



ALEX en Action

RÉFLEXIONS SUR LE TERRAIN ET RECOMMANDATIONS PRATIQUES



Cofinancé par
l'Union européenne

01

INTRODUCTION 1

02

PILOTER ALEX EN EUROPE 2

03

CONSEILS PRATIQUES DE TRAVAILLEURS
JEUNESSE ET DE PROFESSIONNELS 18

04

ALEX, UN CHATBOT INCLUSIF ET
MODULABLE 24

05

IDÉES POUR S'INSPIRER - COMMENT
APPRENDRE AVEC ALEX ? 29

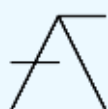
06

CONCLUSION 35



SOMMAIRE

PRÉPARÉ PAR



arteria
foundation





Introduction



La création d'un chatbot éducatif efficace nécessite plus qu'une simple planification et une configuration technique, il doit aussi être pratique et axé sur l'utilisateur. Ce guide partage les enseignements tirés du développement et des tests d'ALEX, un chatbot conçu pour fournir une éducation sexuelle fiable et inclusive aux jeunes. Peu importe à quel point un chatbot est innovant, il n'accomplit son but que lorsqu'il rencontre les besoins des utilisateurs en pratique. Ce qui semble excellent lors de la planification peut s'avérer inefficace par la suite, et des fonctionnalités initialement considérées comme moins utiles peuvent devenir essentielles.

Les ajustements et les réglages sont des éléments essentiels du développement. C'est pourquoi il est essentiel de tester l'outil, d'explorer ses limites, d'identifier quelques déficiences, et connaître ses premiers succès. Les retours nous aident aussi à répondre : Le chatbot fournit-il efficacement les informations ? Les utilisateurs l'apprécient-ils ? Que faut-il améliorer ? ALEX a été testé dans plusieurs situations pour vérifier son efficacité et s'assurer qu'il donne des infos fiables et une bonne expérience d'apprentissage.

Les chapitres suivants fournissent des recommandations pratiques issues des tests. Le premier rapporte sur les événements pilotes et les retours des utilisateurs. Le second offre des conseils de professionnels : bonnes pratiques, dialogue inclusif, et des exemples réels d'utilisation d'ALEX, dont des conseils techniques et relatifs au contenu. Le troisième explore une approche inclusive et adaptée à différents groupes d'âge et utilisateurs marginalisés, dont des stratégies pour surmonter les stéréotypes et soutenir les apprenants en difficulté. Le quatrième rassemble des exemples inspirants issus de tests qui montrent comment les chatbots peuvent être des outils puissants non seulement pour l'éducation, mais aussi pour la sensibilisation, l'apprentissage en groupe et la promotion d'une image de soi et de relations saines.

Avec l'évolution du paysage numérique, le potentiel des chatbots dans le domaine de l'éducation ne cesse d'augmenter. ALEX prouve que la technologie peut rendre l'apprentissage plus accessible, attrayant et efficace. Grâce à une amélioration et une adaptation continues basées sur les besoins et les commentaires des utilisateurs, ALEX peut rester une ressource précieuse pour les jeunes cherchant une éducation inclusive sur la santé sexuelle et reproductive.



2

Piloter ALEX en Europe



Aperçu des événements pilotes par pays

Belgique

En Belgique, la phase pilote du chatbot ALEX a été mise en oeuvre entièrement en ligne, avec des actions de sensibilisation axées sur les travailleurs jeunesse et les jeunes à travers des sessions distribuées. Cette approche décentralisée et informelle a permis aux participants de parler à ALEX dans des environnements familiers et à leur propre rythme.

Pour atteindre les travailleurs jeunesse, nous avons mobilisé notre réseau professionnel dans la région wallonne, en particulier autour de Mons, où les ils ont été invités à tester ALEX, soit individuellement, soit avec des collègues ou les jeunes qu'ils encadrent. Certains ont choisi d'explorer ALEX par eux-mêmes, tandis que d'autres ont organisé de petites sessions avec des groupes de jeunes pour observer les réactions et recueillir un retour d'information informel.

Parallèlement, nous avons impliqué des jeunes de nos réseaux élargis, dont des étudiants universitaires de l'UMons et des jeunes affiliés à des centres de jeunesse locaux. Bien que la plupart des participants aient accédé à ALEX via la messagerie d'Instagram, nous avons aussi fait la promotion de la disponibilité du matériel de soutien et des conseils sur le site web du projet. Les participants ont fourni des retours écrits après avoir exploré différents sujets et interactions avec le chatbot.

La nature informelle du pilotage a permis une utilisation naturelle, et directe du chatbot, simulant la façon dont les jeunes pourraient rencontrer et utiliser ALEX dans la vie quotidienne. Au total, 13 travailleurs jeunesse et 20 jeunes ont pris part aux essais sur plusieurs semaines.



Les retours des deux groupes étaient très positifs. Les travailleurs jeunesse ont fait l'éloge de la navigation intuitive d'ALEX, de son format attrayant et de son potentiel à susciter des discussions sur des sujets sensibles mais importants comme le consentement, la contraception, l'identité de genre et l'orientation sexuelle. Ils ont souligné son utilité comme une ressource sûre, structurée, et accessible. Les réponses claires, les menus thématiques prédéfinis et les éléments interactifs comme les quiz ont été fréquemment mentionnés comme des caractéristiques remarquables.

Les jeunes participants, eux, ont répondu avec enthousiasme au ton amical d'ALEX, son approche sans jugement, et l'utilisation de GIF et d'émojis, ce qui a rendu le chatbot sympathique et moins clinique. Plusieurs ont dit que le chatbot les avait aidés à mieux comprendre des questions complexes d'une manière qui leur semblait facile, informelle et privée. Certains utilisateurs ont noté des difficultés à poser des questions ouvertes ou à naviguer au-delà de la structure établie du chatbot. Les suggestions d'amélioration comprenaient une plus grande flexibilité dans les données, davantage de détails scientifiques et un contenu plus approfondi sur des sujets spécifiques comme la contraception masculine et la pression sexuelle.

Il est important de cadrer ce retour avec les choix de conception intentionnels derrière ALEX. Le chatbot Instagram est basé sur des règles, et non généré par l'IA ; il ne produit pas de réponses spontanées, mais délivre un contenu prédéfini et revu par des experts en réponse aux sélections de l'utilisateur. Ce format a été choisi spécifiquement pour garantir que toutes les informations partagées sont exactes, sûres et sans désinformation, ce qui est une priorité essentielle pour aborder des questions sensibles comme la santé sexuelle et reproductive.

Globalement, la phase de test en Belgique a confirmé la valeur et la pertinence d'ALEX pour les jeunes et les professionnels de la jeunesse. Même s'il s'agit d'un outil basé sur des règles, ALEX a réussi à promouvoir un engagement ouvert sur les sujets de santé sexuelle d'une manière sûre, ludique et informative. La combinaison d'une conception réfléchie, de l'accessibilité et d'un contenu inclusif a été accueillie avec enthousiasme et confiance. Il présente un fort potentiel pour une utilisation plus large dans les contextes éducatifs et de travail avec les jeunes.

Slovénie

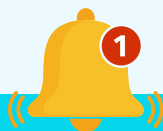


Pendant la phase pilote, des efforts ont été déployés pour présenter le chatbot ALEX aux deux groupes cibles identifiés : les jeunes et les travailleurs jeunesse, à travers une série d'activités structurées, dont des ateliers, des présentations en direct, la participation à des événements et des actions de sensibilisation lors d'un festival local consacré à la santé.

Pour les jeunes, un atelier a été organisé dans une école locale avec des élèves âgés de 13 à 14 ans. La session, qui a duré une heure, visait à montrer comment les smartphones peuvent être utilisés non seulement à des fins récréatives, mais aussi comme outils pédagogiques efficaces.

Les élèves ont été invités à apporter leur téléphone portable en classe, ce qu'ils ont fait avec enthousiasme. Ils ont découvert le chatbot ALEX et, pour ceux qui n'avaient pas de compte Instagram, un accès alternatif leur ont été fournis via le site web du projet et les supports pédagogiques associés. Cette approche a souligné l'importance d'offrir plusieurs voies d'accès pour garantir une inclusion répondant aux divers besoins des utilisateurs. Au départ, les élèves ont utilisé ALEX individuellement, puis ont discuté de leur expérience en petits groupes. L'animateur de l'atelier a fourni des conseils tout au long de la session, en particulier au début, lorsque certains élèves ont rencontré des difficultés mineures pour naviguer dans l'interface du chatbot en raison de la densité des informations et de la structure de l'interface. Cependant, après une brève période de familiarisation, les utilisateurs ont déclaré que l'utilisation était plus facile. La session s'est terminée par une brève discussion de groupe sur leur expérience et la pertinence du contenu, suivie d'un questionnaire de satisfaction.

ALEX a aussi été présenté au Festival de la santé local, où un stand d'information a été organisé. Des dépliants avec des QR codes qui renvoient directement à ALEX ont été distribués. Les QR codes ont attiré l'attention des jeunes, qui ont facilement utilisé le chatbot et ont ensuite donné leur avis via des questionnaires. Des travailleurs jeunesse de différents horizons professionnels, notamment des services de prévention sanitaire, des organisations de jeunesse et des centres de jeunesse locaux, ont aussi découvert ALEX lors du festival.



En parallèle, la visibilité d'ALEX a été renforcée grâce à des communications ciblées par e-mail. Plus d'une dizaine d'organisations locales travaillant avec des jeunes dans divers secteurs ont été contactées, ont reçu un accès à ALEX et ont été invitées à distribuer des questionnaires de satisfaction au sein de leurs réseaux. De plus, d'anciens participants à des projets locaux destinés aux jeunes ont été contactés et encouragés à découvrir le chatbot.

D'autres présentations en direct du projet ALEX ont été organisées spécialement à l'intention des travailleurs jeunesse sous la forme de groupes de discussion. Ces sessions se sont avérées très utiles pour recueillir des retours qualitatifs sur les besoins identifiés en matière d'éducation à la santé sexuelle et reproductive des jeunes. Les travailleurs jeunesse ont aussi fait des recommandations sur les contextes et les méthodes les plus efficaces pour diffuser ces infos. Pendant ces présentations, du matériel promotionnel, comme des dépliants et des infographies avec des QR codes, a été distribué pour faciliter l'accès des jeunes utilisateurs.



Dans l'ensemble, les réactions des travailleurs jeunesse ont été extrêmement positives. Ils ont salué le contenu complet et accessible proposé par ALEX et ont loué l'approche innovante consistant à fournir une ressource éducative anonyme et disponible en permanence. La disponibilité des informations via Instagram et des plateformes en ligne a été particulièrement appréciée, car elle garantit l'accessibilité aux utilisateurs qui n'ont pas de compte sur les réseaux sociaux. Les travailleurs jeunesse ont souligné le potentiel d'ALEX pour permettre aux jeunes d'accéder à l'information de manière indépendante, sans avoir besoin de l'intervention d'un adulte. Si certaines inquiétudes ont été exprimées concernant le risque d'augmentation du temps passé devant les écrans, beaucoup ont reconnu la valeur ajoutée de la promotion d'une utilisation responsable et éducative des technologies numériques chez les jeunes.

Pologne

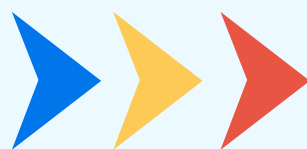


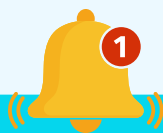
En Pologne, 64 personnes ont participé à la phase de test, dont 38 jeunes âgés de 13 à 25 ans et 26 travailleurs jeunesse, issus de l'éducation formelle et non formelle. Dans le cas de l'éducation formelle, il s'agissait d'enseignants de différentes matières dans des lycées ; dans le cas de l'éducation non formelle, nous avons invité des employés de centres de jeunesse, des entraîneurs sportifs, des tuteurs de jeunes soldats, des tuteurs de jeunes souffrant de troubles et des créateurs d'événements de divertissement pour les jeunes. La diversité des testeurs nous a aussi permis d'avoir un large aperçu des opinions sur les fonctionnalités d'Alex dans différents contextes en relation avec son utilisation par les jeunes.

En ce qui concerne le public jeune, nous avons voulu tester le bot auprès d'un échantillon diversifié en termes d'âge et de genre pour obtenir des réflexions fiables, compte tenu de la définition assez large de la génération Z.

Nous avons contacté nos testeurs individuellement, par l'intermédiaire de connaissances proches ou plus éloignées, en particulier dans le cas des jeunes. Pour des raisons formelles, nous n'avons pas pu tester Alex en Pologne via les écoles, les festivals organisés, les ateliers, etc. Si nous avions suivi cette voie, nous aurions dû obtenir le consentement des parents, principalement dans le cas des mineurs. Néanmoins, nous avons pu réunir un nombre suffisant de testeurs pour nous aider à évaluer le bot et nous pouvons partager leurs retours.

La phase de test s'est déroulée sans encombre après que les testeurs potentiels aient reçu des explications sur leur mission : nous avons utilisé des messages en face à face et par téléphone, ainsi que des e-mails rédigés de manière professionnelle contenant des liens pertinents et des informations sur le projet.





Les obstacles que nous avons rencontrés concernaient principalement les jeunes qui ressentaient une certaine gêne à aborder le sujet qui leur était proposé. Nous tenons à souligner qu'il ne s'agissait pas là d'une règle générale, mais d'un sentiment exprimé dans quelques cas. À cet égard, nous avons laissé aux jeunes une totale liberté quant à leur participation ou non à une conversation avec Alex. Ceux qui ont choisi de participer nous ont souvent donné des retours positifs. Nous avons été ravis que les testeurs aient aussi pu donner leur avis critique sur les fonctionnalités qu'ils aimeraient ajouter à Alex ou celles qui, selon eux, auraient pu être différentes. L'une des conclusions les plus importantes à laquelle nous sommes arrivés est qu'une telle diversité d'âges (de 13 à 25 ans) a aussi entraîné des perceptions différentes des différents éléments du bot : texte, multimédia, images, émoticônes, etc.

Nous évaluons la coopération avec les parents des jeunes comme très satisfaisante, car beaucoup d'entre eux ont encouragé leurs enfants adolescents à participer aux tests du projet, preuve d'une relation ouverte et d'une liberté de parler de sujets sensibles.

Dans le cas des personnes travaillant avec des jeunes, nous avons trouvé plus facile d'entrer en contact avec les enseignants qu'avec les travailleurs jeunesse. Tous se sont montrés très ouverts à l'idée de tester l'application, même si certains ont immédiatement précisé que la santé sexuelle et reproductive n'était pas un thème central dans leur profession. Ils ont néanmoins reconnu l'intérêt de l'application et la possibilité d'utiliser le bot dans des situations d'urgence ou imprévues, pas nécessairement liées à leurs tâches quotidiennes auprès des jeunes. Nos éducateurs, travailleurs jeunesse et enseignants ont considéré la découverte de l'application comme un prolongement de leurs connaissances et de leurs compétences.

En conclusion, nous tenons à souligner que malgré les particularités de la réalité polonaise et l'état de l'éducation sexuelle, un sujet qui suscite encore souvent consternation et embarras, nous pouvons parler du succès des tests d'Alex et exprimer notre satisfaction quant aux résultats obtenus.

Hongrie



Notre organisation, l'association Együttható, s'engage dans le développement communautaire et le travail auprès des jeunes, ce qui nous a offert de multiples occasions d'essayer le chatbot, et nous avons su tirer parti de ces opportunités grâce à une préparation minutieuse. Les premiers testeurs du chatbot ont été le personnel et les bénévoles de l'organisation. Bien que nous connaissions déjà le projet, Alex nous a fait une bonne première impression dès que nous l'avons vu en action. Au total, 13 professionnels de la jeunesse, dont l'équipe de l'association, ont rempli le questionnaire de satisfaction. Ils travaillent généralement avec des jeunes âgés de 12 à 18 ans, mais certains s'occupent aussi d'enfants plus jeunes ou de jeunes adultes de plus de 20 ans. Sur une échelle de 1 à 5, nous avons évalué l'utilité du chatbot dans notre travail avec les jeunes. La note moyenne a révélé un niveau de satisfaction élevé : 4,46.

Sur le plan professionnel, le ton amical et la nature interactive du chatbot ont été considérés comme ses principales qualités, et la grande variété de contenus fiables, en particulier les sections sur la sexualité, les relations et la sécurité en ligne, ont été très appréciées. Plusieurs participants ont souligné que le style de communication non moralisateur et inclusif du chatbot était particulièrement utile pour aborder des sujets sensibles avec les jeunes. Ils ont aussi souligné que le chatbot était facile à utiliser et permettait aux jeunes de naviguer à leur rythme.

En guise de retours constructifs, plusieurs personnes ont mentionné que le chatbot utilise trop de GIF et que la navigation pourrait être fluidifiée, par exemple en indiquant plus clairement à l'utilisateur où il se trouve dans la conversation. Certains ont recommandé d'adapter le chatbot à différentes tranches d'âge en utilisant un langage et des exemples adaptés. D'autres ont suggéré d'enrichir le contenu avec des exemples plus concrets, des éléments interactifs ou des réponses plus courtes aux questions fréquemment posées.

Dans l'ensemble, les professionnels ont très bien accueilli le chatbot ALEX tant en termes de qualité du contenu que de facilité d'utilisation.

Les tests auprès du public cible, les jeunes, ont été réalisés sous différentes formes : à travers des ateliers thématiques ciblés et de manière informelle avec des jeunes de la région qui fréquentaient le centre communautaire de l'association.

Au cours des ateliers, nous avons commencé par des discussions animées sur l'éducation sexuelle avec des jeunes hongrois et internationaux participant aux programmes de l'association. Les participants ont discuté de leurs propres expériences en matière d'éducation sexuelle et reproductive en petits groupes, puis ont partagé leurs réflexions dans un cercle plus large. De nombreux sujets ont été abordés, qui sortent généralement du cadre des programmes scolaires traditionnels (comme les IST, l'orientation sexuelle et le genre, la santé relationnelle, etc.). Les participants ont aussi dressé une liste des valeurs qui, selon eux, devraient être véhiculées par l'éducation sexuelle, comme l'acceptation, la conscience de soi et la pleine conscience.

Nous avons ensuite présenté le chatbot Alex, facilement accessible par les groupes, qui ont rapidement commencé à l'utiliser sur Instagram. Les participants de l'atelier ont aussi beaucoup aimé discuter avec Alex (et entre eux en même temps).

L'autre groupe de jeunes testeurs était composé de jeunes du quartier qui se sont rendus au centre communautaire par hasard ou qui participaient à l'un des programmes organisés sur place. Ils ont eux aussi été ravis d'essayer Alex et ont fourni des retours précieux sur la clarté et l'accessibilité de la version hongroise.



Au total, 57 jeunes ont répondu au questionnaire de satisfaction et la note moyenne obtenue était de 3,84 sur une échelle de 1 à 5. Dans leurs retours écrits, ils ont souligné des points positifs comme la rapidité de la communication, la représentation de la diversité et le traitement approfondi des sujets. Le questionnaire demandait aussi des suggestions d'amélioration. La plupart des participants ont déclaré qu'ils ne changeraient rien, mais s'ils pouvaient améliorer le chatbot, ils aimeraient avoir des GIF plus raffinés et la possibilité d'écrire des questions libres au lieu de choisir parmi des options prédéfinies.

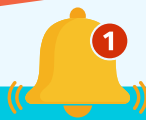
En résumé, malgré quelques suggestions d'amélioration, le niveau de satisfaction général était élevé. Le test s'est avéré être une expérience positive et nous motive à envisager de futurs programmes dans lesquels Alex pourrait continuer à soutenir notre travail.

Espagne

En Espagne, plus de 80 personnes ont participé au processus de test, dont des personnes issues de contextes formels, non formels et informels. Nous avons organisé des sessions dans des écoles de formation professionnelle de « TASOCT » (travail avec les jeunes) afin de toucher un grand nombre de futurs travailleurs jeunesse. Dans le cadre de nos activités quotidiennes dans le domaine de l'éducation non formelle, nous avons organisé des ateliers et des présentations avec des adolescents et des jeunes adultes dans différents espaces où nous travaillons. Nous avons aussi testé ALEX avec nos volontaires européens du Corps européen de solidarité, qui travaillent généralement avec des jeunes et des enfants pendant leur séjour en Espagne. Nous avons eu l'occasion de participer à une journée portes ouvertes organisée par l'organisation espagnole Tyris Wrestling, où nous avons parlé de notre projet, présenté et testé le fonctionnement d'ALEX.



De manière générale, nous avons échangé et collaboré avec des professionnels de la jeunesse actifs dans diverses organisations et nous avons réussi à recueillir un large éventail d'opinions sur la manière dont Alex interagit avec les jeunes dans différentes situations réelles. Nous avons travaillé avec les jeunes participants, principalement dans la zone rurale d'Agres, en veillant à impliquer un groupe diversifié en termes d'âge et de genre, afin de recueillir un large éventail de points de vue et de situations.



Dans l'ensemble, toutes les activités et tous les événements ont été bien accueillis par toutes les personnes impliquées. Nous avons fourni des informations sur le projet et des instructions sur l'utilisation d'ALEX, et les participants se sont immédiatement impliqués et ont très rapidement interagi avec le bot. Toutes les sessions se sont déroulées de manière exceptionnelle. De nombreux jeunes participants ont apprécié l'opportunité de discuter avec ALEX et ont partagé leurs retours honnêtes et enthousiastes. Certains ont souligné des points à améliorer, liés au contenu ou aux fonctionnalités, en fonction de leurs préférences et de leurs expériences personnelles.

Nous avons particulièrement apprécié la participation des professionnels travaillant avec les jeunes, qui ont considéré ce projet comme un outil supplémentaire utile dans leur boîte à outils. Même lorsque le thème de la santé sexuelle et reproductive n'était pas au cœur de leur travail quotidien, ils ont reconnu l'importance de disposer de ressources telles qu'Alex pour faire face à des situations imprévues ou délicates.

En conclusion, malgré la nature sensible des sujets abordés, la phase de test d'Alex en Espagne s'est avérée très fructueuse. Nous sommes vraiment satisfaits du niveau d'engagement et de participation, et nous sommes reconnaissants de l'ouverture d'esprit et du soutien dont ont fait preuve toutes les personnes impliquées.



Retours et témoignages des groupes cibles

Retour des travailleurs jeunesse

Après un aperçu général des conditions de test et des niveaux de satisfaction, nous avons aussi recueilli des retours détaillés sur les points forts et le potentiel de développement d'ALEX auprès de plus de 100 travailleurs jeunesse en Belgique, en Hongrie, en Pologne, en Slovénie et en Espagne. En résumé, les travailleurs jeunesse du partenariat ont confirmé qu'ALEX répondait à un besoin urgent en matière d'éducation accessible, attrayante et précise sur la santé sexuelle et reproductive. Leurs observations seront précieuses pour apporter des améliorations futures et garantir qu'ALEX continue de combler les lacunes en matière d'éducation à la SSR avec empathie, clarté et innovation.

FACILITÉ D'UTILISATION ET EXPÉRIENCE UTILISATEUR

L'un des aspects les plus appréciés d'ALEX était sa facilité d'utilisation, en particulier parmi les travailleurs jeunesse en Espagne et en Belgique, où il a obtenu des notes moyennes de 1,2 et 1,9 sur 5 respectivement (1 étant la plus facile).

Bien que les testeurs hongrois, polonais et slovènes aient exprimé le besoin d'améliorations mineures en matière de fluidité, **avec une moyenne de 2,7 pour la Slovénie et de 2,86 pour la Hongrie en matière de navigation**, et que quelques utilisateurs polonais aient signalé des interruptions techniques mineures, le consensus général dans les cinq pays s'est orienté vers une appréciation du format accessible d'ALEX. Les participants slovènes ont aussi fait des retours positifs sur l'interface, soulignant qu'ALEX était « facile d'accès et d'utilisation » et utile pour transformer les smartphones de simples appareils de divertissement en outils d'apprentissage.

Certains retours ont suggéré que les prochaines versions pourraient bénéficier d'une conception simplifiée, par exemple avec moins de GIF ou des transitions plus naturelles entre les questions.



QUALITÉ ET PERTINENCE DU CONTENU

Les travailleurs jeunesse ont reconnu la diversité et la pertinence du contenu d'ALEX. Les participants espagnols ont été particulièrement impressionnés, attribuant à l'engagement **une note moyenne de 4,3 sur 5 et confirmant la pertinence du contenu dans 84,6 % des cas**. En Belgique et en Slovénie, **tous les participants ont trouvé le contenu tout à fait ou en partie pertinent pour leur travail avec les jeunes**, qualifiant les réponses d'ALEX de « précises », « ludiques » et bien adaptées à des discussions structurées. Plusieurs ont cité les quiz et le fil conducteur thématique comme particulièrement attrayants pour les jeunes.

Même dans les contextes où **le score global de pertinence était légèrement inférieur, en Hongrie (52 %) et en Pologne (38,5 %)**, de nombreux travailleurs jeunesse ont tout de même reconnu la valeur évidente d'ALEX. Leurs retours reflétaient un désir d'une adaptation encore plus poussée à des publics spécifiques, comme les jeunes en situation de handicap ou ayant des besoins culturels particuliers. Dans ces cas, la solidité de l'outil a été reconnue, avec des encouragements à aller plus loin en matière d'inclusion et d'adaptabilité.



UTILITÉ EN PRATIQUE

Dans tous les pays, ALEX a été reconnu comme un outil utile pour aborder des sujets sensibles. En Espagne, **84,6 % des travailleurs jeunesse ont déclaré qu'il aidait à faciliter les discussions complexes, un résultat qui a aussi été confirmé en Pologne (80,8 %) et en Belgique (92 %)**. En Hongrie, **65 % ont reconnu sa valeur pour la discussion, tandis que les Slovènes ont répondu à 69 %, soulignant l'utilité d'ALEX pour réduire la stigmatisation**.

De plus, la probabilité d'intégrer ALEX dans le travail régulier avec les jeunes était généralement positive. Les travailleurs jeunesse espagnols et polonais ont fait part de leur forte intention de l'utiliser (avec une majorité attribuant une note de 4 ou 5), et bien que la Belgique et la Hongrie aient enregistré des notes légèrement plus modérées, les retours qualitatifs ont révélé qu'**ALEX était apprécié comme une ressource pouvant compléter les discussions en classe sur le sujet**.



SATISFACTION GÉNÉRALE ET POINTS FORTS

Les notes globales de satisfaction ont été élevées, avec **l'Espagne (4,4), la Pologne (4,1), la Hongrie (3,86), la Belgique (4,0) et la Slovénie (3,9)**, tous reflétant des impressions favorables.

Plusieurs points forts ont été soulignés :

- Une structure interactive qui favorise l'autonomie et réduit les obstacles à l'éducation à la santé sexuelle et reproductive.
- Une confidentialité et un accès 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, créant des environnements d'apprentissage sécurisés.
- Une diversité des thèmes abordés, notamment le genre, le consentement, la contraception et les IST.
- Des fonctionnalités ludiques comme des quiz, des emojis et des éléments visuels qui plaisent aux jeunes ayant grandi avec le numérique.



SUGGESTIONS POUR LE DÉVELOPPEMENT FUTUR

Bien que les retours aient été globalement positifs, les travailleurs jeunesse ont formulé des suggestions pertinentes pour améliorer encore l'efficacité d'ALEX :

- Élargir l'accessibilité de la plateforme : plusieurs participants slovènes et belges ont suggéré d'offrir un accès en dehors d'Instagram (par exemple, via une version pour ordinateur ou un site web).
- Améliorer la liberté de conversation : les testeurs polonais, hongrois et belges ont recommandé des options de saisie plus flexibles, comme la possibilité de taper des questions ou d'approfondir certains sujets.
- Affiner l'esthétique numérique : un thème récurrent, notamment en Hongrie et en Pologne, consistait à limiter ou à affiner l'utilisation des GIF afin d'éviter les distractions ou l'infantilisation.
- Ajouter des fonctionnalités liées à des experts : des demandes ont été formulées pour des fonctionnalités comme des ressources de contact d'urgence ou des liens optionnels vers des professionnels certifiés comme des sexologues ou des psychologues.



Retour des jeunes

De plus, nous avons aussi recueilli des informations détaillées sur la façon dont les jeunes perçoivent ALEX en termes de facilité d'utilisation, de confort, de pertinence du contenu, d'inclusivité et de valeur éducative. Les réponses ont été recueillies auprès d'environ 220 jeunes âgés de 13 à 25 ans en Belgique, en Hongrie, en Pologne, en Slovénie et en Espagne. Les formats des tests variaient selon les pays, allant d'ateliers structurés dans les écoles à des sessions interactives lors d'événements publics, pour garantir la diversité des contextes d'utilisation et des expériences des utilisateurs.

FACILITÉ D'UTILISATION ET EXPÉRIENCE UTILISATEUR

Dans tous les pays, ALEX a été généralement perçu comme intuitif et convivial. **Les notes attribuées à la navigation (1 = très facile, 5 = très difficile) vont d'un excellent 1,8 en Espagne à 2,4 en Hongrie**, ce qui témoigne d'un consensus positif quant à la facilité d'utilisation. Les participants se sont aussi montrés très satisfaits de la quantité d'informations fournies, la Slovénie, l'Espagne et la Pologne arrivant en tête, suivies de près par la Belgique (moyenne ~4,0) et la Hongrie (3,8) sur une échelle de 1 (pas du tout satisfait) à 5 (très satisfait). Ces notes montrent qu'**ALEX a réussi à offrir un contenu suffisant et accessible dans un format attrayant.**

Les jeunes de plusieurs pays ont souligné que la conception était un atout majeur. L'interface mobile du chatbot, ses questions proactives et son caractère privé le rendaient particulièrement accessible. **L'Espagne et la Hongrie, en particulier, ont rapporté des niveaux élevés de confort et d'engagement, avec une moyenne de 4,3 pour l'Espagne et de 3,8 pour le confort et 3,7 pour l'engagement en Hongrie.** Les participants slovènes, âgés principalement de 13 à 15 ans, ont attribué des notes légèrement inférieures en matière d'engagement (3,2), ce qui reflète peut-être des différences dans les attentes numériques ou le niveau de maturité des contenus pour les jeunes utilisateurs.



QUALITÉ ET PERTINENCE DU CONTENU

Les jeunes des cinq pays ont reconnu la pertinence et la qualité du contenu d'ALEX, même si les différences culturelles et liées à l'âge ont influencé les réponses individuelles.

L'Espagne arrive en tête en matière de pertinence du contenu (75 %), suivie de la Belgique et de la Slovénie (65 % chacune). La Hongrie a obtenu le score le plus faible en matière de pertinence totale (45 %), mais aussi le taux le plus élevé de pertinence partielle (50 %), ce qui indique une approbation générale accompagnée de suggestions d'amélioration. La Belgique n'a enregistré aucune réponse « Non », tandis que la Slovénie a enregistré la plus forte proportion de réponses de ce type (10 %), ce qui pourrait être lié à la jeune tranche d'âge des participants au test.

Les participants ont particulièrement apprécié le ton clair et convivial et le langage direct d'ALEX. Beaucoup ont décrit le chatbot comme « facile à aborder », citant **l'utilisation d'émojis, de GIF et d'un format de type quiz comme des éléments qui rendaient la santé sexuelle et reproductive accessible et même amusante.**



INCLUSION ET IMPACT SUR L'APPRENTISSAGE

Les scores d'inclusivité ont été favorables dans tous les pays, l'Espagne et la Hongrie arrivant à nouveau en tête avec 4,1, suivies de la Pologne (4,0) et de la Belgique (3,9). Si la Slovénie a obtenu un score légèrement inférieur (3,6), **les retours généraux ont montré que les jeunes se sentaient pris en considération et écoutés lorsqu'ils interagissaient avec ALEX.**

Les résultats d'apprentissage perçus ont aussi eu un impact positif sur la valeur éducative de l'outil. En Espagne, en Belgique et en Slovénie, environ 65 % des testeurs ont dit avoir appris quelque chose de nouveau, et 25 à 30 % ont dit avoir appris en partie. La Pologne et la Hongrie ont eu un peu moins de réponses « oui » (45 à 57 %), mais ont quand même montré de bons résultats d'apprentissage partiels. La note moyenne attribuée à la clarification de sujets auparavant peu clairs variait entre 3,6 et 3,8 dans tous les pays partenaires.



SATISFACTION GÉNÉRALE ET POINTS FORTS

La satisfaction globale des jeunes était élevée, avec des notes moyennes comprises entre 4,0 et 4,2. Les points forts suivants sont apparus de manière constante dans tous les pays :

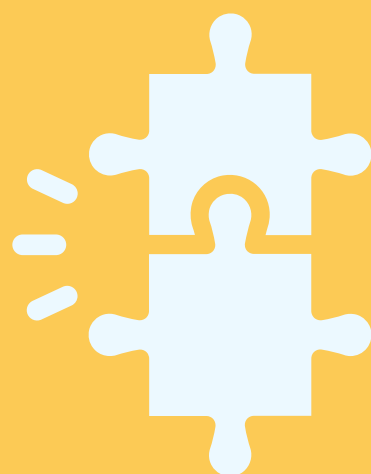
- Un ton amical et sans jugement qui rend les sujets liés à l'éducation sexuelle moins intimidants.
- Un format attrayant, adapté aux appareils mobiles, avec des quiz et des visuels.
- Une conception proactive qui encourage la participation sans obliger les utilisateurs à poser des questions potentiellement gênantes.
- Une valeur perçue élevée dans la promotion d'environnements d'apprentissage privés et sans stigmatisation.



SUGGESTIONS POUR LE DÉVELOPPEMENT FUTUR

Si la plupart des jeunes utilisateurs ont répondu positivement, plusieurs ont formulé des suggestions intéressantes pour améliorer l'efficacité d'ALEX :

- Une plus grande flexibilité dans les conversations : beaucoup ont exprimé le souhait de pouvoir taper leurs propres questions et recevoir des réponses plus personnalisées.
- Améliorer le professionnalisme pour les requêtes avancées : certains ont trouvé le ton ludique et les éléments visuels (comme les GIF) trop légers lorsqu'ils recherchaient des informations sérieuses ou complexes.
- Une conception plus concise : des blocs de texte plus courts et une utilisation raffinée des éléments visuels pourraient contribuer à éviter les distractions et à améliorer l'accessibilité.
- Des adaptations linguistiques et culturelles plus larges : les utilisateurs ont demandé davantage de localisation et une variation du ton plus professionnel pour mieux répondre à la diversité des besoins linguistiques et culturels.



3

Conseils pratiques de travailleurs jeunesse et de professionnels



Comment présenter ALEX aux jeunes

Pour introduire AlexBot avec succès, il est nécessaire d'adopter une approche centrée sur les jeunes qui respecte leurs comportements numériques, encourage un dialogue ouvert et intègre le chatbot de manière transparente dans leurs environnements d'apprentissage existants. En positionnant AlexBot comme un outil éducatif fiable, interactif et attrayant, les travailleurs jeunesse peuvent améliorer l'éducation à la santé sexuelle et reproductive d'une manière à la fois efficace et adaptée aux jeunes. Voici les 6 idées clés à prendre en compte pour réussir à impliquer les jeunes avec AlexBot.



COMPRENDRE LES BESOINS ET LES HABITUDES NUMÉRIQUES DES JEUNES

Avant de présenter AlexBot, il est essentiel de comprendre les comportements numériques de la génération Z et des jeunes milléniaux. Ces groupes de jeunes dépendent fortement des messageries instantanées, des réseaux sociaux et des plateformes numériques pour apprendre et interagir socialement. Ils recherchent des sources d'information accessibles, confidentielles et sans jugement sur des sujets sensibles comme la santé sexuelle et reproductive (SSR). Par conséquent, les professionnels qui travaillent avec les jeunes doivent souligner la manière dont le chatbot offre un espace sûr, confidentiel et fiable pour discuter de la SSR.



CRÉER UNE ATMOSPHÈRE CONFORTABLE ET OUVERTE

Lorsque vous présentez AlexBot, veillez à ce que les jeunes se sentent à l'aise et capables d'utiliser l'outil. Ne les poussez pas s'ils se sentent mal à l'aise. Parmi les bonnes pratiques, on peut citer la normalisation des conversations sur la santé sexuelle et reproductive en intégrant AlexBot dans des discussions plus larges sur le bien-être, les relations et la santé des jeunes, et l'utilisation d'un langage non-moralisateur pour rassurer les jeunes sur le fait que toutes les questions et expériences sont valables.



UTILISER DES ESPACES NUMÉRIQUES FAMILIERS

Les travailleurs jeunesse doivent souligner qu'AlexBot est accessible via une plateforme sur laquelle les jeunes sont déjà présents (Instagram). Parmi les stratégies efficaces, on peut également citer la présentation d'AlexBot lors d'ateliers, de séances de conseil ou de programmes liés à l'éducation sexuelle ou à la biologie.



INTÉGRER ALEX DANS LES ACTIVITÉS DE TRAVAIL AVEC LES JEUNES

Pour maximiser son impact, AlexBot devrait être intégré à des programmes destinés aux jeunes, à des ateliers et à des initiatives d'éducation par les pairs. Envisagez les approches suivantes :

- Démonstrations par les pairs : formez des jeunes ambassadeurs pour présenter AlexBot à leurs pairs, afin de favoriser une adoption plus naturelle.
- Gamification : concevez des petits défis, des quiz ou des sessions d'apprentissage interactives à l'aide du chatbot.



TRAITER LES PRÉOCCUPATIONS LIÉES À LA CONFIDENTIALITÉ ET À LA CONFIANCE

Pour les questions relatives à la santé sexuelle et reproductive pouvant être sensibles, insistez sur les mesures prises par AlexBot pour garantir la confidentialité des données. De nombreux jeunes hésitent à poser des questions par crainte d'être jugés ou exposés. Indiquez clairement que les conversations avec AlexBot sont privées et confidentielles.



ENCOURAGER L'UTILISATION CONTINUE ET LES RETOURS

L'engagement ne doit pas s'arrêter après la première interaction. Encouragez les jeunes à :

- Explorer ALEX à leur rythme et revenir dès qu'ils ont des questions.
- Partager des commentaires sur le chatbot à l'aide du formulaire de contact disponible sur le site web.
- Recommander ALEX à leurs pairs afin d'assurer une croissance grâce aux réseaux de jeunes.

Où et quand ALEX peut-il aider dans la pratique ?

Voici quelques exemples illustrant comment ALEX peut être une ressource utile dans divers contextes où les jeunes recherchent des informations fiables, confidentielles et intéressantes sur la santé sexuelle et reproductive.

Centres pour jeunes et éducation par les pairs

Les centres pour jeunes peuvent organiser des sessions « demande à Alex » au cours desquelles les jeunes explorent différents sujets avec le chatbot avant de participer à des discussions de groupe. Les éducateurs peuvent encourager la participation en montrant comment Alex fournit des réponses scientifiquement exactes et sans stigmatisation. Cette approche fonctionne bien pour des sujets tels que le consentement, les relations saines et les questions LGBTQ+.

Conseils et assistance téléphonique

Les travailleurs jeunesse qui offrent un soutien individuel peuvent utiliser Alex pour engager la conversation. Si un jeune hésite à poser des questions, il peut d'abord interagir avec Alex pour obtenir des informations, puis en discuter plus en détail avec un adulte de confiance.

Éducation formelle et non formelle

Les enseignants et les travailleurs jeunesse peuvent intégrer Alex dans leurs cours ou ateliers d'éducation sexuelle. Par exemple, lors d'une leçon sur la contraception, ils peuvent l'utiliser pour explorer différentes méthodes de contraception à leur propre rythme. Un enseignant ou un animateur socio-éducatif peut orienter les discussions en s'appuyant sur les questions fréquemment posées au chatbot par les jeunes.

Assistance en ligne pour l'apprentissage privé

De nombreux jeunes préfèrent l'apprentissage privé, en particulier lorsqu'il s'agit de sujets sensibles. Alex peut être promu à travers des campagnes sur les réseaux sociaux, des sites web, des affiches physiques, des ateliers et des forums pour les jeunes, permettant à chacun d'accéder à l'éducation à la santé sexuelle et reproductive selon ses propres conditions.



Quel type de contenu propose ALEX ?

Le contenu fourni par Alex s'appuie sur des recherches antérieures menées par les partenaires du projet. Toutes les ressources ont été élaborées et validées par des experts afin de fournir aux utilisateurs des informations fiables et crédibles. Cette approche a été motivée par le souci des auteurs de ce contenu de répondre aux besoins du principal groupe cible, à savoir les jeunes. Elle a également été dictée par la nécessité de fournir aux travailleurs jeunesse, aux éducateurs et aux enseignants une base solide pour partager leurs connaissances avec les jeunes auxquels ils s'adressent.

Lors de la conception du chatbot, nous avons voulu nous assurer que son contenu soit riche, varié et visuellement attrayant afin qu'il puisse plaire à un large public cible, à savoir les 13-25 ans. C'est pourquoi, en plus du contenu textuel, le chatbot propose des émoticônes symboliques, des GIF, des images et des infographies.

Alex propose du contenu en 6 langues : anglais, français, espagnol, polonais, slovène et hongrois. Il vous guide à travers 8 rubriques sur divers thèmes liés à la sexualité et à la santé reproductive. Les sujets abordés comprennent les relations amoureuses saines, la contraception et la grossesse, l'inclusion et la sécurité en ligne, la puberté, l'orientation sexuelle et le genre, les pensées et les comportements sexuels, ainsi que les maladies/infections sexuellement transmissibles.

**MYTHES ET RÉALITÉS
COMPRENDRE SES ORGANES GÉNITAUX**

SI TU ES UNE JEUNE FEMME, TU TE DEMANDES PEUT-ÊTRE...

✗ Mythe
« Toutes les vulves se ressemblent »

✓ Fait
Les vulves sont différentes, tout comme les nez, les lèvres et les yeux ! Les différences sont visibles dans la taille des grandes lèvres (lèvres extérieures) et des petites lèvres (lèvres intérieures). Les couleurs peuvent varier du rose au brunâtre, et la symétrie n'est pas courante : un côté peut être plus long que l'autre.

✗ Mythe
« Tu es vierge si ton hymen est intact »

✓ Fait
L'hymen est un tissu fin et élastique situé juste à l'intérieur de l'orifice vaginal. Certaines femmes naissent avec très peu de tissu hyménal, tandis que d'autres en ont davantage. Des activités comme le vélo, la gymnastique ou même l'utilisation de tampons peuvent étirer ou déchirer l'hymen, et certaines femmes peuvent ne pas remarquer de changements dans leur hymen, même après des rapports sexuels.

✗ Mythe
« Tu auras un vagin plus serré si vous êtes vierge »

✓ Fait
L'élasticité du vagin est influencée par la génétique, les niveaux d'hormones, l'âge et le tonus musculaire général. Le vagin est en effet un muscle qui peut se dilater et se contracter ! Par conséquent, son élasticité peut augmenter ou diminuer lors de changements physiologiques, tels que l'excitation ou l'accouchement. Les activités et exercices physiques réguliers, en particulier les exercices du plancher pelvien, peuvent influencer sur cette tension. Mais surtout, les variations de la tension vaginale ne sont pas des indicateurs de l'histoire sexuelle ou de la moralité : le vagin est conçu pour revenir à son état normal après les rapports sexuels !

SI TU ES UN JEUNE HOMME, TU TE DEMANDES PEUT-ÊTRE...

✗ Mythe
« Si je n'ai pas d'érection le matin, c'est que quelque chose ne va pas chez moi »

✓ Fait
Les érections matinales, également connues sous le nom de tumescence pénienne nocturne, sont influencées par plusieurs facteurs, notamment la qualité de ton sommeil, les changements hormonaux tels que le stress et le vieillissement naturel. Le fait de ne pas les ressentir fréquemment n'indique pas automatiquement un dysfonctionnement érectile ou un problème médical.

✗ Mythe
« Les pénis circoncis sont plus propres et plus sains »

✓ Fait
Qu'un pénis soit circoncis ou non, ce sont les bonnes pratiques d'hygiène qui déterminent sa propreté et sa santé. Pour les pénis non circoncis, il s'agit de retirer délicatement le prépuce et de le laver à l'eau pour éliminer la sueur, les huiles et les cellules mortes qui s'y sont accumulées. Pour les pénis circoncis, un lavage régulier est également nécessaire pour maintenir la propreté. Bien que certaines études suggèrent que la circoncision peut réduire le risque de certaines infections, une bonne hygiène et des pratiques sexuelles sûres sont des facteurs clés dans la prévention de ces problèmes de santé, tant pour les hommes circoncis que pour les hommes non circoncis.

✗ Mythe
« Je devrais toujours être prêt à avoir des relations sexuelles en tant qu'homme »

✓ Fait
Il est normal que la force et la durée des érections varient en fonction de facteurs tels que le niveau de stress, l'état émotionnel et le bien-être physique. Il peut arriver que tu ne sois pas d'humeur, et c'est normal ! Le manque de désir est normal et n'est pas nécessairement le signe d'une maladie chronique ou d'un manque de masculinité.

ALEX Cofinancé par l'Union européenne

Le chatbot offre une conversation conviviale, avec des conseils et différentes options pour aborder un sujet qui intéresse l'utilisateur. Il ne se limite pas à une seule solution, mais présente toute une gamme de possibilités et de perspectives. Les conseils qu'il donne à l'utilisateur sont également variés et fournissent un large éventail de connaissances et d'informations. Les définitions des termes sont rédigées dans un langage clair, compréhensible et inclusif, tout en fournissant une information complète.

Le contenu d'Alex a été peaufiné pour offrir à l'utilisateur une expérience d'apprentissage captivante et intéressante sur le parcours de la vie, dans lequel le sexe est un élément très important. Même si nous parlons d'un sujet sensible, nous voulions partager des informations fiables et vraies avec les jeunes, mais nous avons aussi fait très attention à la façon dont ce contenu était présenté.

Quelles sont les exigences techniques pour utiliser ALEX ?

Pour accéder à ALEX le chatbot d'éducation sexuelle sur Instagram, vous devez d'abord avoir un compte Instagram actif. C'est indispensable, car toutes les interactions avec le chatbot se font via la fonctionnalité « Messages directs » (DM) d'Instagram sur votre téléphone portable. Une fois connecté à votre compte, vous pouvez visiter le profil d'ALEX en recherchant @alexbot.eu ou en vous rendant directement sur le lien.

À partir de là, vous pouvez entamer une conversation en envoyant simplement un message. ALEX est conçu pour répondre à des mots-clés ou des commandes spécifiques pour démarrer l'interaction. Par exemple, en cliquant sur « Démarrer », vous accédez à la première étape : choisir votre langue.





Lorsque ALEX est utilisé pour l'apprentissage en groupe, l'accent est mis sur la promotion de la discussion, de la collaboration et de la compréhension collective. Dans ce contexte, ALEX peut jouer le rôle de facilitateur en proposant des suggestions, des quiz ou des sujets de discussion liés à l'éducation affective et sexuelle. Le chatbot peut présenter des scénarios ou des dilemmes qui encouragent l'esprit critique et la résolution de problèmes en groupe.

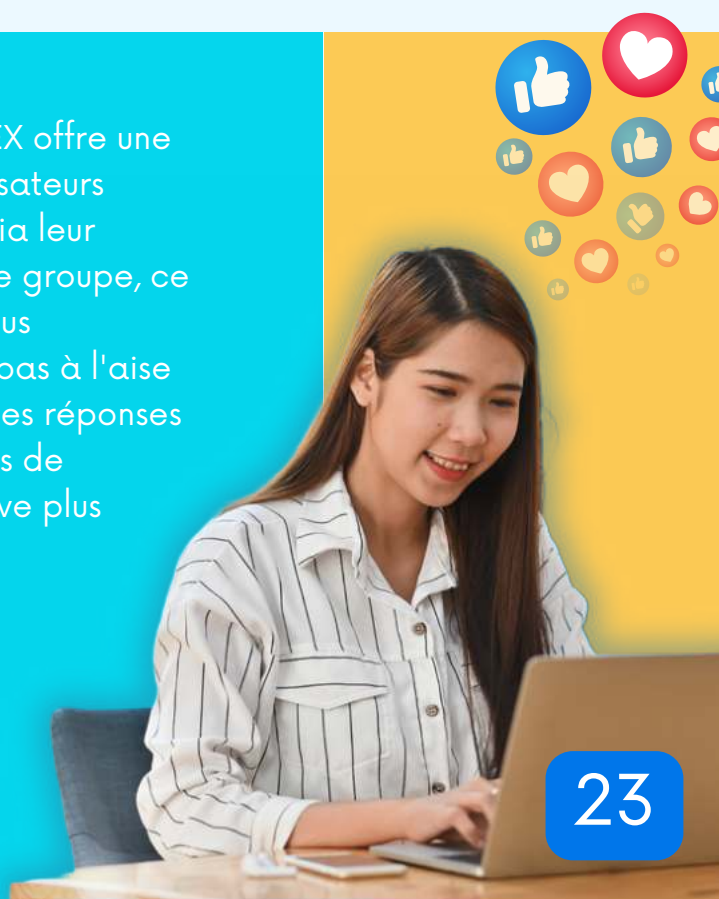


Cependant, dans un contexte de groupe, les réponses peuvent manquer de personnalisation par rapport à celles qu'un utilisateur individuel pourrait recevoir. Il est aussi essentiel de veiller à ce que les discussions de groupe restent respectueuses et inclusives, car le sujet peut être sensible. Pour cela, l'utilisation d'un écran partagé ou d'un projecteur peut être déterminante pour la réussite de l'expérience.

Il existe des différences notables entre l'utilisation d'ALEX le chatbot d'éducation sexuelle pour **l'apprentissage en groupe et l'apprentissage individuel**, car la dynamique d'interaction, l'engagement des utilisateurs et les résultats pédagogiques varient en fonction du contexte.

En revanche, l'apprentissage individuel avec ALEX offre une expérience plus privée et personnalisée. Les utilisateurs peuvent interagir directement avec le chatbot via leur smartphone, sans la pression de la dynamique de groupe, ce qui peut les encourager à poser des questions plus personnelles ou sensibles qu'ils ne se sentiraient pas à l'aise d'aborder en groupe. Le chatbot peut adapter ses réponses aux besoins, au rythme et aux intérêts spécifiques de l'utilisateur, offrant ainsi une expérience éducative plus approfondie et plus ciblée.

Cette interaction individuelle via smartphone permet à ALEX de répondre plus efficacement aux préoccupations ou aux idées fausses de chacun, rendant l'expérience d'apprentissage hautement personnalisée et enrichissante.



ALEX, un chatbot inclusif et modulable



S'adapter à différents groupes d'âge

La stratégie de l'UE en faveur de la jeunesse définit généralement les jeunes comme les personnes âgées de 15 à 29 ans, bien que certains de ses programmes et initiatives puissent s'écarter de cette définition. ALEX cible principalement des individus âgés de 13 à 25 ans, couvrant une audience diverse allant d'adolescents à jeunes adultes, chacun ayant des intérêts, besoins, et attentes différents. Il est donc essentiel que chaque tranche d'âge trouve des informations adaptées à ses besoins spécifiques lorsqu'elle utilise le chatbot. Le choix du ton et du contenu visuel est aussi essentiel pour rendre l'expérience d'apprentissage captivante et compréhensible. ALEX est enrichi d'éléments multimédias, dont des emojis expressifs, des GIF et des infographies éducatives facilement accessibles qui améliorent l'expérience d'apprentissage.

Au-delà de l'interactivité, la segmentation du contenu joue un rôle clé dans l'adaptation d'ALEX à différents groupes d'âge. Pour les adolescents de 13 à 17 ans, le chatbot se concentre sur les bases de la santé sexuelle et la conscience corporelle, délivrant les informations d'une manière simple, compréhensible, et sans jugement. À ce stade, ALEX s'adresse principalement à la puberté, aux changements émotionnels et physiques, et aux fondamentaux des relations saines. Pour les utilisateurs plus âgés, de 18 à 25 ans, ALEX fournit des discussions plus profondes sur des sujets comme les options de contraceptions, l'importance du consentement, et des informations sur les infections sexuellement transmissibles.

Un autre élément clé d'inclusion est le langage et la forme des réponses. Pour les utilisateurs plus jeunes, un style de communication plus simple et direct, intégrant des expressions familières couramment utilisées, peut contribuer à créer un environnement d'apprentissage confortable. Pour les jeunes adultes, des explications claires mais scientifiquement fondées sont préférables. ALEX possède les deux, garantissant ainsi que chacun reçoive des réponses adaptées à son niveau de maturité. Grâce à cette approche, le chatbot soutient efficacement l'éducation sexuelle et aide les jeunes à prendre des décisions éclairées et soucieuses de leur santé.

Atteindre des milieux sociaux diversifiés et des groupes marginalisés

Lors du développement d'ALEX, nous avons suivi le principe selon lequel l'éducation à la santé sexuelle et reproductive doit être accessible à tous les jeunes, quels que soient leur milieu ou leurs capacités. Le statut socio-économique ne doit pas limiter l'accès à l'information. Les jeunes défavorisés et marginalisés, notamment ceux issus de milieux à faibles revenus, handicapés ou LGBTQI+, sont souvent exclus du système éducatif formel et rencontrent des difficultés majeures pour accéder à des ressources fiables. Il est nécessaire de concevoir un outil efficace pour atteindre ces groupes de manière significative.

ALEX a été conçu dans un esprit d'inclusion et de respect de la diversité. Cela se reflète dans son ton, son langage et ses éléments multimédias. Des sujets comme l'orientation sexuelle et l'identité de genre ne sont pas mis de côté, mais abordés directement et constituent une partie essentielle du processus d'apprentissage.

Malgré sa conception bien pensée, ALEX reste un outil accessible à tous. Son interface intuitive et adaptée aux appareils mobiles offre une expérience attrayante et ludique, particulièrement bénéfique pour les jeunes qui utilisent principalement leur smartphone comme principal moyen d'accès à l'information. Pour ceux qui ont un accès limité à d'autres ressources, ALEX contribue à combler un vide important et offre une alternative aux contenus en ligne potentiellement dangereux ou trompeurs.

Au-delà du partage d'informations, ALEX favorise aussi les liens. Il peut être intégré à des activités de groupe pendant les sessions éducatives, offrant une expérience commune qui renforce l'engagement et la confiance entre les jeunes et les éducateurs, en particulier dans le cadre de la sensibilisation des groupes marginalisés.

Veiller à surmonter les stéréotypes et les préjugés

En construisant ALEX, nous nous sommes fortement concentrés sur la lutte contre les stéréotypes, qui découlent souvent de l'ignorance, de la désinformation ou d'environnements sociaux rigides. En proposant des données fiables fondées sur l'expertise, nous avons cherché à ouvrir l'esprit des jeunes, des travailleurs jeunesse et des professionnels de l'éducation à de nouvelles façons inclusives d'aborder la sexualité, en tant qu'aspect important et multiforme de la vie. Démystifier les opinions simplistes et nuisibles a un impact significatif sur le bien-être physique et mental.

C'est la valeur fondamentale d'ALEX : offrir un accès à des informations sur la santé sexuelle et reproductive de manière conviviale et non intrusive. Ses réponses inclusives permettent aux utilisateurs de toutes identités sexuelles, origines culturelles ou capacités de se sentir en sécurité et respectés. ALEX ne critique pas, mais encourage les utilisateurs à réfléchir et à revoir leurs réponses, en particulier lors des quiz, lorsque celles-ci divergent des études fiables.

Les conversations avec ALEX adressent clairement le mal causé par l'homophobie et la transphobie, défient les stéréotypes de genre, et fournissent des informations fiables, et sans jugement sur les IST. Lorsqu'il aborde le sujet des violences sexuelles, le bot identifie clairement les auteurs et les victimes, déculpabilise les survivants et encourage les utilisateurs à demander de l'aide, contribuant ainsi à lutter contre la honte, la peur et les préjugés.





L'accessibilité et l'inclusivité d'ALEX en font un outil moderne qui ne juge pas, ne moralise pas et n'adoucise pas la réalité. Il présente les faits tout en respectant les choix individuels et évite de promouvoir une solution unique « juste ». Plutôt que de renforcer les stéréotypes, il les démantèle à l'aide de preuves et d'empathie.

Chaque interaction renforce la normalité des comportements souvent mal jugés dans l'éducation sexuelle traditionnelle. ALEX traite ses jeunes utilisateurs avec sérieux et soin, leur offrant un espace pour la curiosité, le questionnement respectueux et l'exploration en toute sécurité. Il affirme le droit de ne pas savoir et accompagne les utilisateurs dans leur démarche d'apprentissage.

En conclusion, ALEX reflète un état d'esprit moderne, avec moins d'espace pour le jugement, et plus de place pour le respect et la diversité. Il présente la sexualité comme une partie de la vie naturelle et joyeuse, une manière d'exprimer l'affection et de construire des liens importants.

Garantir l'accessibilité aux jeunes atteints de troubles spécifiques du langage

Comme nous l'avons souligné à plusieurs reprises au cours de notre travail sur le projet, nous tenons à ce que les ressources, y compris les fonctionnalités d'Alex, soient accessibles à tous les jeunes, y compris ceux issus de milieux marginalisés et négligés par l'éducation traditionnelle, ainsi qu'aux jeunes souffrant de divers handicaps.

L'un des groupes pour lesquels nous avons travaillé sur l'accessibilité du bot est celui des personnes souffrant de troubles spécifiques de l'apprentissage. L'adaptation du contenu et des autres ressources proposées par l'application était l'une de nos priorités.

Comment Alex s'adapte-t-il aux besoins des personnes ayant des troubles spécifiques de l'apprentissage ?

-  Le matériel éducatif est divisé en plus petites parties (sujets, parties, sous-parties). De même, les déclarations d'Alex sont aussi divisées en phrases courtes, ce qui rend la lecture beaucoup plus agréable et facile.
-  Le temps de discussion avec le bot dépend des besoins de l'utilisateur, il n'y a pas de limite de temps. De plus, les parties individuelles de la conversation apparaissent suffisamment lentement pour que le temps de lecture soit suffisant.
-  En cas de problèmes de compréhension du contenu lu, Alex offre la possibilité d'obtenir des explications plus détaillées et s'assure que tout est clair avant de poursuivre le dialogue.
-  Les utilisateurs ayant des difficultés d'apprentissage peuvent avoir besoin de références précises, et Alex fournit des réponses très claires et précises, étayées par des faits. De plus, le chatbot propose des ressources pédagogiques supplémentaires sous forme de références à des infographies.
-  Le bot permet une cognition multisensorielle grâce aux éléments multimédias intégrés (GIF, photos) ; Alex enrichit encore davantage la compréhension du contenu en utilisant des émojis symboliques.
-  La variété des activités (ex : quiz, redirection vers le sujet suivant) proposées par Alex rend le processus d'apprentissage plus simple et plus guidé.
-  Les utilisateurs ayant des difficultés d'apprentissage apprennent mieux à travers des éléments ludiques, et Alex leur offre cette possibilité grâce à son ton et à son contenu.

En conclusion, étant donné que les difficultés d'apprentissage touchent souvent des personnes studieuses, intelligentes et motivées, Alex propose un contenu adapté à leurs besoins de développement. La méthode choisie pour enseigner la santé sexuelle et reproductive est donc adaptée aux besoins des jeunes d'aujourd'hui, sans exclure ceux qui ont des besoins éducatifs particuliers.

5

Des idées pour s'inspirer

Comment apprendre avec ALEX ?



Si vous vous demandez toujours comment ALEX peut compléter votre travail avec les jeunes, voici 15 exemples pratiques sur la façon d'utiliser le chatbot pour explorer des concepts en lien avec la santé sexuelle et relationnelle. Ces idées montrent comment ALEX peut aider les jeunes issus de milieux divers et ayant des besoins variés à comprendre des sujets qui leur tiennent à cœur.

.....

Les centres de conseil psychologique et éducatif offrent aux jeunes une aide indispensable pour faire face aux difficultés scolaires, aux problèmes de santé mentale, aux situations stressantes et au développement de leur sexualité.

ALEX peut être utilisé dans le cadre de séances de conseil individuelles, permettant aux jeunes d'aborder des questions liées à la SSR dans un environnement privé et confidentiel, avec le soutien d'un professionnel. Dans ce contexte, le chatbot devient un support de réflexion personnelle et un catalyseur pour des discussions plus approfondies. Dans le cadre d'ateliers en groupe, ALEX peut aussi être utilisé pour susciter des discussions entre pairs. Si les participants sont sélectionnés en fonction d'intérêts communs, le bot offre un point de départ neutre pour une exploration partagée et un apprentissage en groupe.

En plus des avantages qu'il apporte aux jeunes, ALEX est un outil utile pour les éducateurs, les thérapeutes et les spécialistes, offrant un moyen flexible et inclusif d'initier ou de soutenir les conversations sur la SSR.

I



Soutenir les
jeunes dans les
centres de
conseil

2

Former des
éducateurs sexuels
pour faciliter les
discussions
numériques sur la
SRR

Les éducateurs sexuels (qu'ils soient dans des écoles ou dans des centres de conseil) ont besoin d'outils pratiques pour aider à guider les jeunes vers des sujets complexes sur la SRR. ALEX fournit une manière innovante d'engager ces discussions. Pour l'utiliser efficacement, les éducateurs doivent participer aux ateliers de formations.

Ces ateliers doivent couvrir : les opérations techniques de l'application, les données de sécurité et de confidentialité des utilisateurs, l'étendue du contenu disponible, les caractéristiques d'accessibilité et d'inclusion, et la valeur éducative et experte d'ALEX.

Donner aux professionnels les connaissances et la confiance nécessaires pour utiliser ALEX réduit les ambiguïtés, favorise un dialogue ouvert et aide à intégrer le chatbot dans leur pratique quotidienne.

3

Favoriser
l'exploration de
l'identité de genre
dans les centres
de jeunesse

Les centres de jeunesse fournissent un environnement non formel, et paisible où les jeunes se sentent souvent plus à l'aise qu'à l'école. Ces espaces sont surtout bénéfiques pour ceux ayant des questions sur l'identité de genre, puisqu'ils réduisent la pression sociale souvent présente dans des groupes plus grands, et plus formels.

Organiser de petits ateliers autour d'ALEX permet aux participants d'explorer le contenu du chatbot en privé ou avec des pairs qui partagent des questions et des expériences similaires. Ces sessions ciblées favorisent l'ouverture, renforcent la compréhension mutuelle et encouragent le soutien entre pairs dans un cadre sûr et sans jugement. Le chatbot devient ainsi à la fois un outil d'apprentissage et un sujet de conversation sur des thèmes comme l'identité, l'orientation et les relations.

4

Autonomiser les
jeunes souffrant
de troubles de la
communication

Pour les jeunes qui ont des difficultés à communiquer à l'oral ou à l'écrit, ALEX est particulièrement adapté, car ils peuvent interagir avec le chatbot en sélectionnant des messages prédéfinis, des mots-clés ou des options à choix multiples. Cela réduit la pression liée à la rédaction de longs textes ou à l'expression orale. Le langage convivial et inclusif utilisé par ALEX répond à divers besoins d'apprentissage et renforce une image positive de soi.

Les éducateurs peuvent concevoir des sessions où les utilisateurs explorent ALEX seuls ou dans le cadre d'un groupe guidé, ce qui leur laisse le temps de réfléchir individuellement et de discuter ensemble. Utilisé régulièrement, ALEX devient un outil qui renforce la confiance des jeunes en situation de handicap, leur donnant un accès égal à une éducation inclusive en matière de SSR.

5



Promouvoir la
sécurité en ligne
dans les
programmes
d'éducation
numérique

Dans le domaine de l'éducation numérique, les thèmes de la sécurité en ligne et de la santé sexuelle se rejoignent souvent. Lorsqu'on aborde la question de l'utilisation sûre d'Internet, il est essentiel d'évoquer aussi des sujets comme le consentement, la vie privée, la prédation sexuelle et le chantage sexuel. ALEX peut être utilisé dans le cadre de sessions consacrées aux comportements numériques, aux risques et à la responsabilité personnelle. Les jeunes peuvent explorer la bibliothèque du chatbot sur la sécurité sur Internet et la santé sexuelle, et les éducateurs peuvent animer des jeux de rôle basés sur des scénarios courants en ligne (comme le fait d'être poussé à partager des photos personnelles).

Cette activité aide les jeunes à développer leur culture numérique et leur résilience, en leur montrant que certains outils numériques, comme ALEX, peuvent être des alliés fiables pour acquérir des habitudes en ligne sûres et éclairées.

6



Former les
bénévoles de
l'ESC pour soutenir
l'apprentissage
entre pairs

Les bénévoles de l'ESC soutiennent régulièrement des activités pour les jeunes et des événements communautaires. Comme ils ont souvent à peu près le même âge que les participants, ils peuvent servir de modèles accessibles. Leur formation à l'utilisation d'ALEX élargit leur palette d'outils pour aborder les questions de SSR avec les jeunes.

Comme l'anglais n'est pas forcément la langue maternelle de tout le monde, les capacités multilingues d'ALEX contribuent à combler les fossés de communication. Les bénévoles peuvent l'utiliser lors d'ateliers sur l'inclusion, l'image corporelle, la sécurité sur Internet ou la diversité. Cette utilisation collaborative du chatbot favorise le dialogue, réduit la stigmatisation et permet aux bénévoles et aux jeunes de s'engager plus ouvertement sur des questions sensibles.

7



Briser les tabous
grâce à un
brainstorming
collectif

Bien que la société soit de plus en plus ouverte à la discussion sur les questions liées à la sexualité, de nombreux tabous persistent. Pour les remettre en question, les jeunes ont besoin d'espaces créatifs où ils peuvent explorer des sujets difficiles ou délicats en toute sécurité et collectivement.

Dans cette activité, les jeunes commencent par une séance de brainstorming anonyme pour identifier les sujets tabous ou les questions qu'ils hésitent à aborder. Une « banque de tabous » commune est créée, puis les participants utilisent ALEX pour explorer ces questions en privé, en recueillant les réponses utiles ou surprenantes du chatbot. Ces réponses peuvent ensuite être discutées en groupe ou partagées, de manière anonyme si souhaité, sur un blog scolaire, le tableau d'affichage d'un centre pour jeunes ou une plateforme de réseaux sociaux.

8



Impliquer les parents dans le milieu scolaire

Les parents jouent un rôle central dans la formation des jeunes à la santé sexuelle. Cependant, beaucoup ont du mal à entamer ou à maintenir des conversations ouvertes sur les questions de SSR à la maison. La présentation d'ALEX lors des réunions parents-enseignants peut contribuer à combler ce fossé. Les éducateurs peuvent présenter le chatbot, démontrer ses fonctionnalités et expliquer son utilisation en tant qu'outil de soutien fiable et scientifiquement fondé pour les adolescents.

Cette expérience peut contribuer à démystifier l'éducation à la SSR, rassurer les parents hésitants et les inciter à aborder le sujet à la maison. ALEX devient alors non seulement un outil destiné aux jeunes, mais aussi une ressource familiale commune qui aide à normaliser les discussions sur la sexualité et encourage une communication basée sur la confiance entre les générations.

9



Explorations théâtrales inspirantes sur la santé sexuelle dans les écoles

Les activités théâtrales peuvent être un moyen captivant d'aborder des questions sensibles. Cet exemple invite les enseignants et les travailleurs jeunesse à créer une pièce de théâtre intégrant ALEX en tant que personnage ou présence rassurante dans l'intrigue. Les élèves peuvent incarner différents profils et expériences autour de la santé sexuelle, ALEX leur offrant des conseils, des explications ou un soutien émotionnel. Cela peut prendre la forme d'un jeu de rôle, d'une pièce de théâtre scénarisée ou d'une improvisation. Le récit doit refléter les défis réels auxquels sont confrontés les adolescents, comme les difficultés relationnelles, l'image corporelle ou les questions d'identité.

La pièce finale peut être jouée devant les camarades de classe, servir de point de départ à une discussion ou être adaptée pour des exercices en classe. Grâce à ce processus, les jeunes et les éducateurs explorent comment les outils numériques comme ALEX peuvent favoriser le bien-être émotionnel et le développement personnel tout en encourageant l'empathie, l'inclusion et l'éducation aux médias.

10



Ateliers visant à améliorer la santé sexuelle en milieu clinique

ALEX peut enrichir les ateliers sur la santé sexuelle organisés par des infirmières ou du personnel médical. Ces ateliers portent souvent sur la contraception, la prévention des IST et l'anatomie, mais peuvent négliger des sujets plus larges comme le bien-être émotionnel, la confiance en soi ou la dynamique des relations. Les animateurs peuvent présenter un sujet spécifique (comme la grossesse, les menstruations, la contraception) et montrer comment ALEX propose des contenus concis et des discussions interactives. Si les élèves sont autorisés à utiliser leur smartphone, ils peuvent explorer ALEX de manière autonome. Sinon, le chatbot peut être projeté et navigué par l'animateur.

La session se termine par une séance de questions-réponses, une réflexion et des suggestions pour continuer à utiliser ALEX à la maison. Cette approche d'apprentissage mixte renforce l'engagement et personnalise l'apprentissage.



Renforcer les soins gynécologiques grâce à des ressources de suivi

Les jeunes patientes peuvent hésiter à poser des questions sensibles lors des consultations gynécologiques. ALEX contribue à combler ce fossé en offrant une source d'informations privées et scientifiquement fondées sur la SSR, à laquelle les jeunes peuvent accéder avant ou après leurs rendez-vous. Les professionnels peuvent recommander ALEX directement lors des consultations ou afficher des posters avec des QR codes dans les salles d'attente. Pour garantir la confiance dans cet outil, les gynécologues sont encouragés à le tester eux-mêmes.

Cette approche aide les jeunes patients à poser des questions éclairées, à revoir les concepts clés à leur propre rythme et à approfondir leurs connaissances en dehors du cadre médical.



Apprendre aux élèves à évaluer de manière critique les informations en ligne sur la SSR

Les jeunes se tournent de plus en plus vers Internet pour obtenir des conseils en matière de santé sexuelle. Cependant, une grande partie des informations qu'ils trouvent sont trompeuses ou inexactes. Cet atelier invite les élèves à évaluer de manière critique les sources d'information sur la SSR en comparant le contenu en ligne avec les informations vérifiées par ALEX. Les élèves explorent un sujet avec ALEX, puis comparent ses réponses avec des vidéos YouTube, du contenu TikTok ou des blogs anonymes.

Les animateurs mènent une discussion sur la fiabilité, la crédibilité scientifique et la propriété intellectuelle. Grâce à ce processus, les jeunes acquièrent des compétences pour repérer les fausses informations et apprennent à se tourner vers ALEX et d'autres ressources fiables pour répondre à leurs questions futures.



Construire des outils avec les jeunes pour établir des relations saines

Les relations jouent un rôle important dans le développement des jeunes, mais beaucoup d'entre eux s'engagent dans une relation sans avoir d'attentes claires ni le vocabulaire nécessaire pour exprimer leurs limites. Grâce à ALEX, les participants explorent des thèmes comme la confiance, le respect, la jalousie et le consentement. Ils se constituent ensuite une boîte à outils relationnelle personnelle qui comprend des signaux d'alerte, des conseils de communication et des stratégies de résolution des conflits.

Lors des séances suivantes, les jeunes jouent des scénarios relationnels et partagent leurs outils avec leurs pairs. ALEX aide à rendre concrètes des valeurs abstraites en proposant des scripts et des conseils directement applicables à la vie réelle.



Aborder les risques numériques dans les relations en ligne et la sexualité

Les interactions en ligne occupent une place centrale dans les relations modernes. Cependant, elles comportent des risques : sextorsion, prédation sexuelle, partage non consensuel d'images et manipulation.

Cette activité commence par des discussions sur le comportement en ligne. Les jeunes explorent ensuite les sections d'ALEX consacrées à la sécurité sur Internet et au consentement numérique. Ils analysent des scénarios réels et utilisent le chatbot pour réfléchir à des réponses saines et assertives.

Les groupes élaborent ensuite des directives de sécurité numérique pour se protéger et protéger les autres, après quoi ils peuvent être encouragés à transformer leurs idées en affiches, infographies ou campagnes sur les réseaux sociaux.



Démystifier les mythes sur le sexe et la pornographie

De nombreux jeunes se tournent vers la pornographie pour s'informer sur la sexualité, sans avoir conscience à quel point ces représentations peuvent être déformées et irréalistes.

Dans cette activité, les élèves sélectionnent des mythes (comme « Le porno est un bon moyen d'apprendre la sexualité ») et les étudient en utilisant ALEX. Ils comparent leurs conclusions avec ce qui est couramment observé dans les médias et formulent des affirmations qui démystifient ces mythes.

Des discussions s'ensuivent sur la manière dont ces idées fausses affectent leur image corporelle, leurs attentes et leurs relations. ALEX les aide à recadrer leur pensée en se basant sur des faits et non sur des fantasmes, et les encourage à rechercher des moyens plus sains et plus respectueux d'apprendre l'intimité.

Conclusion



Ce guide, élaboré par le consortium Alex: le chatbox d'éducation sexuelle, résume l'expérience acquise lors des tests du chatbot auprès des jeunes de la génération Z et des éducateurs qui les accompagnent. Il aborde des questions clés : quelles fonctionnalités les utilisateurs ont-ils trouvées utiles et intéressantes ? Quels aspects doivent être améliorés, notamment en matière d'inclusion et de lutte contre la désinformation ?

Lors de la phase de test, les partenaires du projet ont mobilisé diverses communautés au sein de leurs réseaux, ce qui a permis d'obtenir des résultats fiables et pertinents. Les participants de tous les pays partenaires ont réagi positivement et ont manifesté un vif enthousiasme pour ce format interactif et engageant. Les enquêtes ont révélé une appréciation commune du ton ludique et accessible d'Alex. Cela démontre que l'un des objectifs fondamentaux de la pédagogie moderne a été atteint : rendre l'apprentissage à la fois agréable et significatif. Parmi les travailleurs jeunesse, l'un des aspects les plus appréciés était l'utilité d'Alex pour faciliter les conversations sur des sujets sensibles. Chez les jeunes, la caractéristique la plus appréciée d'Alex était son ton amical et sans jugement, qui facilitait l'exploration de sujets complexes de manière sûre et accessible.

Ce guide contient aussi des chapitres pratiques pour les futurs utilisateurs : quand et où présenter le bot, et comment l'intégrer dans des contextes éducatifs. Il est important de noter qu'Alex a été créé sur la base de recherches approfondies et fondées sur des preuves menées par les partenaires du projet. C'est pourquoi nous recommandons fortement d'utiliser le chatbot et les ressources qui l'accompagnent à la fois individuellement et en groupe dans le but de renforcer l'éducation à la santé sexuelle.

Lors de la conception d'Alex, nous avons pris en compte la diversité du public cible, non seulement la large tranche d'âge de la génération Z, mais aussi les utilisateurs qui peuvent être marginalisés en raison de leur identité de genre ou de leurs besoins d'apprentissage. Notre objectif était de créer un outil adapté aux environnements éducatifs formels et non formels. Malgré cette large portée, nous sommes convaincus que toutes les personnes qui interagiront avec Alex trouveront un contenu pertinent et utile.



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Cofinancé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture.

Code du projet : 2022-2-BE04-KA220-YOU-000100193

