« Le porno ce n'est pas la réalité et surtout pas ~~un mode d'emploi~~ »

Jeunes et pornographie, en parler pour prévenir

Anaïs FOUSSIER

Sexologue,
Cordonnatrice de la recherche Sex-T-Ado

Sébastien LANDRY

Psycho-Sexologue
Spécialité : psycho-onco-sexologie
AASM – Clinique Victor Hugo
Ligue contre le cancer

Constat

La pornographie représente 50 milliards d'euros de chiffre d'affaire par an dans le monde, dont 10 milliards d'euros pour les USA et 200 millions d'euros pour la France !

Pornhub c'est :

- 33,5 milliards de visites en 2018, soit 92 millions de visites par jour (c'est la population de l'Australie, du Canada et de la Pologne réunis)

- 5 millions de vidéos partagées en 2018 : il nous faudrait 115 ans pour les regarder toutes.

- 30,3 milliards de recherches par an, soit 962 recherches chaque seconde dans le monde.

- 207 405 vidéos visionnées par minute dans le monde

- 29% de femmes utilisatrices du site Pornhub en 2018

- 300 000 visiteurs de sites pornographiques chaque seconde dans le monde, c'est plus que Amazon, Netflix, et Twitter réunis.

- 350 milliards de vidéos visionnées en 2018 sur Youporn, Pornhub, Xhamster et Xvideos réunis.

Constat

L'exposition à la pornographie concerne l'immense majorité des adultes.

15 % des enfants européens de 9 à 11 ans ont vu des images à caractère sexuel dans l'année, ainsi que 39 % des 12-14 ans et 61 % des 15-16 ans (Smahel et al., 2020).

Ces images sont d'autant plus difficiles à « digérer » que l'enfant est jeune et se retrouve seul face à elles, sans oser en parler :

39% des 15-18 ans sont tombés sur du contenus pornographiques sans le vouloir

Seulement 13% en parlent à un adulte responsable.

CRIPS Sud (2017)

Construction de la sexualité

La sexualité humaine à 3 grandes fonctions

- **Hédonique**

La première fonction de la sexualité humaine est la recherche de plaisir, principalement par le développement et l'activation du système de récompense au niveau cérébral.

- **Construction d'un lien d'intimité, affectif et relationnel**
- **Reproduction**

La sexualité est un **aspect central de l'être humain**. Elle se construit par un **apprentissage continu** tout au long de la vie. Elle est **dynamique et évolutive**.
Elle n'est pas innée ou naturelle, seule l'excitation génitale est un phénomène inné: l'érection et l'éjaculation chez l'homme et la lubrification vaginale chez la femme.

La sexualité est complexe et multifactorielle, chacun construit sa propre sexualité, cette construction débute dès la naissance et se poursuit tout au long de la vie.

Construction de la sexualité

Dès la naissance des réflexes liés au toucher sont en place (succion, fouissement, agrippement), c'est la base du développement du lien d'attachement.
Le **Reflexe d'Excitation Génital** (RGE) (chez les garçons, l'érection, chez les filles, la lubrification) est déjà présent et se déclenche fortuitement par les premiers contacts de soins. Dès les premiers mois le besoin fusionnel coexistent avec les premières sensations sexuelles.

Le comportement d'exploration sexuelle de l'enfant est un **comportement normal**, c'est la construction des fondations de la sexualité future mais elle ne ressemble en rien à une sexualité adulte.

On parle de développement **psychosexuel** parce que dans cette construction la **maturité psychique est fondamentale**.

Construction de la sexualité

La découverte de sensations corporelles sexuelles agréables est un fait, mais le traitement et la compréhension qui en fait par le psychisme n'a rien à voir avec une sexualité d'adulte.

C'est pour cette raison que l'accès à une sexualité adulte (image, film, abus, climat familial « incestuel », le fait d'assister à la sexualité de ses parents…) quand le développement psychique de l'enfant n'en est pas à ce niveau de maturation, est délétère, inquiétant pour lui, voir synonyme « d'agression sexuelle psychique ».

Il pourra alors développer des comportements inadaptés par rapport à son âge.

Construction de la sexualité

A l'adolescence (13-17 ans)

Grand bouleversement hormonal et émotionnel.
Apparition des caractères sexuels secondaires (pilosité, musculature, seins, voix)

Premières initiation à une sexualité adulte ; Etreintes, baisers, caresses non génitales et génitales, RS avec pénétration.

Quête d'individuation, d'autonomisation mais craintes+++, grande ambivalence envers les parents. Identification aux pairs.

Evolution vers la maturité psychique suffisante pour entrée dans la sexualité adulte et notamment la maturité de la pleine capacité à consentir. (Fixée à 15 ans par la législation française)

Construction de la sexualité

De **multiples facteurs** influencent la sexualité d'un individu.

Le plus important c'est le **système de récompense** au niveau cérébral (lors d'une expérience sensorielle agréable le système de récompense s'active et nous pousse à reproduire cette expérience).

Facteurs majeurs:
Emotionnels (conditionnement émotionnel; joie, peur, tristesse, appréhension, dégoût)
Cognitifs (croyances, mimétisme, imaginaire sexuel)
Environnementaux (Contexte culturel, religieux, familial, et l'éducation à la sexualité reçue (dans la famille, à l'école, sur les réseaux d'information), la pornographie…)

Facteurs mineurs: Hormones, phéromones, gènes

Les enjeux des images pornographiques

La pornographie oublie ..

Le respect de soi et de l'autre

Son désir et le désir de l'autre

Le consentement

La tendresse

Les sentiments

Les différentes sexualités

Il est important d'éduquer les jeunes

Déconstruire la pornographie pour permettre aux jeunes de prendre du recul

Des Impacts négatifs

Les adultes sous estiment l'ampleur du phénomène et en font un sujet tabou. Les études mettent en avant, chez les gros consommateurs de pornographie, un impact négatif sur la sexualité vécue.

Accompagner les jeunes à développer un sens critique par rapport aux images pornographiques est l'un des enjeux majeurs pour les protéger d'effets délétères sur leur sexualité.

Prévention – que faire ?

Chez les gros consommateurs de pornographie, les études mettent en avant,

- **une mésestime de soi et de l'autre,**
- **un surinvestissement de ce qui est visionné par rapport au couple et à la vraie sexualité, une perte de la créativité sexuelle**
- **des exigences physiques idéalistes, une objetisation du corps**
- **des performances sexuelles irréalistes,**
- **des attentes sexuelles trop élevées, etc…**

On sait également qu'une vision trop précoce, chez les plus jeunes, peut avoir un impact sur la construction mentale de leur sexualité. Cela peut les amener à avoir une vision erronée de la sexualité.

Impacts de la pornographie chez les plus jeunes (- de 15 ans)

Génère une excitation physique en même temps que du dégoût et un état de choc parce que images très crues que son cerveau n'est pas prêt à assimiler.

Induit souvent une fascination pour l'image pornographique dans une tentative psychique de compréhension de ce qui ne fait pas sens mais génère des sensations et des émotions ambivalentes et contradictoires.

Chez les + de 15 ans

Les effets potentiellement négatifs sur la personne et sa sexualité

- Complexes physique, de performance
- Fausses croyances sur la sexualité
- Construction d'une sexualité biaisée (survalorisation de certaines pratiques sexuelles)
- Perte de l'érotisme au profit d'une sexualité plus mécanique centrée sur l'acte plutôt que la relation d'altérité
- Perte de la fantasmatique et de la créativité sexuelle

« Alors que l'imaginaire, et donc la pensée occupe une grande place dans les relations amoureuses et sexuelles, la pornographie les réduit aux sexes et à un acte envisagé sous l'angle de la performance en deçà de toute dimension affective. C'est la possibilité même de penser, rêver la sexualité qui est annulée, […]. »

- Troubles sexuels induits

L'addiction à la pornographie

« A Cambridge, en 2013, l'université à mis en évidence que le cerveau de jeunes adolescents qui regardent les scènes pornographiques et qui sont dépendant se comporte comme le cerveau d'une personne toxicomane ou alcoolique. »

Les étapes de l'addiction

1. Consommation **sporadique** de contenu pornographique
2. Consommation de plus en plus **fréquente** (une routine se met en place)
3. Consommation fréquente, **nécessaire** (le cerveau en veut toujours plus)
4. Consommation fréquente, nécessaire, **et de + en + intense** (contenu de + en + stimulant, trash voire violent)
5. **Récréation** des scènes porno dans sa vie perso (mettre en scène des scénarii porno dans sa sexuelle réelle pour continuer à ressentir une excitation). Etape non systématique.

L'addiction à la pornographie

- Addiction comportementale qui se construit comme une addiction à un produit, très puissante.
- Addiction rapide et grave chez les plus jeunes
- Impacts dans la vie de la personne addicte, mise en danger des autres sphères de la vie, scolarité, relation familial, relation amicale, relation sentimental.
- Impact dans la construction de sa sexualité (vision de la femme-objet, perte d'habileté sociales à séduire, incapacité à maintenir des relations stables, suppression de l'affect et de l'intimité lors des rencontres sexuelles, estime de soi très basse, comparaison aux performances du porno, satisfaction sexuelle diminuée)
- Souffrance psychique induite, dégoût, honte, culpabilité.

L'addiction à la pornographie est très difficile à assumer pour un adolescent qui ne sait souvent pas vers qui se tourner pour demander de l'aide.

Impact négatif

Pourquoi est-il important d’en parler ?

Témoignage d'un jeune qui a été addicte à la pornographie

https://www.youtube.com/watch?v=QosJ2uM1N1I

Prévention – que faire ?

Déconstruire la pornographie

Le positionnement des adultes auprès des jeunes

Des outils pédagogiques

Déconstruire la pornographie !!

La taille du pénis !

On oublierait presque que les acteurs pornos sont sélectionnés sur casting.

Le critère : 20 centimètres en érection !

Il faut savoir que seulement **1% des hommes possèdent un pénis de 20 cm ou plus.**

La moyenne d'un pénis en érection en Europe : entre 11 et 17 cm, soit 14,27 cm.

Le flot du sperme

Dans un porno, quand il y a éjaculation, on dirait (presque) que les litres coulent à flots, mais dans la vraie vie, une éjaculation équivaut à une cuillère à café (6cl) !

Les seins qui tiennent tout seuls

Les poitrines des femmes dans les films pornos tiennent toutes seules !

Et pour cause, la plupart sont faux !

La "normalité", c'est d'avoir les seins qui pointent un peu vers le bas.

Les femmes adorent avaler

Dans un porno, la femme avale la semence comme une potion magique !

Mais soyons réaliste, de nombreuses femmes préfèrent un bon smoothie vanille au sperme !

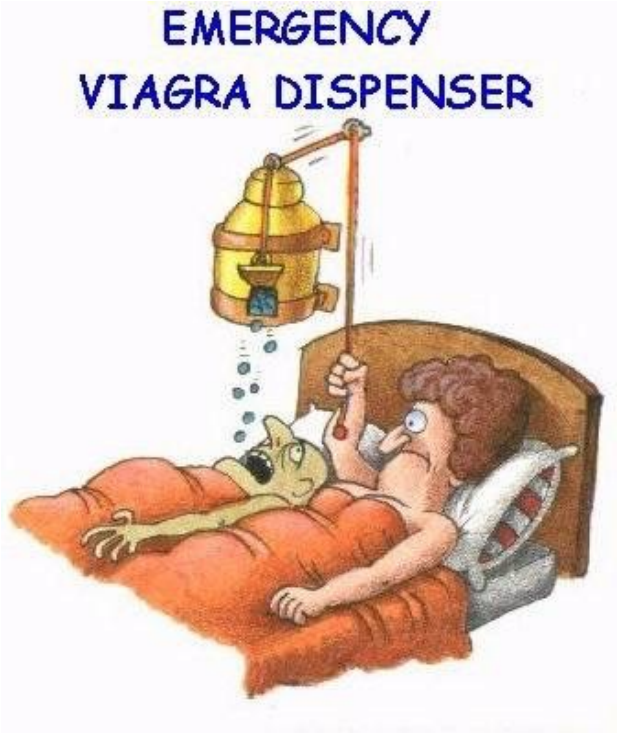
La réalité des films pornographiques

Tout d'abord il est important de casser le mythe des gros pénis provoquant un plaisir intense chez les actrices.

En réalité très peu de femmes peuvent profiter des très grands pénis car cela est douloureux.

Pour éviter de détruire le mythe qu'a construit la pornographie, les producteurs coupent les scènes où l'on voit les filles souffrir à cause de cela.

La réalité des films pornographiques, une industrie



95 % des acteurs sont sous IPDE 5 !

Entre les scènes il y a une personne qui est là pour exciter les acteurs avant ou entre les prises de tournages afin qu'ils soient en érections rapidement et de façon continue.

La réalité des films pornographiques: du cinéma !

Pour quelques minutes de pénétrations plusieurs caméras filment simultanément la scène.

Ensuite il y a un montage, vous pensez que la scène dure plusieurs dizaines de minutes mais ce n'est pas le cas, elle ne dure que quelques minutes.

Il faut vraiment garder à l'esprit que les films pornographiques sont comme tous les films, de la fiction !

Les films homosexuels n'y échappent pas

La personne qui reçoit est soumise, souvent violentée, insultées, et doit avoir une attitude féminine.

Exemple : Témoignage d'un acteur de pornos gay

« *Je suis asiatique. Les hommes asiatiques n'apparaissent pas dans la pornographie hétéro mais ils apparaissent dans la pornographie gay. Les asiatiques dans le porno gay sont présentés avec des caractéristiques féminines et sont en général soumis aux blancs* »

Le porno lesbien ressemble-t-il à la réalité ?

Non, il ressemble à ce que les gens s'imaginent au sujet des lesbiennes.

D'ailleurs, la plupart du temps, les actrices ne sont pas lesbiennes. Elles se contentent de jouer, vu que c'est leur métier.

Elles font beaucoup trop de bruit.

Sans surprise, le porno lesbien sort avant tout de la tête d'hommes qui cherchent à satisfaire des consommateurs bien souvent masculins, et qui n'ont pas grand-chose à faire de ce qui se produit réellement dans l'intimité de la communauté LGBTQ.

La Question sanitaire dans la pornographie

IST, contraception et préservatif

Les préservatifs sont très peu utilisés dans les contenus pornographiques mainstreams ou de manière très aléatoire.

Certaines catégories revendiquent même la non protection, *« sans contraception », « sexe imprudent », « condom broke »…*

Violences sexuelles

Certains sites gratuits sont accusés de permettre la visualisation de contenus violents non consentit.

Déconstruire la pornographie

Le porno est très stéréotypé et, en général, il ne véhicule pas une image positive des femmes et il met en avant un rôle déséquilibré des genres.

La femme reste destinataire de tout ce que l'homme peut faire et souvent dans une position de soumission avec plus ou moins de violence.

Il apparaît comme normal, dans les films à caractères pornographiques, que la femme soit frappée voire maltraitée.

Voilà l'image que les jeunes ont de la sexualité et ils vont tenter de reproduire cette sexualité puisque, une fois de plus, ils n'ont pas d'autres références.

Collectif Tout SEXplique 53!

Le positionnement des adultes auprès des jeunes

Positionnement des adultes

Comment les protéger (-15 ans)

Les adultes doivent prendre conscience que la confrontation à la pornographie des plus jeunes est une réalité.

- La suppression de l'accès facile à la pornographie pour les mineurs

Vœu pieux mais ce n'est pas pour demain. Trop lucratif, difficulté d'implication des pouvoirs publiques.

- Eduquer les enfants face au numérique en général et aussi à la pornographie.

On apprend à nos enfants, pendant des années, à se familiariser avec les dangers de la route avant de les laisser traverser seul. Bien souvent on leur met une tablette ou un smartphone entre les mains sans éducation…

- Mettre en place des systèmes de protections parentales

Important mais pas suffisant.

Positionnement des adultes

Comment les protéger (-15 ans)

La Clé : Créer un espace de parole

Oser en parler aux enfants et accueillir leur parole sur le sujet sans colère. L'adulte doit pouvoir rassurer et accompagner un enfant qui a été témoin d'image porno.

- Anticipant en prévenant les enfants qu'il peut être confronté à des images qui peuvent le gêner ou le choquer, qu'il s'agisse de violence ou de pornographie. « Sur internet il ya beaucoup de choses intéressantes mais aussi des images qui peuvent te choquer et qui ne sont pas destinées aux enfants, des images de gens déshabillés qui font des choses ensemble. » « Si ça t'arrive et que tu ne comprends ou que tu ne te sens pas bien d'avoir vu ça, vient en parler avec un adulte, on expliquera, on en parlera. »
- Différence fiction et réalité « Superman qui grimpe en haut d'un building ce n'est pas possible dans la vrai vie !» Cette capacité à faire la distinction se met en place lentement dans la tête d'un enfant pas tout à fait acquis en début de collège.

Positionnement des adultes

Comment les accompagner (+15 ans)

Ne pas interdire, le discours moralisateur ne fonctionne pas !

- Questionner ce que l'adolescent-e cherche dans la pornographie et ce qu'il/elle y trouve.
- Développer leur esprit critique face aux images et à cette représentation de la sexualité.
  - ✓ Pourquoi c'est pas la réalité
  - ✓ Différence fiction et réalité
  - ✓ Ethique et stéréotypes véhiculés
  - ✓ Ethique par rapport aux déviances de cette industrie sur ses salariés

Positionnement des adultes

Comment les accompagner (+15 ans)

- Baisser la pression, les rassurer par rapports aux complexes engendrés et aux performances imaginaires.
- Leur proposer de développer leur sexualité autrement,
- Travailler autour des notions d'altérité, d'empathie, de consentement, de communication, de créativité…

Les outils

Les outils à disposition pour parler de pornographie avec les jeunes

Outils d'animation

- « Abbac », carton vert, jaune, rouge, l'animateur pose des affirmations qui peuvent avoir des interprétations différentes, les jeunes se positionnent et ensuite on ouvre un échange entre les différentes réponses.

Supports jeux

- *« X regards sur le porno »* à partir de 13 ans
- *« Game of porn »* à partir de 13 ans

Disponible à l'IREPS et/ou au planning familiale 72-53

Les outils

Les outils à disposition pour parler de pornographie avec les jeunes

Supports vidéo

- Lumni plateforme éducation nationale : « Le porno à portée de clic », « sextuto »
- Arte documentaire : « Préliminaires », mini-série « Culbute, nos sexualités sous influences »
- France Tv Slash, mini-série « Revenge » (revenge porn)

Biblio

- *« Parlez du porno à vos enfants avant qu'internet ne le fasse »*, De Labouret

Les outils

Protégeons les enfants et les adolescents

En vrac:

30 18 Net écoute, e-enfance

OPEN, Observatoire de la Parentalité et de l'Education Numérique. **https://www.open-asso.org**

PHAROS, Plateforme d'harmonisation, d'analyse, de recoupement et d'orientation des signalements, un site web créé en 2009 par le Gouvernement français pour signaler des contenus et comportements en ligne illicites.

Association Stop Fisha, Association féministe contre les cyberviolences sexuelles et sexistes

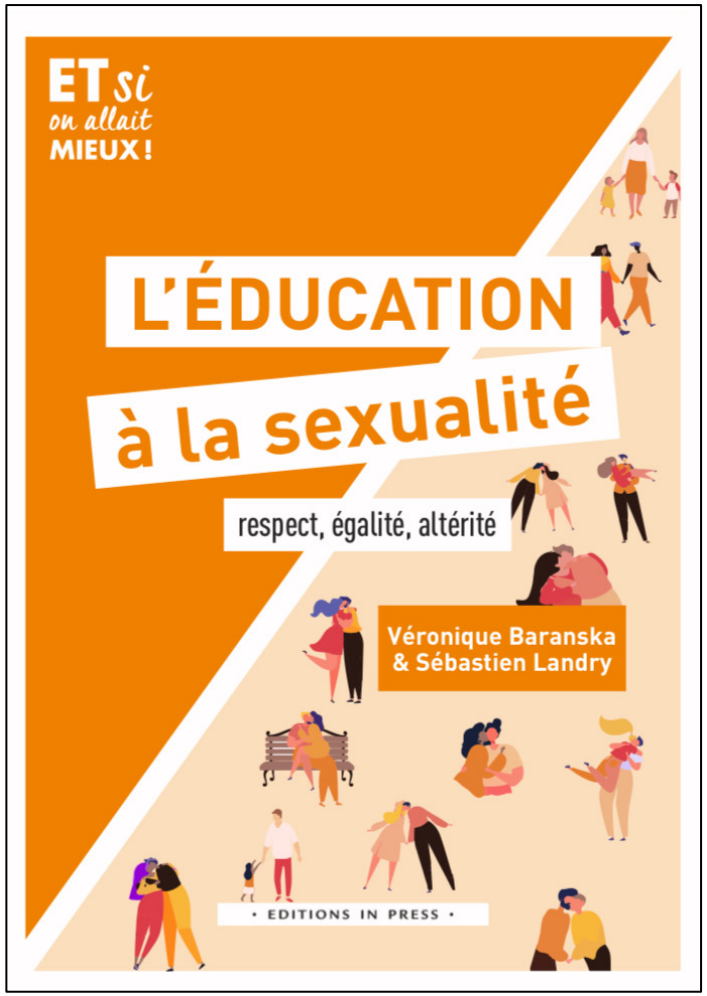
Support de protection parentale numérique: **FreeAngel, FamilyLink,**

Moteur de recherche spécial enfants: **Qwant Junior, YoutubeKids**

Conclusion

N’oublions pas une dimension essentielle !

L’éducation à la sexualité !!!!



Paroles d'ados

Paroles recueillies en juillet 2022 auprès d'adolescents de 15 à 17 ans participants au SNU (Service National Universel).

« Le problème c'est les plus jeunes, ils croient que la pornographie c'est la réalité ».

Au sujet de l'absence de contrôle et de connaissance des parents de la vie numérique de leurs enfants.
« On ne peut pas trop en vouloir aux parents c'est la première génération de toute l'humanité à être confronté à ce problème avec une telle ampleur »

Leurs propositions
« Réglementer au niveau mondial et politique »
« Eduquer les parents à protéger les accès aux numériques »
Constat qu'interdire la pornographie aux enfants ne sert à rien, *« un enfant qui veut braver les interdits, le fera toujours »*
« En parler avec eux »

Bibliographie

Amsellem-Mainguy Y, Vuattoux A, Construire, explorer et partager sa sexualité en ligne. Rapport INJEP (2018).
Assodeclic.com
Bloc F et all, Préliminaires du porno. Petit manuel de la réduction des risques liés à l'usage de la pornographie chez les jeunes, fcppf, (2018)
Marzano M, Rozier C, *Alice au pays du porno: Ados leurs nouveaux imaginaires sexuelles*, éd. Ramsay, Paris (2005)
Nicolic N, Erotisme versus pornographie : Evolution institutionnelle d'une frontière surveillée par le système juridique, Cités. (2003)
Odello L. Pour une autre pornographie, Rue Descartes (2013)
Rhomer T, Gilloots M, Stavroulakis. Le porno prend la place laissée vacante par les adultes dans l'éducation à la sexualité, Enfances et psy (2021)
Rouland P. Préparer les adolescents, futurs adultes au bon usage de la pornographie. « Vers une pornographie éthique ». Santé publique et épidémiologie. (2021) dumas-03524940.
Sajus, N. Adolescence, jeunes couples : de l'impact de l'hypersexualisation, le journal des psychologue (2019).
Smaniotto B, Melchiorre M. Quand la construction de la sexualité adolescente se confronte à la violence du voir pornographique, Sexologie (2017).
Sylla A, Rohmer T. Cyberpornographie : quelle place pour les adultes, quel accompagnement pour les enfants ?, Nouvelle revue de l'Enfance et de l'Adolescence, (2021)

Conclusion

PORNO
INDUSTRIE
EFFETS SPÉCIAUX
CHIRURGIE ESTHÉTIQUE
DONNE DES COMPLEXES
DOUBLAGE
SCÉNARIO
STÉRÉOTYPE
PRATIQUES EXTRÊMES
SIMULATION
PERFORMANCE...
LE PORNO, CE N'EST PAS LA RÉALITÉ
ET SURTOUT PAS UN MODE D'EMPLOI
RÉALITÉ
DÉSIR
PLAISIR
EXCITATION
5 SENS
CONSENTEMENT
SPONTANÉITÉ
IMPERFECTIONS
COMMUNICATION
RESPECT MUTUEL
CONFIANCE...

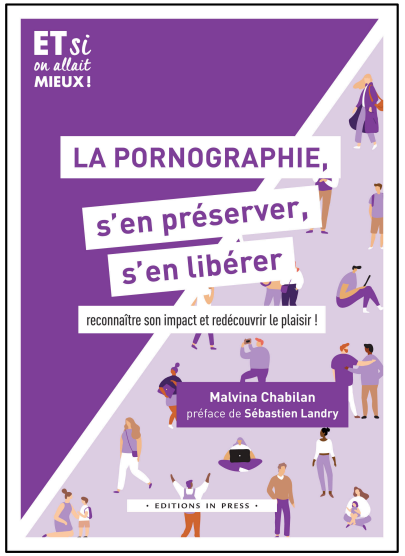
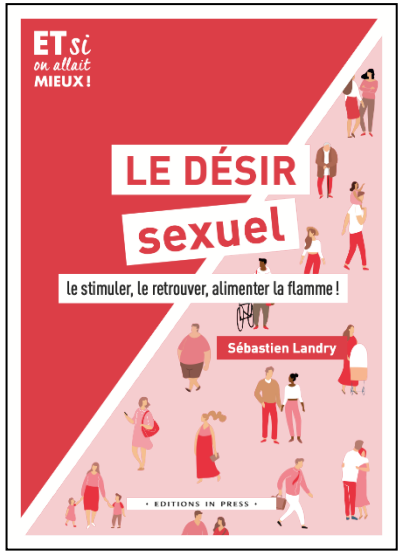
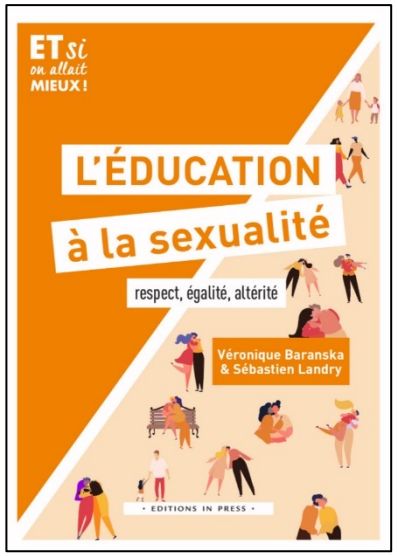
MERCI DE VOTRE ATTENTION !

Coordonnées :

Mail : **anais.foussier-sexologue@outlook.fr**

LinkedIn : **Anaïs Foussier**

Site Internet : **https://www.psychosexologie.fr**

Mail : **slandrypsychosexologue@gmail.com**

LinkedIn : **Sébastien Landry**