à l'heure quoi. Dans tout l'éventail des contraceptions qui existent bah j'ai l'impression que ça reste la méthode... Voilà une méthode qui est efficace, non invasive. Et enfin non hormonal. Enfin voilà, celle qui demande le moins de charge mentale peut-être?

F5 :

Bah il y a quand même le fait de tous les matins...

H5 :

Bah au final prendre une pilule par jour ça a l'air compliqué aussi.

F5 :

J'ai rien influencé sur son discours, hein (rires)

Zoé :

Ah non, non, t'inquiète.

H5 :

Mais du coup voilà, c'est logique que ce soit moi parce que y a cette... disons que l'idée, c'est pas d'inverser des rapports de pouvoir ou je ne sais quoi, c'est de se dire mais en fait il y a ça sur le marché et ben la moins chiant et la plus efficace c'est celle-là et elle est pour les mecs et donc bah alors on fait ça.

F5:

Après moi, je dis quand même que ça reste important la partager et clairement je suis d'accord avec ce qu'il dit. Moi, ça m'arrangeait très bien qu'il ait cette position spontanément, sans que j'ai besoin d'argumenter quoi que ce soit. Et le fait que j'ai porté la charge mentale de la contraception dans mes relations précédentes, ça n'avait pas forcément d'influence dans notre relation à nous. Mais j'exclus pas que enfin s'il y a un moment il me dit "bah voilà, ça fait 4 ans que j'ai l'anneau je suis censée arrêter le porter j'en ai un peu marre est-ce que tu peux reprendre"... Ben je pense que c'est des choses qui se discutent et régulièrement je demande quand même si c'est toujours OK si c'est pas trop pénible, s'il faut qu'on discute, qu'on mette ça sur la table. De manière générale, enfin, moi j'ai vraiment raison que c'est la meilleure contraception du monde! Je suis là mais enfin pourquoi tout le monde prend pas ça ? Et j'aimerais bien que tout ça soit connu parce que le nombre de patients, que quand on leur parle de ça, ils sont « ahh, mais ça a l'air chiant quand même, 15h par jour » je suis là « franchement ça va hein, tu peux même le porter 24h, ça change rien ». Ça fait pas mal tu t'y habitues. Ça a l'air assez tranquille. Maintenant, c'est peut-être aussi l'image que je m'en fais parce qu'on diabolise beaucoup les contraceptions féminines à juste titre. Mais ouais. C'est un commun accord et surtout une initiative de H5.

Zoé :

Je ne sais pas si vous en avez entendu parler, dans les journaux y a pas longtemps une découverte a été faite, en gros il y a une pilule masculine, qui marche pour l'instant, en tout cas sur 100% des souris mâles, et qui consiste en fait à empêcher les spermatozoïdes de bouger et donc de rendre stérile pendant une courte période. Et après, c'est totalement réversible. La fertilité revient à 100%. Après je pense que c'est un délai genre de 2 3h. Et du coup, par rapport à ça, c'est quoi votre avis ? Est-ce que vous seriez prêt à la prendre si jamais ça arrivait sur le marché ? Imaginons dans un an, est-ce que du coup, le fait que ce soit l'homme qui doive la prendre en un peu en one shot avant un rapport ou quoi ? Est-ce que ça changerait quelque chose dans votre manière de fonctionner?

F5 :

Si je peux commencer du coup? Par rapport à cette pilule, il y a la question de la prévention, le fait de prévoir le rapport, un peu comme la prévention pour le sida pour les personnes qui ont des comportements à risque. Ben est-ce que c'est safe de la prendre tout le temps parce qu'au final c'était quelqu'un qui est sexuellement actif. Et que tu peux pas prévoir tous tes rapports. Bah l'après (pour le sida) certaines personnes la prennent tout le temps du coup au final puisque. Ils savent pas toujours prévoir. Donc je pense qu'il y a aussi ça par rapport aux effets secondaires, mais sinon. Ah ouais, moi quand j'ai vu que ça existait, j'étais là, "mais super!". Ils disaient en tout cas dans l'article presque pas d'effets secondaires. Très bonne tolérance. Une réversibilité à 100% et... Alors oui, y a juste la question de la prévention et donc savoir si. Si 0 effet secondaire et si ça change rien d'en prendre tous les jours? En se disant ben on est susceptibles d'avoir un rapport sexuel tous les jours. Donc tu vois, mais si c'est quelque chose que tu prends comme une pilule tout le temps. Et que ça n'a pas d'effet secondaire. Dans une dynamique de la prise, je trouve que c'est plus facile quelque chose de quotidien, ou alors quelque chose d'après, comme la pilule du lendemain. Mais avec tous les effets secondaires et le cataclysme hormonal que ça implique ben on évite cette pilule du lendemain. Mais après c'est une question qui s'adresse à toi, si tu dis " l'anneau ça me casse les couilles je préfère autre chose"

H5 :

Même en couple c'est compliqué quoi. Et s'il faut y penser en soirée, mais en fait, c'est 2 3h avant bah c'est à dire peut-être en prendre 2 dans la soirée parce que ben c'est (rires)et c'est pas grave mais bon du coup dans le risque qu'il se passe quelque chose dans les 3 prochaines heures, il va falloir prendre le... enfin j'en sais rien, là je fais des hypothèses mais... ça donne pas envie d'avoir...

F5 :

C'est une dynamique qui est particulière quoi. Si tu vas dans un club libertin, trop bien. Trop bien, tu prends ta pilule, tu vas à ton club ou si tu vas pour chopper. Mais oui, c'est vrai que dans une routine. Ou alors quelqu'un...enfin, je sais que par exemple, quand j'étais célibataire et que je voyais quelques dates un peu par ci par là, bah c'est vrai, là c'est facile, tu dis "Bon OK, je la prends, je sais" C'est vrai que là dans un couple. On sait jamais enfin...

H5 :

C'est hyper dangereux parce que ... j'ai pas les chiffres en tout cas, j'ai quand même lu un nombre innombrable de témoignages de nanas qui disent que le mec a enlevé la capote pendant l'acte alors que c'était pas OK ... Bah quid dans des contextes où ... ça veut dire que là la personne peut dire "oui je l'ai pris! Y'a deux heures" Et si tu veux bien faire ça a l'air compliqué visiblement parce que ben attendre 3h00, c'est un créneau quand même. Il y a un délai quoi. C'est peut-être que entre le moment où tu vas prendre, tu fais 2h00 puis après t'as tout un créneau de 2h pour faire l'amour c'est mort.

F5 :

De toute façon il y a pas de contraception parfaite et on va toujours trouver quoi dire, comment la démanteler et trouver des excuses. Je pense qu'il faut tester quoi. Pense que comme tout. Enfin y'en a pas une qui va pouvoir s'adapter un petit peu à aux pratiques et aux possibilités de chacun et chacune en fonction de ce qu'ils sont prêts. C'est toujours une forme de concession quoi. Ouais c'est... Ben moi, je trouvais quand même ça trop cool quand c'est sorti cette étude mais j'ai pas eu l'impression de me dire que ouais ça allait tout changer. Sauf si ça peut être pris quotidiennement, alors là... La capote a pas dit son dernier mot avec cette pilule!

Zoé

Ok. Je sais pas si vous avez d'autres réflexions ou quoi, ou des choses que j'aurais peut-être oublié d'aborder, mais c'était ma dernière question pour vous. Juste si jamais vous connaissez d'autres couples qui sont en Belgique ou en France et qui utilisent aussi ou qui partagent d'une certaine façon la contraception, que ce soit le prix ou quoi ? Ben n'hésitez pas à leur parler de mon sujet.

F5 :

Écoute on va y réfléchir. Moi, je trouve que au-delà, attends, si je peux ajouter peut-être une petite remarque, au-delà de partager le prix et tout, je pense que c'est aussi trouver un juste milieu dans les effets secondaires quoi. Dans la pénibilité de supporter des effets secondaires. Et je pense que ça c'est ce qui pèse aussi beaucoup dans la balance, je pense que pour ça, H5 avait été pas mal à l'écoute de ça. De ce que j'exprimais par rapport à la découverte de ma perte de libido, au gonflement de ma poitrine, à ma peau plus grasse ... J'avais en fait envie de découvrir mon cycle. Et de découvrir un peu moi. Enfin, je m'en étais pas donné l'opportunité depuis le début de mon activité sexuelle et que j'avais envie de découvrir ça et ouais, pas prête à supporter à nouveau les effets secondaires. Et du coup, c'est un peu le deal. Ok je teste l'anneau

et si les effets secondaires pour moi sont supportables, on parle là-dessus et si je trouve que c'est super parce qu'au début c'est dur aussi hein, on avait peur qu'il ait des varices. C'est les veines au niveau des testicules qui se dilatent ou que il ait des poils incarnés qui fassent trop mal et des lésions d'irritation. Et il y a eu quand même des moments où on était là. “Bon là, ça devient quand même chiant c'est pénible de porter ça. C'est à la limite de supportable mais si c'est comme ça tout le temps j'ai pas envie, tu vois?” Ce que je comprends, et puis là maintenant après je crois moins de 2 mois de difficile, il s'est dit, “OK, là on est sur un équilibre d'effets secondaires” ou “OK bah là on est, on est prêts” donc moi je trouve que dans la question de la contraception, c'est vraiment beaucoup les effets secondaires qu'il faut mettre en avant parce que l'effet contraceptif de toutes les contraceptions au final, ils se valent. Enfin peut-être pas la symptothermie ou le retrait ou des trucs comme ça, mais je pense que pour moi, c'est secondaire.

Zoé :

(remerciements)

Entretien 6

Zoé :

(Présentation, rappel du cadre et demande d'un brève présentation de leur part)

F6 :

Alors moi, c'est F6, j'ai 24 ans et je travaille depuis 4 mois en tant qu'adjoint thérapeute.

H6 :

C'est H6, j'ai 30 ans et je suis policier.

Zoé :

Ok d'accord donc je vais avoir d'abord des questions qui sont plutôt d'ordre personnel. Et puis alors après je vais poser des questions sur le couple et puis sur la contraception dans le couple donc d'abord la première question, c'est chacun d'entre vous quand et où est-ce que vous avez entendu parler de la contraception la première fois dans votre vie ?

H6:

Alors j'en ai aucune idée, je ne sais vraiment pas répondre, j'ai peur de raconter une connerie. Je ne sais pas du tout. Je me rappelle absolument pas quand est-ce qu'on m'en a parlé pour la première fois. Je présume que c'était à l'école ? Ça me paraît logique.

Zoé :

Dans les cours?

H6 :

Ouais ou plus de discussion avec des professeurs titulaires ou des trucs comme ça. Mais on avait pas vraiment de cours d'éducation sexuelle ou lié à ce genre de choses, et je pense que c'est plus des des questions hors cours avec le prof titulaire qui était assez ouvert à ce niveau-là. Maintenant, est-ce que c'était la première fois ? Je ne sais pas. Mais je pense que c'est l'école pour moi.

F6 :

Et moi il me semble que c'est ma maman qui m'en a parlé. Quand j'ai eu un compagnon assez jeune vers 15 ans et une fois que c'est devenu un peu sérieux, ma maman m'en a parlé même si

j'en ai, j'étais déjà au courant avant. Du préservatif tout ça. Mais de contraception, vraiment genre pilule il me semble que ça vient de ma maman.

Zoé :

Et c'était du coup plus ou moins vers quel âge pour toi ?

F6 :

Moi bah, 15 ans. Mon premier copain, j'avais 15 ans et euh, et à mon avis j'ai commencé la pilule vers 15 ans et demi, 16 ans, un truc comme ça.

Zoé :

Est-ce que du coup chacun vous avez déjà eu un moment avec un professionnel de la santé, donc une infirmière, un médecin... pour parler de la contraception et est-ce que ça s'est bien passé ?

H6 :

Absolument pas pour moi. J'ai jamais parlé avec une professionnelle de la santé.

F6 :

Euh moi oui, déjà à l'école. À l'école, je pense que j'ai eu des, je me rappelle d'informations quand même PMS un peu plus tardivement. Où euh ben le préservatif sur une banane par exemple, les trucs un peu plus communs. Et puis après ben j'ai eu des rendez-vous gynéco et parfois médicaux pour des raisons. Où on m'a expliqué beaucoup plus en détail comment prendre la contraception en fonction de celle que j'utilisais, et cætera.

Zoé :

Ok, d'accord. Et maintenant au niveau de votre couple, depuis combien de temps est-ce que vous êtes ensemble ?

F6 :

Je laisse répondre juste pour la première partie je vais vite chercher un petit chargeur!

H6 :

Juste pour être sûr que si je me trompe, je me fasse engueuler (rires). Donc ça fait 6 ans qu'on est ensemble.

Zoé :

Ok, d'accord.

F6:

Je t'entends hein!

Zoé :

Okay, ça marche! Du coup niveau au niveau pratique pour le moment, qui prend une contraception dans le couple ?

H6:

Actuellement c'est moi. Mais pendant 5 ans, 5 ans et demi 6 ans, c'était elle.

F6 :

J'ai retiré mon stérilet en août dernier.

H6 :

De la pilule et puis après, elle est passée au stérilet. Et puis maintenant, on est passé au préservatif.

Zoé :

Donc du coup tu m'as dit qu'il y a eu des changements de contraception depuis le début de votre couple, pourquoi il y a eu ces changements ?

H6 :

Non euh F6 prenait la pilule au début, mais elle était pas super organisée.

F6 :

C'est difficile pour moi de prendre quelque chose tous les jours, que ce soit une pilule ou autres choses d'ailleurs, et donc j'ai voulu passer au stérilet pour avoir l'esprit plus libre.

H6 :

Voilà seulement avec le stérilet, on a remarqué qu'il y avait une baisse de libido. Au début ça allait, mais sur le long terme. Du coup, moi j'avais parlé qu'elle arrête. Elle m'avait dit qu'à la base, elle voulait garder son stérilet jusqu'à terme et une fois que le stérilet serait enlevé, ce

serait potentiellement la question des enfants. Seulement, elle a décidé d'enlever son stérilet avant en me demandant de prendre en charge la contraception.

Zoé :

Et au niveau du prix, est-ce que vous achetez tous les deux ensemble les préservatifs? Ou vous partagez le prix?

H6 :

Actuellement, c'est moi qui les paye maisje pense que c'est pas forcément, moi qui les paye ça veut juste celui qui est à la pharmacie à ce moment-là quoi.

F6 :

Après, je sais qu'il y a un remboursement pour 50€ par an. Mais je sais même pas si par rapport à enfin c'est encore parfois en cours de...

H6 :

J'ai 50€ par an.

F6 :

Oui, mais non, mais je veux dire par rapport à nous, tu vois. On n'a pas vraiment pour l'instant discuté de la question de type avec les préservatifs enfin c'est toi qui les as payés, on s'est pas posé la question pour l'instant quoi ?

H6 :

Moi perso ça fait 6 ans qu'on est ensemble je m'en fous.

F6 :

Oui, oui, je sais, mais pour dire qu'on a pas ... c'est pas acté avant quoi. Ça s'est imposé comme ça.

Zoé :

Ok d'accord. Et comment...

H6 :

Je pense qu'on est, excuse-moi, par rapport à d'autres couples plus jeunes, on a déjà 6 ans de relation. On vit ensemble donc je veux dire, on a des frais communs et on essaye de s'arranger

et de d'essayer d'être le plus équitable possible, voilà. Ici, bêtement, je viens demander du choco, il y a que moi qui mange du choco mais c'est elle qui l'a payé. Mais c'est pour un exemple pour dire que dans un couple plus jeune financièrement, c'est peut être plus compliqué. Tu comprends qu'à ce moment-là, y a cette question de savoir qui paye quoi, mais nous, à ce niveau-là, on est plutôt bien. On a pas à se plaindre, je veux dire, c'est pas une question qu'on s'est posée, c'est une question qu'on se posera pas à ce niveau-là.

Zoé :

Et comment est-ce que vous êtes arrivé à parler la première fois de la contraception ?

F6 :

Écoute, je pense que c'est la première fois qu'on a eu un rapport? Et on s'est posé la question de savoir. Si un des 2 était sous contraceptif et moi, j'étais sous pilule à cette période là.

Zoé :

Du coup, c'est la discussion, est-ce qu'il y en a un qui a demandé plutôt à l'autre ou ça s'est fait comment ?

H6 :

On va pas se mentir que bon, t'es à l'UCL la Casa, tout ça, on connaît. Nous, c'était bunker, donc voilà la discussion elle est arrivée peut-être un peu plus tard, quoi ? Pas dans l'immédiat, pas dans le feu de l'action quoi.

F6 :

Ouais c'est vrai que la première fois, on a pas très bien...On était déjà en couple? Je réfléchis en même temps (rires). On était déjà en couple, mais on a pas réfléchi plus que ça. Moi, j'avais une contraception sous pilule et on n'a pas utilisé d'autres moyens à ce moment-là.

Zoé :

Est-ce que du coup à deux vous allez parfois voir des professionnels de la santé par rapport à la contraception, pour avoir besoin d'informations ou de renseignements ?

H6 :

Absolument pas

F6 :

Pas du tout.

Zoé :

Ok, et est-ce qu'il y a une raison à ça ? Est-ce que vous avez une mauvaise relation ou pas de relation avec des professionnels de la santé comme tu disais ?

H6 :

Non, je pense qu'on aurait aucun problème de parler de notre sexualité et de parler de la contraception, mais je veux dire. En plus, on n'a jamais eu vraiment le besoin de se dire qu'on doit aller voir là-bas, quoi ?

F6 :

Comme moi je gère, enfin je gérais, entre guillemets, avant ,la contraception, Ben j'allais chez la gynéco, j'allais toute seule, je lui demandais pas de m'accompagner. Ou il y a eu un cas où j'ai eu des petits soucis et il m'a accompagné plus. Mais sinon juste le point de vue contraception, je... Tu venais pas avec moi et enfin ça coule de source pour moi, voilà.

Zoé :

Et pour quelle raison est ce que c'est important pour vous de faire différemment de ce qui est la norme ? Pour l'instant, dans un couple où c'est souvent la femme qui prend une contraception hormonale, pour quelle raison vous avez voulu changer, faire différemment?

H6 :

À ce niveau-là ? Bah comme j'ai expliqué tout à l'heure avec le stérilet y a eu ce petit problème de libido donc à ce niveau-là on s'était dit, voilà, on va peut-être changer, mais. À fortiori, je pense que c'est surtout F6 qui voulait plus une égalité à ce niveau-là. Hommes, femmes du partage, de la contraception. Ce qui me va totalement. Donc c'est vrai que de prime abord on va, on va plutôt partir sur oui c'est la femme qui prend la contraception c'est une question d'habitude, et je vais dire au niveau culturel c'est plus comme ça qu'on vous renvoie les choses, donc maintenant voilà, elle a décidé d'enlever son stérilet et que je gère la contraception. Moi j'ai aucun problème avec ça donc c'est comme ça pour l'instant. Et on verra pour la suite. À ce niveau-là.

F6 :

Ouais, c'est ça. J'ai pris une décision. De par aussi parfois des moyens de communication sur lesquels je suis, Facebook, Instagram, des comptes et voilà petit à petit, l'envie a voulu aussi de se mettre à 50 50 même si y avait d'autres raisons derrière. Mais voilà, en gros le deal pour le moment c'est : j'ai géré la contraception pendant x années. Il la gère pendant x années et si à un moment je dois y revenir, j'y reviendrai.

Zoé :

Ok.

F6 :

A voir pour le long terme, mais c'est plus ou moins le deal qu'on s'était posé. Excepté voilà les enfants. Enfin voilà, il y aura des moments où faudra, ça changera peut-être, mais pour l'instant, c'est-ce sur quoi on essaie de se tablez quoi.

H6 :

Je pense qu'on va ici la prochaine étape, ce sera au niveau des enfants, une fois que (rires de F6). Enfin, j'ai pas dit tout de suite mais quand les enfants seront enfin, qu'on aura les enfants qu'on veut et qu'on se dit « là on a le nombre qu'on souhaite » à ce moment-là, on verra sur une contraception un peu plus radicale.

Zoé :

Radicale dans le sens?

F6 :

Ben vasectomie. Ça ou la ligature des trompes. On verra un peu la question se posera à ce moment-là. Je pense qu'on va pas, on va pas déjà voir qui le fera, mais il y aura sûrement en tout cas une envie de faire un truc définitif une fois qu'on aura eu le nombre d'enfants qu'on aimerait ? Voilà.

Zoé :

Ok ! Alors j'ai une dernière question pour vous, enfin c'est plutôt une réflexion pour avoir votre avis à chaud par rapport à un sujet d'actualité ? Je sais pas si vous avez suivi un peu mais il y a 2 3 semaines maintenant ils ont annoncé dans les journaux scientifiques qu'il y avait une découverte d'une pilule sans hormone. Pour les hommes. Qui aurait un effet immobilisant sur les spermatozoïdes pendant un certain temps, un certain laps de temps. Et donc ça les rendrait

inefficaces et c'est totalement réversible, à 100% pour l'instant chez les souris mâles, en tout cas pour l'instant ça a été testé que chez des souris. C'est en tout cas une grande promesse et il y en a même qui disent que ça pourrait être mis sur le marché d'ici 2024. Qu'est-ce que vous pensez par rapport à ça, est-ce que ce serait quelque chose que vous pourriez envisager dans votre couple?

F6 :

Moi j'aurais dit « enfin », tu vois! (rires) Mais moi je trouve que ... à en discuter parce que après, on est pas non plus renseignés sur tout. Moi quand j'avais été déjà ma gynéco, j'avais demandé un petit peu, mais c'était tous des trucs pas sûrs non plus qu'elle me disait pour les hommes. Et ben en tout cas, moi, ce serait envisageable qu'il prenne ça ? Maintenant, s'il veut pas parce que c'est son corps, maintenant, je veux dire les, les femmes l'ont fait pendant des années, donc ce serait peut être parfois bien que ce soit inversé, c'est mon avis là-dessus mais on en discutera au moment mais toi tu voudrais pas, pourquoi ?

H6 :

Pourquoi ? Bon, parce que encore une fois, c'est testé sur des souris. J'ai pas la même anatomie qu'une souris. J'attendrai d'abord qu'il y ait des expérimentations humaines et que je ne sois pas le premier, j'ai pas envie d'être un cobaye et attendre de voir un peu les résultats et les résultats sur le long terme aussi. Pas que les résultats court terme, mais vraiment les résultats à long terme. Donc je pense que d'ici là je pense qu'on aura nos enfants et que ce sera plus radical et donc je pense que ce truc-là j'y penserai jamais. J'y réfléchirai jamais à ça.

Zoé :

Ok, c'est plutôt niveau fiabilité de la méthode du coup que tu te poses des questions? Si je comprends bien?

H6 :

Bon la fiabilité non parce que ça peut être très fiable mais c'est plus pour le long terme. Les effets secondaires au niveau du long terme où on ne sera pas forcément au courant. Et que j'attendrai, j'attendrai de voir un petit peu à ce niveau-là. Alors effectivement peut être que dans 20 ans je dirais à mon gamin tu peux prendre ça. Apparemment, c'est sans souci, mais moi personnellement dans le laps de temps où j'en aurais besoin ? Je pense que ce sera encore des questions et on ne saura pas trop quoi donc. Pour moi non, pour mon gamin peut-être on verra.

Zoé :

Ok, d'accord, ben je sais pas si vous avez quelque chose à rajouter, que j'aurais pu oublier de questionner, mais en tout cas moi c'était ma dernière question pour vous.

F6 :

Bah comme ça je pense pas. Ouais, juste je peux rajouter un truc c'est que cette idée de devoir attendre. Je pense qu'au début, les femmes ont dû se lancer et elles avaient pas le choix, donc je trouve que c'est normal que certains se lancent à un moment pour essayer surtout s'il y a des études préalablement faites. Maintenant, quand c'est des nouveaux, de nouvelles choses. C'est toujours un peu compliqué. Donc voilà mais sinon ? Je pense qu'on a plus rien à te dire si t'as plus besoin de nous.

Zoé :

(remerciements, clôture de la conversation)

Entretien 7

Zoé :

[Rappel du cadre] Alors du coup je commence, donc je m'appelle Zoé, je suis en mémoire en santé publique et j'ai 24 ans. Si vous pouvez me dire chacun votre âge et votre secteur d'activité et ou d'études.

F7 :

Okay, alors je suis juriste et j'ai 24 ans donc voilà.

H7 :

Ok, moi j'ai 25 ans et je suis toujours étudiant en biologie moléculaire.

Zoé :

Après au niveau du parcours personnel, quand est-ce que vous avez entendu parler pour la première fois de contraception, donc chacun de votre côté.

F7 :

Moi je pense que j'avais... Je pense que j'étais en première secondaire. Peut-être enfin dans ces eaux-là, on a vu vers 12 ans, ouais.

H7 :

Moi, je pense déjà en primaire. Je pense qu'on avait déjà des cours de... Une sorte de cours d'éducation sexuelle, je pense enfin quand je dis primaire, je dis la fin de la primaire donc je dirais genre 11 ans tout ça.

Zoé :

Ok, d'accord, et est-ce que chacun vous avez déjà eu un moment pour parler de contraception avec un professionnel de la santé ?

F7 :

Oui, moi. Enfin avec mon gynéco quoi.

H7 :

Ouais, moi non je pense pas, je pense pas.

Zoé :

Ok d'accord et du coup donc toi qui a déjà été chez le gynéco, comment ça s'est passé les premières fois ? Enfin, comment globalement ça se passe?

F7 :

Euh bah vu que la première fois que j'ai été, j'avais 15 16 ans et en fait... C'est ma mère qui voulait que je prenne une contraception parce qu'elle trouvait que j'étais, voilà en âge de faire des bêtises avec des garçons et qu'il fallait être prudent, et cetera. Et du coup, c'est pour ça que j'ai été. Et j'avais pas beaucoup de questions parce qu'en fait, on avait eu un cours de biologie. Euh, dans lequel on avait parlé de contraception. Et du coup je savais déjà ce que je voulais et j'avais pas tellement de questions donc j'ai pas demandé grand-chose après enfin ouais. Je pense qu'il aurait expliqué, si j'avais demandé. Mais c'est tout.

Zoé :

Ok, et maintenant au niveau de votre couple, depuis combien de temps vous êtes ensemble ?

F7 :

Euh, 2 ans et demi.

Zoé :

Ok et pour le moment du coup, qui prend une contraception dans votre couple ?

F7 :

Ben pour l'instant personne. Enfin, on utilise des préservatifs.

H7 :

Du coup c'est moi, je suppose (rires)

Zoé :

Oui c'est ça, c'est comme si c'était toi. Ok. Et est-ce que depuis le début où vous êtes ensemble, il y a eu des changements de contraception ?

F7 :

Ouais ouais moi j'avais un anneau contraceptif du coup, depuis ben mes 15 16 ans, j'utilisais cette contraception. J'ai jamais arrêté. Et ouais, et donc là j'ai arrêté ma contraception en en octobre.

Zoé :

Et ce que vous pouvez me dire juste pourquoi ces changements ont eu lieu ? Enfin, s'il y a quelque chose qui a déclenché?

F7 :

Bah je pense que c'est surtout moi qui avais envie de... De plus connaître mon corps et tout ça comme j'ai toujours été sous contraception, j'avais un peu envie de ...ouais. Enfin, j'avais envie d'arrêter, j'avais envie de... Plus naturel quoi.

H7 :

Ouais je pense dans... Le fait que beaucoup de gens reportent que c'est pas toujours très bon pour la santé d'être toujours sous traitements hormonaux pour la contraception que je pense que t'as décidé de d'arrêter.

Zoé :

Ok donc c'était plus par rapport aux hormones?

F7 :

Yes, j'ai pas mal d'amies qui ont arrêté donc voilà, ça m'a fait un peu me poser des questions.

Zoé :

Ok. Quand est-ce que vous en êtes arrivés à parler de contraception ? La première fois dans votre couple ?

H7 :

Ça, c'est une bonne question, mais moi je pense que même quand on était pas vraiment ensemble, qu'on se côtoyait et qu'on avait des relations sexuelles. Fatalement ces questions se posent assez rapidement quand même. On a pas eu de discussion en profondeur sur la contraception, mais on savait.

F7 :

Ouais c'est ça, après quelques fois, on a juste demandé. Après avec l'anneau contraceptif tu vois assez facilement quand t'as des relations sexuelles (rires) donc on a pas eu besoin d'en discuter beaucoup.

Zoé :

Ok, donc il y en a pas un d'entre vous ou enfin un des deux dont la question est venue en premier?

H7 :

Non non, mais en fait, on est parti du principe que, enfin, F7 se contraceptait, donc , c'est vrai que je me suis jamais posé la question de me dire "Ah peut être que je devrais lui proposer, moi, de..." De me contracepter, ou qu'on change de méthode, c'est un peu automatique en mode ouais elle a son anneau donc voilà.

Zoé :

Ok. Et est-ce que du coup, depuis que vous avez fait des changements, enfin, depuis que t'as arrêté l'anneau et que vous avez recommencé le préservatif, est-ce que vous avez eu des contacts avec des professionnels de la santé par rapport à ce qui serait envisageable comme autre contraception ou pas ?

F7 :

Pas vraiment non, mais on a lu un livre, oui, sur la contraception masculine, pour voir un peu ce qui se faisait. Et voilà et finalement enfin c'est pas... On a quand même trouvé que le plus simple, ce serait d'utiliser un préservatif ? Mais on s'est un peu renseignés, quoi.

H7 :

Mais on a pas eu de conseils de quelqu'un dans la santé.

Zoé :

Ok, et quand tu dis le plus simple c'est niveau moyen pratique pour le moment au niveau dans tout ce qui existe dans les contraceptions masculines ou le budget...?

F7 :

Moi en tout cas j'ai plus envie de. Enfin, je pense que je me suis contraceptée pendant vraiment longtemps et là j'ai plus du tout envie. Donc voilà pour ma part et H7 ben

H7 :

Moi j'estime et c'est peut-être un peu fainéant de ma part parce que je dois faire plus d'efforts pour trouver des méthodes et tout ça parce que je pense que c'est possible. Mais pour l'instant,

la contraception masculine, elle est pas très accessible. En tout cas, enfin, peut-être que j'y mets pas assez d'efforts, certainement, et donc du livre qu'on a qu'on a lu, les conclusions que j'ai, c'est que c'était assez compliqué pour l'instant que même s'il y a des preuves que la contraception masculine comme le slip chauffant ou d'autres choses comme ça fonctionnent, c'est un peu... Voilà toujours difficile d'accès et donc fatalement la chose la plus simple qui est facilement trouvable dans le commerce, qui est facilement, qui est facile d'accès, c'est le préservatif.

Zoé :

Et donc je reviens aux professionnels de de la santé, au niveau de la relation que vous pouvez avoir avec eux en général, comment vous la qualifieriez ?

H7 :

Ouais, je vais aller très rarement chez le médecin parce que je suis assez rarement malade, je n'aime pas particulièrement ça et je pense que je suis assez gêné quand je vais chez le médecin de manière générale, que ce soit pour un problème intime ou pas. Mais bon, j'ai jamais eu beaucoup de problèmes donc je sais pas... Je sais pas comment me positionner par rapport à la relation que j'ai avec les médecins.

F7 :

Euh moi du coup j'ai le même gynéco depuis super longtemps, mais en fait il est à Tournai donc il faudrait que je change mais j'ai peur. Enfin, en fait, je trouve ça vraiment effrayant de confier sa santé à quelqu'un et d'avoir confiance quoi. Moi j'ai déjà eu plusieurs problèmes...c'était pas du tout par rapport à la gynécologie, mais de médecins qui trouvaient pas ce que j'avais, enfin c'était... J'ai dû en faire plusieurs, on me disait tout et son contraire et du coup je suis un peu méfiante. Je crois que c'est jamais très agréable d'aller chez le médecin, c'est toujours un peu... ça fait un peu peur, je sais pas, je trouve ça stressant et je suis toujours mal à l'aise.

H7 :

Ouais, moi par opposition, je pense, même si je vais pas beaucoup, j'ai beaucoup de confiance dans les médecins et tout ça je pense.

Zoé :

Et pour quelles raisons c'est important pour vous de faire différemment de la norme ? D'un couple hétérosexuel qui pour l'instant est une femme prend une contraception hormonale et l'homme est assez passif.

F7 :

Mais parce que ça a aucun sens de laisser reposer tout le poids de la contraception sur la femme ? C'est hyper injuste et je pense que ... Oui, en fait, c'est pas du tout logique que ce soit à moi d'y penser plus qu'à H7 on est d'accord là-dessus sur le fait qu'on doit partager. Partager les tâches et la charge aussi que ça représente. Et ouais, que ce soit pas tout le temps à moi d'y penser.

H7 :

Oui et d'autant que il y a toujours ce côté de “c'est pas forcément bon pour la santé” et que du coup ça détruit son corps, pas le mien, et c'est pas normal qu'elle soit la seule à en pâtir.

Zoé :

Ok, alors j'ai une dernière question pour vous c'est plutôt de la réflexion. Donc je sais pas si vous avez entendu parler, c'était il y a 2 semaines. La découverte enfin, les essais qui ont marché pour l'instant à 100% d'une pilule contraceptive pour les hommes qui en fait ne serait pas hormonale mais fonctionnerait plutôt au niveau chimique. Et qui immobiliserait en fait les spermatozoïdes pendant un certain laps de temps. Et donc, ce serait une pilule à prendre avant un rapport dans un certain délai et la réversibilité après, donc le fait que l'homme redevienne fertile après ce laps de temps, est, en tout cas pour l'instant chez des souris mâles, de 100%. Et pour l'instant c'est l'essai clinique le plus probant, qui pourrait vraiment arriver incessamment sous peu. Est-ce que du coup vous c'est quelque chose que vous envisageriez d'utiliser ou pas ? Et pour quelle raison ?

H7 :

Ouais, à fond. Ouais, si on a assez de d'évidences scientifiques que c'est pas toxique et qu'il y a aucun... Même que c'est irréversible, bien sûr, pourquoi pas ?

F7 :

Mais ouais, si les effets secondaires sont pas horribles ouais...

H7 :

Tant que finalement, le but aussi, c'est... faut que ce soit vraiment pas toxique parce que je pense que le but, c'est pas que moi je commence...

F7 :

Non, c'est pas parce que je suis fâchée d'avoir pris une contraception pendant aussi longtemps, d'avoir abîmé mon corps pendant aussi longtemps que j'ai envie de qu'il subisse la même chose, mais...

H7 :

Ouais, si ça marche, si c'est prouvé, oui sans problème.

F7 :

Mais moi, j'ai juste un... Par rapport à la spontanéité du truc, est ce que... C'est une pilule que tu dois prendre une demi-heure avant et du coup calculer quand est-ce que tu vas avoir des rapports ? Et enfin, ça dépend de ça aussi. Si tu peux le prendre vraiment dans les quelques minutes qui précèdent le rapport, oui. Mais c'est quand même... Je sais pas. Peut-être de temps en temps, mais du coup, ce serait plus occasionnel et pas, et peut-être pas une contraception qu'on utiliserait à chaque fois.

Zoé :

Ok! Si vous n'avez rien à rajouter moi j'ai plus de questions pour vous, [*remerciements; consignes pour le questionnaire socio-démo et demande de faire passer l'annonce*]

Entretien 8

Zoé

[Rappel du cadre] Alors donc du coup donc je me présente je m'appelle Zoé, j'ai 24 ans et je fais mon master en santé publique à Alma. Donc du coup je vous laisse juste donner votre âge et votre secteur d'étude ou d'activité.

H8

Ben moi c'est H8, j'ai 24 ans et je viens de finir des études de bio ingénieur.

F8

Et moi, c'est F8, j'ai 23 ans et je suis en dernière année d'anthropologie.

Zoé

Ok. Alors, par rapport à la contraception, personnellement, quand et où ? Est-ce que vous avez entendu parler de la contraception ? Pour la première fois, donc chacun individuellement.

H8

Je réfléchis. C'est flou pour moi mais je pense que si je devais dire à un moment où en tout cas on a parlé sérieusement pour la première fois, c'est à l'école ou quoi ? Des gens sont venus nous expliquer les trucs et tout.

F8

Ok. Moi aussi, c'est assez flou et j'ai l'impression que, en humanité, il y avait quand même beaucoup de gens. Qui savaient pendant que moi je savais pas et donc je pense qu'il y a eu beaucoup de blagues, de trucs qu'on insinuait, et cætera, que j'ai pas compris. Je pense surtout de la part des garçons. Alors je sais pas si c'était sur la question de la contraception en tant que telle ? Ou si c'était plus sur ben tout ce qui touchait à l'acte sexuel mais je me rappelle de plein de trucs où je comprenais pas du tout, genre les allusions. Je comprenais rien ? Euh voilà en même temps, je pense que vers la 4e humanité on a une journée d'éducation sexuelle, mais je pense que enfin à ce moment-là, on savait déjà tous à peu près, en tout cas les filles aussi. J'ai une première copine qui a eu des petits copains. Et cette grande idée que il fallait absolument mettre un préservatif. Je pense que c'est... Et la pilule, il y a eu les 2. Du coup, je connaissais pas d'autres moyens de contraception. Il y a eu le préservatif, genre comme tu vois la grande phrase, quoi, "attention" qu'on se disait même sans avoir déjà vu un préservatif dans notre vie

quoi ? Genre “fais bien attention à mettre un préservatif”, c'est à dire un peu une doctrine qu'on répète de femme en femme. C'est ma maman qui m'a toujours dit ça. Donc, et la pilule, j'ai l'impression qu'elle est arrivée quand même avant que le moyen de contraception, elle est arrivée dans nos cercles par les boutons, les règles, tout ça. Il y avait souvent cette idée de “bon, je dois la prendre parce que j'ai des règles super douloureuses, mais bon, c'est quand même pratique parce que du coup je devrais pas parler avec mes parents quand je voudrais avoir un rapport sexuel.” Voilà. Ouais donc 14 15 ans.

Zoé

Ok, d'accord. Alors, est-ce que vous avez donc encore individuellement, est-ce que vous avez déjà eu un moment pour parler de contraception avec un professionnel de la santé ?

H8

Bon, moi je pense que jamais j'ai eu l'occasion d'en parler.

Zoé

Ok.

F8

Même avec les professionnels d'éducation sexuelle en secondaire?

H8

Ben ouais mais genre, on en parlait pas en tête-à-tête quoi. Enfin oui, d'accord, ils nous expliquaient un peu comment ça marchait, mais.

Zoé

Donc pas un rendez-vous entre deux personnes qui parlent de contraception, c'est ça ?

H8

Ouais non.

F8

Ben moi, évidemment oui, j'ai eu plein de rendez-vous pour la contraception un peu comme toutes les femmes hein. Donc, quand j'ai commencé à avoir des rapports sexuel, il y a un peu ce rendez-vous obligatoire avec une gynécologue pour... enfin obligatoire moralement, entre

guillemets. Parce que enfin, en vrai, il y a d'autres façons de s'informer sur la contraception et du coup peut-être éviter le tête à tête très gênant, où on t'expos toutes les manières de te protéger quoi.

Zoé

Ok. Et du coup pour toi du coup F8, qu'est-ce que t'as ressenti pendant les discussions ? La première fois que t'as été donc voir la gynécologue, comment ça s'est passé ? Tu disais que c'était un peu gênant...

F8

Ouais non mais moi j'ai un très mauvais rapport avec parce que du coup j'ai fréquenté beaucoup les plannings familiaux et j'ai eu plein d'autres expériences de violences gynécologiques donc. Et bah donc forcément, ma mémoire est peut-être un peu altérée par après tout ce qui s'est passé voilà, mais je me suis jamais sentie à l'aise. En plus donc moi j'ai jamais voulu prendre de contraception hormonale. Parce que ben enfin voilà, il y a plein de raisons, mais enfin principalement parce que j'ai envie de rester très connectée à mon corps et que je sais que la prise, par exemple de la pilule, tout ça, ça altère tes hormones et bon. Bref, c'est quelque chose que je souhaite pas et donc à part cette option là où le stérilet en cuivre, enfin, y a pas vraiment d'autres options. Donc j'y suis toujours allée avec un peu cette peur de ne pas être comprise par eux. Et devoir me justifier en fait de pourquoi je voulais pas prendre la pilule. Euh, et c'est toujours un peu ce qui s'est passé. Même si j'ai rencontré une personne géniale en planning familial. Mais de façon générale et mon premier rendez-vous, il y avait toujours ce truc, un peu culpabilisant de "Bon, d'accord, c'est très mignon mais bon quand même, Mademoiselle, vous allez avoir des relations sexuelles, il faut vous protéger" et cetera, et cetera quoi ?

Zoé

Ok, et le fait d'avoir conscience que les hormones altèrent ton corps et tout ça, tu t'es renseignée quand t'étais plus jeune ou t'en avais entendu parler et ça t'a fait peur ?

F8

Je sais pas d'où ça vient exactement. Je pense que il y a un terreau familial aussi. Tu vois genre ma famille est assez alerte sur toutes ces questions et je pense que enfin, moi j'ai été beaucoup à des festivals. Le festival des libertés. Enfin, j'ai lu beaucoup de trucs documentaires ou enfin je me renseigne beaucoup sur ces questions-là du féminisme déjà depuis très jeune et je pense que... Enfin, j'ai beaucoup réfléchi, sur ce qu'on mangeait, ce qu'on mettait dans notre corps, et

cætera. Et je me rappelle d'un documentaire. Est-ce que ça vient avant ou après ma famille, tout ça, je sais pas trop mais... Ce qui est clair, c'est que ça va vraiment m'influencer. De façon très nette quoi.

Zoé

Donc maintenant au niveau de votre couple, depuis combien de temps que vous êtes ensemble?

H8

3 ans et demi, presque.

Zoé

Et donc pour le moment, qui prend une contraception dans le couple ?

F8

En fait vraiment, on a une histoire hyper compliquée autour de la sexualité et peut être qu'il faut qu'on t'explique pour que après tu puisses comprendre notre rapport à la contraception. Notre contraception, c'est le préservatif. Ouais, et donc c'est à priori plus H8 qui serait sensible de le mettre. Moi je prends pas de pilule, j'ai enlevé mon stérilet en cuivre.

Zoé

La question d'après donc : est-ce qu'il y a eu des changements de méthode de contraception depuis le début de votre couple et pourquoi ils ont eu lieu ?

F8

Donc on s'est mis ensemble, c'était le tout début du confinement. Moi, j'avais jamais eu de relation sexuelle, j'ai pris un rendez-vous quand j'ai commencé, que j'ai compris que ça allait bientôt arriver. Sauf que le rendez-vous est dans 3 mois et que donc en fait on a été confiné à ce moment-là, donc mon rendez-vous a été annulé. Ce rendez-vous pour avoir accès à tous les moyens de contraception que je connaissais déjà à peu près(rires). Mais bon, qui est un peu un moment de passage comme ça, un peu obligatoire dans une éducation sexuelle il a eu lieu alors qu'on avait déjà mis un préservatif, qu'on avait déjà eu des relations sexuelles et donc y avait une sorte de norme de voir tout ce qui était possible alors qu'en fait je les connaissais déjà. J'avais aussi autour de moi tout le réseau de femmes qui s'étaient posées ces questions mais il y a cette idée comme ça que la gynécologue a un savoir que auquel tu n'as pas accès donc bon donc j'ai été et donc comme je le disais toujours avec cette idée de devoir se justifier par rapport

à pas vouloir prendre de moyens de contraception hormonale. Et donc aussi une option. Pour les femmes, c'est le stérilet en cuivre. Ce qui me semblait être une plutôt bonne option parce que. Bah c'était la seule (rires). Donc, on a attendu encore, je pense. J'ai été faire des examens pour mettre un stérilet comme il y a toute une sorte de procédure. Ça s'est mis finalement que en septembre. Euh donc voilà enfin c'est un moment évidemment assez stressant parce que c'est mettre un corps étranger, et cetera. Euh, et en fait le stérilet en cuivre me convenait absolument pas. J'ai eu des douleurs horribles, horrible. Si bien que ça a énormément freiné notre sexualité pendant ce moment-là parce que ben c'était plus possible de d'associer mon vagin ou mon utérus à des zones de plaisir étant donné à quel point je souffrais, donc je souffrais, j'avais pendant la période prémenstruelle, je souffrais énormément, pendant mes règles, je savais presque plus me tenir debout, j'avais des crampes qui me foutaient à terre H24 et j'avais aussi des énormes problèmes pendant ma période d'ovulation donc c'était à peu près non stop. En fait, il y avait peut-être 10 jours de répit sur mon cycle. Après j'avais pas très bien compris que le stérilet en cuivre il était là pour enflammer en fait tout ton utérus, et c'est aussi un truc que je trouve assez intéressant c'est que ben t'as ce truc de le personnel de la santé qui est censé t'avertir enfin posséder le savoir et t'avertir entièrement. Mais ça, par contre, vous me l'avez pas vraiment expliqué quoi. C'est ma sœur qui a fait des recherches parce qu'elle voulait aussi, mettre cette contraception qui me l'a expliqué. Donc voilà donc j'ai dû retirer le stérilet en cuivre. Sauf qu'en fait, au moment où j'ai retiré le stérilet, ça s'est super super super super mal passé. Euh, la gynécologue qui me l'a enlevé... c'est super mal sorti. Enfin moi je saignais énormément, je tremblais, je suppliais qu'on arrête, personne n'écoutait, la porte était ouverte, on a fait venir d'autres médecins, et cætera. Et je pense que c'est un traumatisme que j'ai gardé dans mon corps et qui a donné du vaginisme. Donc du coup, forcément, après ça complique de créer une sexualité autour de ça ? Mais voilà donc forcément, retour au préservatif du coup, et sans moi. Le stérilet, c'est fini à tout jamais quoi.

Zoé

Ouais, je peux comprendre avec ce que tu décris. Et tu l'avais gardé combien de temps du coup, le stérilet ?

F8

Je pense 5 6 mois, et genre ma sensation, c'est que j'ai attendu vraiment longtemps quoi, genre tu vois ? J'avais cette idée que peut-être c'était mon corps qui devait s'adapter. Que ça allait aller mieux avec le temps.

H8

Surtout qu'on comprenait pas, parce qu'on nous répétait que le stérilet, là ça fait pas mal, c'est bien et cætera.

F8

Moi, j'avais quand même été prévenue par des amis qui m'avaient dit non s'il te plaît, mets pas ça, ça va vraiment être dur. Notamment une amie qui m'avait expliqué que ça s'était super mal passé pour sa maman. Mais comme c'est la seule option, t'essayes d'espérer que ton corps supporte le truc et que c'est juste de ta faute, que c'est que les quelques premiers mois, mais que ça va passer. Et c'est difficile d'abandonner la seule option aussi...

Zoé

Sans l'avoir essayé ?

F8

Ouais ouais, c'est ça. Mais et surtout même en l'ayant essayé. Enfin tu vois quand j'étais en train de souffrir avec le stérilet que déjà j'avais super peur de le retirer et puis enfin je me sentais aussi un peu... à court de possibilité, enfin tu vois après y a plus que la capote ... Enfin toutes les autres moi, c'est hors de question que je prenne... Je ne veux pas prendre des hormones et ce genre de trucs donc. Du coup, j'étais obligée, c'était soit ça, soit rien quoi. Et donc du coup je pense que dans cette culpabilité que si ça marche pas, y a plus d'options. À part le retrait, ce genre de choses, si on ne veut pas mettre un préservatif. Oui bah du coup ça m'a un peu, je pense que ça m'a poussé à le garder au moins 2 3 mois de plus. S'il y avait une autre option que le stérilet en cuivre, je crois que directement, je l'aurais enlevé et j'aurais pris l'autre option quoi.

Zoé

[faits personnels] Mais du coup, je compatis, je comprends. Et du coup, comment vous en êtes arrivés à parler de contraception la première fois, à vous deux ?

H8

Je crois que c'était bien évidemment le premier rapport sexuel et tout on commençait à se poser des questions.

F8

On en a jamais vraiment parlé hein.

H8

Bah y a quand même des moments, on en parlait, mais c'était plus après... Ben si moi je me rappelle quand même que... Tu voulais pas trop qu'on mette une capote et moi j'étais un peu inquiet j'étais là heu attention...

F8

Ça c'est bien bien plus tard, c'est pas les premières fois.

H8

Quand même un peu au début, hein ?

F8

Genre, quand ça faisait 4 5 mois quoi ?

H8

Ouais, mais on n'a pas commencé à avoir des relations sexuelles tout de suite non plus.

F8

Oui, oui, là on s'est pas regardés dans les yeux et dit...

H8

Oui c'est sûr. On a pas eu de conversation en tête-à-tête où on se dit Ok.

Zoé

C'est plutôt par après...?

F8

En fait, moi j'ai surtout l'impression que... Je sais même pas si je t'ai dit que je prenais pas la pilule. Je sais même pas s'il était au courant.

H8

Ben si j'étais au courant parce que du coup, j'étais inquiet pour ça justement.

F8

Oui, mais après, ça... C'est parce que là, on a l'impression que c'est genre le tout début. Enfin tu vois vu que ça fait plein de temps. Au tout début... Oui, je pense pas que je t'ai dit que je prenais pas la pilule.

H8

C'est sûr, mais après au début on faisait pas vraiment l'amour non plus. Je veux dire, c'était progressif. Je sais pas trop, je veux dire.

F8

Mais quand on a commencé à faire l'amour.

H8

Ouais, peut-être, j'avoue que je me rappelle plus, c'est flou.

F8

Ce que je me rappelle. C'est que le préservatif, ça a direct été genre... on en a pas parlé, ça a été super spontané quoi tu vois ? Je pense qu'on avait tous les deux des préservatifs, on les avait tous les deux rangés dans un endroit près du lit.

H8

Ouais, ça c'est sûr. La classique enfin voilà, c'est genre on fait attention au cas où, on prend pas de risques.

F8

Moi, ce que je voulais dire, c'est que j'ai l'impression que au début de notre sexualité il y avait ce truc de euh. On était déjà assez gêné par le fait que on allait commencer à faire l'amour, donc on l'a pas verbalisé. On savait que ça allait arriver mais c'est parce que c'était à peu près tous les deux notre première fois. Aussi. Enfin, on avait pas eu d'expérience et je pense qu'à refaire moi, je prendrai un moment. Et parler vraiment du consentement.

H8

Ouais le consentement enfin...

F8

Oui oui on était consentants mais [faits personnels]

H8

On a pas eu ce moment d'échange. Ouais c'est vrai, c'est qu'on n'a jamais eu. Peu en fait. Mais sinon En bref entre toi et moi, on a toujours parlé de manière relativement spontanée quand le problème se posait ou quand on se pose des questions par rapport à ça, alors on en parlait, tu vois ?

F8

Et puis je pense que on en a parlé quand j'ai eu un rendez-vous chez le gynécologue, je l'ai dit à H8, que j'avais rendez-vous. Il a dit qu'il voulait m'accompagner. Les trucs du genre quoi.

Zoé

Et donc vous avez été à deux à des rendez-vous gynéco, dont le premier. C'est ça ?

F8

Bah ouais, sauf qu'il a été annulé. Et on s'est retrouvés devant la porte. Et on s'est rendus compte que c'était annulé. Et le premier rendez-vous stérilet je crois que je suis allée toute seule, mais bon. C'est dans ma rue aussi, donc du coup. Enfin le planning familial il est en haut de ma rue, donc c'est, c'est plus facile aussi. Et par contre, quand j'ai mis mon stérilet, H8 était là.

H8

Pas dans la salle.

F8

Pas dans la salle. Mais il était chez moi du coup et il dit "Bah je fais du thé, genre un truc à manger pour après". Il est resté à côté de moi l'après-midi.

H8

Il y a aussi bah ça c'est encore une autre histoire mais il y a aussi les fois où on a fait un test de grossesse et ouais, c'est aussi un gros fiasco je pense. Parce que bref, test de de grossesse. On savait pas s'il était positif ou pas, c'est pour ça qu'on va voir le planning.

F8

Ouais, en gros c'était une ou deux semaines après que j'ai retiré le stérilet et j'avais été faire une prise de sang et que du coup j'avais genre des sortes de nausées quoi. Je comprenais pas, je fais une prise de sang et la prise de sang donnait rien et j'en parle avec ma voisine qui travaille dans

un planning familial et elle me dit F8 genre sérieusement. Même si tu penses qu'il y a rien, demain va faire un test de grossesse et du coup on était à la maison avec H8 et je dis bien sûr. Enfin, moi j'en ai marre, c'est tout le temps à moi d'aller dans ce planning familial qui comprend rien, tu vois, je venais de subir le traumatisme. Avec l'enlèvement du stérilet. Du coup, j'ai envoyé H8.

H8

Ouais, du coup j'ai été chercher un truc de grossesse, ils m'ont expliqué vite fait. Bref, et du coup on rentre, on fait le test et là on voit "Ah bah génial, elle est enceinte." Je retourne là-bas et je dis, vous êtes sûr que c'est ça parce que moi j'avais un doute, je comprenais pas parce que tu vois y a une petite barre, un T et moi dans ma logique genre la barre ça veut dire il y a rien. Quand même tu vois, t'as deux personnes qui sont a priori formées qui t'expliquent un truc, tu les crois tu vois moi j'avais quand même un doute donc je retourne voir, je panique, je leur dis, "Bah écoutez, vous êtes sûrs?" ils me font "Ah, mais peut-être que le test est défectueux ? On va vous en redonner un autre." On refait le test, la même chose. Je retourne là-bas.

F8

C'était super gênant parce que j'avais mes règles, donc ça avait aucun sens que je sois enceinte et je dois faire pipi avec du sang et alors y a H8 dans la salle, moi qui m'assois et la gynécologue qui prélève.

H8

Finalement c'est moi qui regarde sur Internet et je vois que c'est pas ça quoi, que genre en fait le test il était négatif.

F8

Donc là ils nous ont dit qu'ils allaient attendre un médecin parce qu'ils pouvaient pas nous annoncer la nouvelle comme ça. Donc j'ai été attendre en bas et H8 est parti dire à mes parents qu'il y avait un problème. Puis ils sont arrivés tous les deux, la bouche en cœur en disant "désolés, on a mal lu le test de grossesse, vous êtes pas enceinte".

H8

Bref du coup une grosse panique totalement.

Zoé

Et donc du coup, quand vous avez dû faire des rendez-vous avec les différents gynécos dans les planning familiaux notamment. Enfin, avec cette fois-là et tout ça en général, comment ça se passe du coup, comment vous considérez votre relation ou votre rapport avec les professionnels de la santé ?

F8

Après en fait, H8 est jamais venu avec moi les rencontrer. Sauf cette fois-là.

H8

Oui, c'est ça, moi, je fais juste de soutien à distance. C'est aussi parce que il y a cette gêne tu vois genre, t'as un peu l'impression de pénétrer dans un circuit de femmes, t'as pas envie de déranger, tu comprends que c'est votre affaire privée entre toi et les professionnels donc moi je veux pas du tout m'immiscer. Donc voilà, je reste effectivement en arrière.

F8

Je pense que si on pouvait vraiment choisir ce qu'on voulait, moi j'aurais choisi que tu sois là, mais surtout gênée par rapport au gynéco que ça pourrait déranger. Tu vois que c'est un truc qui se sait pas, on sait pas si on peut pas demander que notre partenaire, soit là. Même si eux n'ont jamais témoigné quelque chose de la sorte, c'est juste nous qui imaginons que ça serait pas ... voilà quoi.

Zoé

Ok.

F8

Moi je trouvais qu'ils étaient hyper désinformés, pas du tout déconstruits. Super violents, y en a certains ça allait, mais vraiment, c'était l'exception qui confirme la règle et en plus dans le planning familial tu peux pas choisir sur qui tu vas tomber vu que on te prévient pas qui va te mettre, qui va te retirer le truc. Donc du coup c'est vraiment au petit bonheur la chance et vraiment, j'ai pas eu de chance quoi.

H8

Et au final, ça influence aussi mon rapport parce que du coup bah moi voilà à force d'entendre toutes les histoires atroces. Enfin, j'avoue que bah du coup j'ai plus confiance en eux et je trouve que ils sont je sais pas, j'ai pas envie de dire incompetents mais tu te poses des questions quoi.

F8

Et moi, j'aimerais bien aller dans d'autres manières, de considérer, entre guillemets, le sacré féminin. Enfin, tu vois, c'est un grand mot mais enfin un autre rapport, quelqu'un qui touche autrement, et cetera. Et j'aimerais du coup être suivie par une doula. Je sais pas si t'as déjà entendu parler de ça ?

Zoé

Je connais pas du tout non ?

F8

Ben en gros c'est des femmes qui sont pas forcément gynécologues mais qui t'accompagnent. En fait c'est quand tu es enceinte que tu peux prendre cette aide-là, c'est quelqu'un qui t'accompagne dans ton rapport à ton utérus. Avec qui tu peux vraiment parler, communiquer ? Et comme ben le vaginisme, c'est pas tout à fait parti. C'est compliqué à vivre. Ben, je trouve que c'est une autre approche beaucoup plus énergétique sans que ce soit quelque chose de mystique, tu vois enfin c'est juste, on va te toucher, on va écouter tes besoins, écouter ton corps, aller à un autre rythme, pas le faire dans un environnement, giga médicalisé et cetera. Et là, je suis sûre que je serais vraiment pas gênée de demander pour que H8 vienne dans ce cadre-là, alors que j'ai l'impression que dans les institutions médicales il y a un truc un peu de enfin "le patient suivant le patient suivant" et y a pas vraiment de place pour exprimer ce dont tu as vraiment besoin malgré qu'on touche un des trucs les plus intimes de ton corps.

[Partage d'informations personnelles]

Zoé

Et du coup mon autre question, c'est pour quelle raison pour vous, c'est important de faire différent de la norme, donc sous-entendu la norme maintenant dans un couple hétérosexuel, c'est la femme qui prend des hormones et il y a pas vraiment de discussion autour de ça parce que c'est un fait et c'est établi que ça va se passer comme ça jusqu'au moment où le couple voudra des enfants.

H8

Ben moi, c'est fort important parce que je trouve que c'est déjà très inégal comme traitement parce que enfin F8 et moi on fait quand même attention, mais finalement c'est F8 qui se prend quasi toutes les violences. Enfin, avec son stérilet, je vois ça toutes les violences avec le stérilet,

avec les hormones, et caetera. Et c'est quand même des choses qui sont enfin, qui peuvent vraiment altérer le corps pendant longtemps? Je sais pas dans notre éducation, on passe peu ça sous silence, mais en fait, ouais, c'est quand même pas si simple que ça hein, tu prends pas des hormones comme ça ? Sans qu'il y ait des conséquences, des choses comme ça quoi. Et voilà, pour moi, c'est pour ça que c'est important de faire un peu différemment.

F8

Moi, j'ai l'impression que c'est moi qui suis venue avec ces questions-là et que maintenant H8 a ce discours. Le discours enfin féministe. C'est une charge partagée, ça d'accord, mais par rapport aux hormones, je pense que tu te serais retrouvé avec quelqu'un qui prenait la pilule, tu l'aurais pas, Le discours de est ce que c'est vraiment un choix consenti, réfléchi, et cetera de prendre la pilule.

H8

Non, je suis d'accord avec toi, mais après c'est sûr que enfin je me posais déjà ce genre de questions. Enfin pas par rapport aux hormones, tu vois ? C'est toi qui m'as appris, mais je trouvais quand même que voilà, il y avait matière à réfléchir sur la question de l'égalité. Mais ça, on est tout à fait d'accord. Mais effectivement, quand tu m'as expliqué qu'en plus les hormones c'est encore plus trash justement.

F8

Y a plus de morts, de thrombose par la pilule que par le vaccin du COVID. C'est quand même un peu problématique, hein ? Oui, du coup moi ouais, j'ai l'impression que... En fait, moi j'ai l'impression que c'est super, en prenant le contre-courant de ce que tu dis, l'impression que c'est super normal de devoir partager ça et de devoir, en tout cas réfléchir à ensemble comment on fait pour que ce soit pas une charge corporelle ou émotionnelle pour l'un des deux quoi. Je trouve qu'il y a un truc de genre enfin, de catégorie de genre qui se reproduit encore là-dedans, c'est à dire que c'est souvent à moi de rappeler quand acheter ou à moi d'en acheter (sous-entendu : des préservatifs). Genre H8 a jamais eu l'initiative tout seul. Mais bon, c'est aussi peut-être lié à nos personnalités qui sont que genre, H8 est plus tête-en-l'air et "j'aime pas trop faire des plans" ce genre de truc. Et moi, j'ai l'impression qu'il y a aussi un truc de genre qui se reproduit, où j'ai la charge émotionnelle de rappeler qu'on... Faut en acheter et voilà quoi.

H8

C'est vrai. Non, c'est sûr. Bon, ça dépend des moments aussi. Ouais, à une époque, je faisais plus attention mais...

F8

Et du coup ouais, du coup par rapport au préservatif, on en a toujours, souvent je lui rappelle d'en acheter en faisant une blague ou quoi...

H8

Ouais, c'est ça.

F8

Moi, je m'en rappelle, je pense que c'est un truc qui peut être intéressant pour ton travail. La première fois que j'ai été en acheter, des préservatifs, à quel point je me sentais une femme forte, tu vois ? Genre et à côté, on met, on réfléchit. Je pense que je me sentais comme ça parce que j'étais encore congelée dans plein de mécanismes sexistes et et misogynes qui dit qu'en fait, c'est pas une femme forte parce que tu décides de pouvoir toi-même réguler ta sexualité, ça te rend pas forte. En fait, c'est juste normal que parce que toi aussi t'as des relations sexuelles, tu peux toi aussi, avoir des préservatifs. Tu vois j'ai une amie, en soirée, elle a eu des relations sexuelles non protégées avec un gars, et qui auraient pu être dangereuses ou pas. Du coup, on avait décidé que ça serait trop cool d'avoir juste 2 ou 3 capotes dans ton portefeuille, quand tu pars en soirée quoi. Enfin, il est pas normal quand il va acheter des préservatifs et moi indépendante, on est tous les 2 normaux et indépendants. Quand on va acheter des capotes quoi. Ouais et du coup je trouve que l'impression qui est de se sentir valorisée en fait, elle est au final, quand tu l'intellectualises un peu dévalorisante quoi.

Zoé

Oui, je vois ce que tu veux dire. Et du coup, j'ai une dernière question pour vous, qui est une question de réflexion par rapport à l'actualité. Donc je sais pas si vous avez entendu parler, c'était il y a un mois maintenant, d'une pilule masculine qui avait des essais vachement probants pour le moment. Bon sur des souris mâles, pour l'instant, la contraception masculine qui a le plus de taux de réussite. Et en gros, c'est une molécule donc c'est pas hormonal mais c'est quand même une molécule chimique qui permet en fait d'immobiliser les spermatozoïdes pendant un certain temps et donc, quand ça arrivera sur le marché hypothétiquement, ce serait au mec de le prendre un certain temps avant le rapport. Et en tout cas pour l'instant sur les souris mâles, la réversibilité donc le fait que le mec redevienne fécond après, c'est de 100% après ce laps de

temps. Donc est-ce que vous vous seriez prêt à prendre cette méthode ? Et si pas pourquoi ? Si oui pourquoi ?

H8

Ben moi je serais grave prêt. Enfin, j'ai déjà essayé de me renseigner un peu sur d'autres méthodes, mais bon, il y avait une époque où y avait dans le slip qui resserrait les couilles donc je m'étais posé la question justement, on nous dit on le répète sans cesse ne pas avoir des slips trop serrés parce que ça va nous nous poser les problèmes de fertilité plus tard et là on vient nous dire "mettre un slip serré pour que je..." Bon bah ça c'est être quand même un peu compliqué. Il y a aussi un anneau, il paraît, et cetera un peu. Et puis sinon, bah la pilule, si effectivement moi ça m'intéresserait grave et je serais vraiment chaud la prendre. La seule question c'est comme toujours les effets secondaires mais d'après ce que tu me décris, ça a l'air assez honnête.

F8

Moi, je serais pas chaude que tu prennes ça. Je suis trop sceptique sur les trucs qui sortent des grands laboratoires pharmaceutiques.

H8

Je suis d'accord avec toi, c'est vrai que moi aussi je suis un peu sceptique...

F8

Quand tu vois que la pilule a des effets dévastateurs sur le corps des femmes depuis plein d'années et que personne ne s'en insurge vraiment? Tu nous le dis-toi même qu'on est conscients de cette question autour de la pilule. Moi je pense que du coup fin est ce qu'on peut encore vraiment faire confiance?

H8

Oui, ça je suis d'accord avec toi mais c'est un autre débat en soit. Enfin, parce que voilà, moi, je ne veux pas qu'il y ait d'effets secondaires, mais après, effectivement, est-ce que je fais confiance aux laboratoires, bon, ça dépend, tu vois ? Parce que par exemple quand j'étais plus jeune, j'ai pris du Roaccutane, mais là on se rend compte que ça m'a niqué le foie bon, je suis un peu en mode ok super, tout ça pour soigner l'acné, c'est quand même ballot tu vois ?

F8

Et on n'est pas en train de dire qu'on est anti médicament, anti laboratoire...

H8

Non, c'est ça. Mais juste.

F8

On est conscients que il y a plein de belles choses qui tournent autour de ça maintenant, spécialement sur les moyens contraceptifs, je trouve que on a tellement pas, on propose tellement rien d'intéressant aux femmes, on prend tellement pas leur souffrance au sérieux depuis des centaines d'années. Je suis très méfiante en fait par rapport à ceux qui produisent ce genre de trucs, quoi.

H8

Bah je partage cette méfiance. Juste pour terminer un dernier, un autre truc, un autre moyen de contraception dont j'avais vaguement entendu parler, c'était la vasectomie mais d'après ce que j'ai compris, c'est plus tard dans ta vie, quand t'es en couple stable, que tu sais que tu veux vraiment pas avoir de gosses pendant longtemps, mais si j'ai bien compris que c'est réversible.

Zoé

Il y a plus ou moins 70% de réversibilité, enfin ça fonctionne dans 70% des cas, la réversibilité. Maintenant il y a quand même 30% qui sont pas réversibles...

F8

Je voulais juste ajouter aussi que je parlais avec des copines la semaine passée et y en a une qui m'a dit, mais tu te rends compte que on est obligées d'accepter que ce soient des hommes blancs qui fassent nos pilules contraceptives ? Dans des énormes laboratoires et je pense qu'en fait, enfin, c'est aussi, je pense, en tant que femme et je pense que c'est pour ça que je réagis aussi vivement à l'idée d'H8 alors qu'en fait c'est un choix qui lui appartient. Je devrais le laisser lui s'enthousiasmer ou pas de cette découverte. Mais moi, j'ai l'impression que la domination de l'homme blanc enfin de classe supérieure sur le corps de la femme, elle existe depuis longtemps. Catholique aussi je rajoute, ouais elle existe depuis longtemps, elle existe de plein de façons différentes. Elle est super répressive et je me sens, pas du tout... Et c'est pour ça que je pense que les doula c'est quelque chose de vraiment bien. Je me sens pas du tout dans un système qui peut écouter mes sentiments, écouter mes ressentis. J'ai l'impression qu'il y a ce truc de "*ma pauvre petite, Madame la ménagère, fermez la surtout et n'avortez pas*". Mais je pense que j'ai

cette image en moi qui fait que j'ai pas du tout confiance. Et c'est une image. Qui ne vient pas parce que j'ai juste envie de cracher sur la société. Je pense qu'il vient parce que il y a tout un construit, un vécu derrière de plein d'expériences différentes dans les réseaux de femmes qui m'entourent quoi. Et je pense que on est obligées de se serrer les coudes entre femmes pour s'échanger nos expériences, et cetera. Parce qu'il y a pas une information hypercritique qui est popularisée quoi.

Zoé

Donc c'est la fin de mes questions. Si vous avez quelque chose à rajouter, n'hésitez pas !

F8

Il y a plein de trucs à dire évidemment encore sur ce sujet, je trouve que ça cristallise évidemment plein de rapports de domination, de plein de sortes. Et c'est vraiment au cœur du féminisme. Enfin je trouve. Ouais, comment gérer ces l'intimité et les rapports de pouvoir même au sein de l'intimité ?

Zoé

[Remerciements, envoi du questionnaire]