



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



**Institute for
Reproductive Health**
Georgetown University

Méthode des deux jours[®]: Une formation pour les enseignants de la planification familiale naturelle

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

A la fin de l'atelier, les participants seront en mesure de démontrer :

- Une connaissance de la Méthode des Deux Jours, ses bases scientifiques et son fonctionnement
- Le dépistage et le counseling des clientes portant sur la Méthode des Deux Jours
- L'utilisation correcte des aides professionnelles de l'enseignant
- Les compétences de communication pour conseiller les clientes sur la Méthode des Deux Jours et aider les clientes à prendre en charge les jours féconds

EMPLOI DU TEMPS

- Bienvenue et présentation des participants
- Qu'est la Méthode des Deux Jours ?
- Que sont les sécrétions ?
- Visite initiale : Qui peut utiliser la Méthode des Deux Jours ?
- Communiquer à propos de la sexualité
- Aider le couple à prendre en charge les jours féconds
- S'exercer à donner un counseling sur la Méthode des Deux Jours
- Visite de suivi : Est-ce que la Méthode des Deux Jours convient toujours au couple ?
- Evaluation de l'atelier et cérémonie de clôture

ACTIVITÉ 4: MATERIEL POUR L'ACTIVITE D'ANALYSE DE CAS

Instructions : Lisez le cas et appliquez la Liste de vérification pour déterminer si la Méthode des Deux Jours convient à la cliente et à son mari. Si la méthode convient au couple, identifiez la phase du cycle à laquelle elle se trouve en ce moment.

Questions pour l'analyse de cas

- 1) Est-ce que la femme répond aux critères biologiques nécessaires pour utiliser la méthode ?
- 2) Est-ce que la Méthode des Deux Jours lui convient ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- 3) A quelle phase du cycle menstruel se trouve-t-elle pour le moment ?
- 4) Quelle est l'explication donnée à la femme en fonction de la phase à laquelle elle se trouve pour le moment ?
- 5) Est-ce la Liste de vérification a été utilisée ? Qu'en pensez-vous ?

CAS 1:

- **Maria** a 26 ans et 2 enfants. Le plus jeune a 3 ans.
- Elle est mariée mais n'utilise pas la planification familiale. Pour éviter une grossesse elle et son mari utilisent le retrait.
- Elle et son mari veulent une méthode naturelle.
- Après avoir entendu parler de la Méthode des Deux Jours, elle pense que c'est un bon choix pour elle. L'enseignant a trouvé que les sécrétions de Maria étaient saines et elle est prête à les observer chaque jour.
- Elle a ses règles depuis trois jours.

CAS 2:

- **Consuelo** souhaite utiliser une méthode naturelle.
- Elle est intéressée par la Méthode des Deux Jours après qu'une amie lui en a parlé.
- Elle a un bébé de 7 mois et l'allaita encore.
- Elle a noté des pertes vaginales par le passé et elles correspondent aux descriptions de sécrétions vaginales saines.
- Elle indique qu'elle est prête à vérifier tous les jours, mais elle a peur de l'oublier. Elle est préoccupée parce qu'elle n'est pas sûre si elle pourra déterminer si elle a ou non des sécrétions
- Elle a eu ses règles 4 fois depuis la naissance du bébé et doit à nouveau les avoir la semaine prochaine. Elle a eu des relations sexuelles depuis ses dernières règles

CAS 3:

- **Dora** souhaite utiliser la Méthode des Deux Jours.
- Elle est mariée depuis 8 ans et a 3 enfants.

- Elle a arrêté d'utiliser la pilule il y a 2 mois et à présent, ils utilisent un condom de temps en temps. Elle ne veut pas tomber enceinte, et elle et son mari veulent utiliser une méthode naturelle.
- Ses sécrétions sont normales et elle est prête à les observer tous les jours, mais elle craint d'oublier.
- Elle a eu ses règles il y a environ une semaine et demie.
- Elle pense qu'elle a une bonne relation avec son mari et il la soutiendra avec l'usage de la méthode.

CAS 4:

- **Rebecka** est à la recherche d'une méthode naturelle et, après avoir pris connaissance du fonctionnement de la Méthode des Deux Jours, elle décide de l'utiliser.
- Elle a eu sa dernière injection (d'un mois) il y a un mois et demi et, depuis, elle n'a pas utilisé de moyen de contraception lorsqu'elle a des rapports sexuels.
- Elle n'a pas encore eu ses règles et ne sait pas très bien quand elle les aura.

ACTIVITE 6: MATERIEL DU FACILITATEUR

MA SEXUALITE

- 1) Combien de fois avez-vous des rapports sexuels ?
- 2) Comment decrivez-vous votre vie de rapports sexuels ?
- 3) Qui prenez l'initiative d'avoir des rapports sexuels, vous ou votre mari ?
- 4) Comment sentirez-vous si vous n'avez pas de rapports sexuels ? Pourquoi ?
- 5) Si votre mari veut avoir des rapports sexuels, et vous ne voulez pas, qu'est-ce que vous faites ?
- 6) Est-ce que vous avez eu des rapports sexuels sous pression de votre mari ? Decrivez s'il vous plaît.

ACTIVITÉ 8: Cas pour le jeu de rôle

CAS 1:

- **Cecilia** a 29 ans et a 3 enfants.
- Le plus jeune a 3 ans.
- Avant de tomber enceinte, elle utilisait l'injectable de 3 mois mais, à présent, elle souhaite utiliser une méthode naturelle.
- Le couple n'utilise aucune méthode de planification familiale présentement.
- Elle vit une relation stable et bien que son mari boive un peu et s'enivre à l'occasion, il ne lui a jamais manqué de respect. Cecilia pense qu'elle a une bonne relation avec son mari.
- Après avoir entendu parler de la Méthode des Deux Jours, elle pense que c'est un bon choix pour elle et son mari. Ses sécrétions sont saines et elle est prête à les vérifier tous les jours.
- Elle a ses règles depuis 3 jours.

CAS 2:

- **Mercedes** souhaite utiliser une méthode naturelle.
- Son plus jeune bébé a 9 mois et elle l'allaite encore.
- Elle a entendu parler de la Méthode des Deux Jours par une amie et cela semble un bon choix pour elle. Elle connaît bien ses sécrétions et, pendant quelques mois, elle a remarqué que ses sécrétions venaient irrégulièrement et en petites quantités mais, depuis qu'elle donne à son enfant des aliments solides, ses sécrétions sont devenues plus régulières.
- Ses sécrétions sont normales et elle est prête à les vérifier chaque jour.
- Elle a déjà eu ses règles 4 fois depuis la naissance de son enfant et elle doit à nouveau les avoir dans deux semaines. Depuis ses dernières règles, elle a eu des rapports sexuels.

Elle pense vivre une relation stable avec son mari et, à son avis, il sera d'accord pour utiliser une méthode naturelle.

Formulaire de feed-back

Instructions pour les participants

1. Examiner brièvement comment votre partenaire a rempli cet exercice.
2. Mettre un X sous « Oui, » « Partiellement » ou « Non » pour chaque réponse suivante sur l'efficacité de votre partenaire dans sa séance de counseling. Si vous marquez « Partiellement » ou « Non, » prière d'indiquer dans la colonne des « Commentaires » comment votre partenaire aurait pu mieux faire.
3. Donner ce feed-back à votre partenaire après avoir rempli le formulaire.

	Oui	Partiellement	Non	Commentaires
--	-----	---------------	-----	--------------

Mon partenaire :

1) A fait un dépistage de la cliente pour déterminer si la méthode lui convient, à elle et à son mari.				
2) Pendant le dépistage, a déterminé à quelle phase du cycle se trouve la femme et a expliqué brièvement les sécrétions qu'elle a probablement en ce moment.				
3) A expliqué comment utiliser la méthode en se servant de l'aide-mémoire et a vérifié que la cliente avait bien compris en lui demandant de lui expliquer à nouveau.				
4) A expliqué comment utiliser le Carnet et a vérifié que la cliente avait compris.				
5) A apporté une aide pour la prise en charge des jours féconds de la femme.				
6) A utilisé adéquatement les aides professionnelles				
7) A utilisé des mots simples dans ses explications.				

Profession: _____
Centre de santé : _____

Date: _____

TEST - METHODE DES DEUX JOURS
Ville, pays

Instructions: Lire la question et choisir la ou les réponses correctes à votre avis.

Prière de lire toutes les options avant de marquer votre réponse.

- 1) Pour utiliser correctement la Méthode des Deux Jours :
 - a) La femme doit observer tous les jours si elle a des sécrétions et le marquer sur le Carnet d'utilisation de la cliente
 - b) Les couples doivent s'abstenir de rapports sexuels non protégés lors des jours féconds
 - c) Les sécrétions de la femme sont saines
 - d) Choisir tous les options

- 2) Selon la Méthode des Deux Jours, une grossesse est probable :
 - a) Tous les jours
 - b) Quand elle a ses règles
 - c) Si elle a eu des sécrétions **aujourd'hui OU hier**
 - d) Seulement quand les sécrétions sont abondantes

- 3) Une grossesse est improbable :
 - a) Uniquement les jours où elle a ses règles
 - b) Si elle a ses règles ou si elle n'a pas eu de sécrétions **NI aujourd'hui NI hier**
 - c) Uniquement si elle n'a pas eu des sécrétions aujourd'hui.

- 4) Dans ce qui suit, qu'est-ce qui est une caractéristique de la Méthode des Deux Jours :
 - a) Pour être naturelle, les deux maris s'abstiennent de rapports sexuels lors des jours féconds.
 - b) Une femme doit savoir exactement la date de ses dernières règles pour commencer à utiliser la méthode.
 - c) Elle demande qu'une femme fasse attention à ses sécrétions tous les jours pour savoir si elle se trouve à un jour fécond.
 - d) Choisir a et c

- 5) Une femme qui se trouve à la période de post-partum ou qui allaite peut utiliser la Méthode des Deux Jours :
 - a) A n'importe quel moment
 - b) Si elle a eu ses règles au moins à 4 reprises après la naissance du bébé
 - c) Dès qu'elle commence à avoir ses règles
 - d) Quand son bébé a 4 mois

- 6) Une femme qui a utilisé récemment la pilule peut utiliser la Méthode des Deux Jours :
 - a) A n'importe quel moment
 - b) Un mois après avoir arrêté l'utilisation de la pilule
 - c) Après avoir arrêté la pilule et après avoir eu au moins une fois ses règles après l'avoir arrêtée.

- 7) Une femme qui a utilisé l'injection de 3 mois peut utiliser la Méthode des Deux Jours :
 - a) Lorsqu'elle a à nouveau ses règles
 - b) Si 4 mois se sont écoulés depuis qu'elle a reçu sa dernière injection et si elle a eu ses règles après que ces 4 mois se sont écoulés
 - c) A n'importe quel moment
 - d) Si 3 mois se sont écoulés depuis qu'elle a reçu la dernière injection

- 8) Une femme qui utilise la Méthode des Deux Jours doit faire attention à ses sécrétions :
 - a) Dès qu'elle se lève le matin
 - b) Au moins deux fois par jour dès midi
 - c) Uniquement avant de se coucher.

- 9) On recommande qu'une femme qui vient juste de commencer à utiliser la méthode:
 - a) vérifie ses sécrétions seulement en les sentant
 - b) Examine ses sécrétions à s'élever
 - c) Fait attention en les observant, en les touchant et en les sentant

- 10) Sécrétions
 - a) Ne sont pas toujours les mêmes et changent chaque jour
 - b) Continuent pendant plusieurs jours de suite une fois qu'elles commencent
 - c) Ont toujours la même apparence et la même sensation
 - d) Choisi a et b

