

▪ Grandir avec la pornographie : des jeunes témoignent.

Enquête

Comment se construit le rapport au corps, à la sexualité et à l'autre lorsque l'on grandit avec des images pornographiques ? Peu d'études se sont penchées sur le sujet, les experts et les professionnels de terrain tirent la sonnette d'alarme depuis plusieurs années sur les ravages provoqués par une industrie très lucrative.

Paula Pinto Gomes

Marie (1) est tombée sur des images pornographiques dès le CM1. *« Je ne me souviens plus très bien comment c'est arrivé, mais j'avais le droit d'aller sur l'ordinateur de la maison et les pubs t'amenaient très vite sur autre chose, raconte la jeune femme aujourd'hui âgée de 18 ans. J'ai trouvé ces images super choquantes. Et, en même temps, elles ont attisé une curiosité et provoqué une sorte d'excitation que je ne comprenais pas. J'ai été très marquée. Je me suis dit que j'avais fait une grosse bêtise. »*

Marie qualifie les images qu'elle a vues « d'ultraviolentes ». Dans un rapport publié en septembre 2023, le Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes (HCE) rappelle que « 90 % des contenus pornographiques présentent des actes non simulés de violence physique, sexuelle ou verbale envers les femmes ». Des femmes « caricaturées des pires stéréotypes », « humiliées, déshumanisées », « torturées »...

De plus en plus de jeunes se retrouvent devant ce genre de contenus : 80 % des moins de 18 ans ont déjà vu des images pornographiques et près d'un tiers des enfants de 12 ans y ont déjà été exposés, selon un rapport du Sénat publié en septembre 2022. La pornographie est devenue tellement accessible que l'âge moyen de la première exposition est passé de 14 ans, en 2017, à 10 ans, en 2020, relève le HCE. Un abaissement lié à l'âge auquel l'enfant possède un téléphone portable.

Une consommation associée à une sexualité plus permissive

Quels effets peuvent avoir ces contenus sur le développement des enfants et des adolescents ? Comment se construit le rapport au corps, à la sexualité et à l'autre lorsqu'on grandit avec la pornographie ? Peu de chercheurs se sont, pour le moment, intéressés aux conséquences pour les jeunes, note le psychiatre David Cohen, coauteur d'un rapport de l'Académie de médecine sur l'accès à la pornographie, publié en janvier 2023.

« À ce stade, les travaux ne montrent pas de lien de causalité, mais une corrélation entre la consommation de pornographie et certains comportements, explique-t-il. On sait qu'elle est notamment associée à des attitudes irréalistes en termes de performances sexuelles, ce qui conduit à une sexualité plus permissive et plus fréquente, ou à une forme de maladresse dans les relations intimes. Certains jeunes finissent par penser que ce qui

se passe dans les films porno est la norme, même si 80 % disent que ce n'est pas la réalité. Par ailleurs, la pornographie contribue à renforcer les comportements sexistes. »

Sur le terrain, les experts peuvent rencontrer des enfants « choqués », « sidérés » par ce qu'ils ont vu et « coupables » d'avoir regardé des contenus interdits. « *La première fois, les plus jeunes se retrouvent souvent devant ces images sans le vouloir, témoigne Sandie Cariat, infirmière scolaire dans un collège de l'Hérault. Ça peut être sur leur téléphone portable ou celui des copains, ou encore sur les écrans de la maison sans contrôle parental. Ceux qui viennent me voir ont honte. Ils ont peur d'être jugés par leurs amis et craignent que les parents l'apprennent. »*

Auditionnée par le Sénat, Samia Bounouri, infirmière scolaire en Seine-Saint-Denis, va jusqu'à parler pour certains de « traumatisme », de « chute des notes », de « difficultés à se concentrer » et de « d'obnubilations avec des scènes qui reviennent en flash-back ».

De son côté, Béatrice Copper-Royer, psychologue clinicienne, reçoit des enfants et des ados effrayés par ce qu'ils ressentent. « *Les plus jeunes sont sidérés et, en même temps, excités par ce genre d'images. Ils ont terriblement peur et développent parfois des troubles somatiques, développe la thérapeute. Certains peuvent s'exhiber, en simulant des scènes pour extérioriser ce qu'ils ont vu. À 10 ans, les rapports sexuels ne sont pas du tout appréhendés. Ces enfants n'ont pas de représentations, c'est quelque chose de dégoûtant à leurs yeux. »*

Un manque de séances d'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle

À l'adolescence, les jeunes vont rechercher eux-mêmes ces contenus pour répondre à leurs questions sur la sexualité, faute, souvent, d'avoir d'autres sources d'information. Depuis 2001, la loi prévoit 36 séances d'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle (EARS) pour chaque élève du CP à la terminale, mais très peu de jeunes en bénéficient. Une enquête de la fondation Apprentis d'Auteuil, publiée le 12 octobre, révélait que les jeunes âgés de 16 à 20 ans interrogés n'avaient suivi que 3,2 séances, en moyenne, durant toute leur scolarité.

« *Même lorsqu'il y a des séances, on y parle surtout de contraception et d'infections sexuellement transmissibles, alors qu'il faudrait aussi parler de sexualité, suggère Béatrice Copper-Royer. À cet âge, ils se posent des questions saines et la pornographie leur apporte une réponse malsaine. Elle leur donne des normes basées sur la performance, et certains jeunes hommes, notamment, se sentent paumés parce qu'ils ont l'impression de ne pas être à la hauteur, d'avoir un sexe trop petit, ou parce qu'ils n'arrivent pas à ressentir la même excitation avec une partenaire. »*

Marie a l'impression que sa consommation de pornographie a « dénaturé sa sexualité ». « *À un moment, j'en regardais pas mal et j'ai pris un coup sur la tête en réalisant que je n'étais pas capable d'utiliser mon imagination, confie-t-elle. Plus tard, lorsque j'ai eu mes premières relations sexuelles, je ne pouvais pas jouir avec mon partenaire. Là, je me suis dit que quelque chose n'allait pas. Aujourd'hui je regarde beaucoup moins ce genre de contenus*

parce que je sais qu'une relation, c'est l'occasion de découvrir l'autre et de se redécouvrir soi-même. Devant un porno, on ne vit rien. »

La pornographie est « un prêt-à-porter sexuel, organique, d'une tristesse infinie, résume le professeur Israël Nisand, gynécologue obstétricien, coauteur de *Et si on parlait de sexe à nos ados* (Odile Jacob, 2012). Au moment où la partie fantasmatique de la sexualité de chaque individu se construit, on donne aux jeunes une manière de rêver la sexualité inculquée par des adultes, et pas n'importe lesquels, des adultes particulièrement misogynes ».

La pornographie est une éducation au non-consentement

Les conséquences sont majeures, alerte-t-il depuis des années. « *La pornographie est une éducation au non-consentement. On montre à longueur de films que les femmes sont là pour servir. Et que si on s'en sert bien, en étant bien viril, elles regretteront d'avoir dit non. Cette idéologie détestable est responsable d'une part de l'augmentation des violences sexuelles entre les sexes. »*

Ces images, qui « *choquent en même temps qu'elles excitent* », entraînent aussi, selon lui, un phénomène d'addiction. « *Il y a des jeunes de 10 ans qui passent trois heures par jour à regarder de la pornographie. »*

Julien (1), 23 ans, a plongé progressivement. « *J'ai commencé très tôt, vers l'âge de 12 ans, raconte-t-il. Pendant quatre-cinq ans, j'ai regardé de temps en temps et, peu à peu, c'est devenu une habitude. »*

La pornographie finit un jour par prendre trop de place dans sa vie. « *Je me sentais de plus en plus mal parce que cela allait à l'encontre de mes valeurs, ajoute-t-il. Je viens d'une famille catholique et, même si je ne suis pas très pratiquant, ce n'était pas en accord avec la personne que je voulais être. »*

Vers 16-17 ans, sa consommation commence à devenir incontrôlable. À l'internat, il se cache pour visionner des vidéos. Et, lorsqu'il se retrouve seul dans un appartement, tout déraile. « *J'en regardais de plus en plus souvent et des contenus de plus en plus choquants, confesse-t-il. Là, je me suis dit qu'il fallait vraiment que j'arrête. »*

Hélas, ses tentatives échouent. Et, avec le manque de sommeil, son état de santé se détériore. Sa vie sociale, aussi, est réduite à néant. « *Il y a un an, j'ai eu une relation avec une fille, mais ça s'est mal passé, mon corps ne réagissait pas, dit-il avec pudeur. J'étais habitué à des shoots de dopamine tellement forts que la réalité me semblait plate. Et puis mon regard sur la femme est tellement "matrixé" (conditionné, NDLR)...»* Un jour, Julien va si mal qu'il a des pensées suicidaires. « *Cela a été un déclic. J'en ai parlé à ma famille et, aujourd'hui, je suis une thérapie. »*

Des sites qui misent sur le trash pour faire du clic

Des jeunes addicts à la pornographie, Tanguy Lafforgue, psychopraticien spécialiste des addictions, en accompagne de plus en plus. Des adolescents – essentiellement des garçons – de tous les milieux, parfois tout juste âgés de 13 ou 14 ans.

« À la puberté, le cerveau est intrinsèquement vulnérable aux addictions et la pornographie est un “produit” très addictogène, explique-t-il. L’addiction touche surtout les plus vulnérables sur le plan psychique. Elle sert de pansement pour anesthésier un mal-être émotionnel préexistant. Lorsqu’elle concerne la sexualité, elle entraîne un sentiment de honte et de culpabilité d’autant plus fort qu’elle renvoie à quelque chose d’animal. »

Le risque d’addiction n’est donc pas le même pour tous. Les effets de la pornographie seraient d’ailleurs difficilement mesurables, selon le sociologue Arthur Vuattoux, coauteur de *LesJeunes, la Sexualité et Internet* (Les Pérégrines, 2020). *« Dans notre enquête, la seule conséquence relevée par les jeunes est le côté normatif, à la fois pour les corps, qui doivent être minces, musclés, épilés, et la manière dont se déroule un rapport sexuel. Même s’ils disent avoir conscience que c’est de la fiction, ils sont influencés par ces images. »* Et cela peut aller très loin, souligne de son côté le professeur Nisand, qui observe une augmentation de la demande pour *« une correction de la vulve (réduction des petites lèvres, NDLR) »*.

L’influence de la pornographie semble d’autant plus importante que les jeunes sont exposés tôt. Nina (1) a commencé à l’âge de 10 ans. *« J’en ai trop regardé, jusqu’à deux à trois fois par jour »*, reconnaît la jeune fille, désormais âgée de 17 ans. Mathieu (1), son copain, en a vu pour la première fois à 14 ans et n’en a *« jamais beaucoup regardé »*.

En voyant ces images, le jeune homme a eu assez de recul pour se demander si *« c’était ça, les relations sexuelles ? »*. Et a fini par trouver la réponse : *« J’ai découvert que, dans le porno, il n’y avait pas de respect. Ce n’est pas du tout la même chose lorsque deux personnes s’aiment »*, réalise-t-il.

Aujourd’hui, *« il est quasi impossible pour un jeune d’échapper à pornographie, se désole Thomas Rohmer, directeur de l’Observatoire de la parentalité et de l’éducation numérique (Open). Le modèle économique de ces sites est fondé sur une fausse gratuité et des contenus de plus en plus trash pour susciter l’adhésion et des clics »*.

Le spécialiste rappelle qu’ils sont *« illégaux »* et s’indigne qu’on ne leur ait pas encore imposé de vérifier l’âge des utilisateurs, *« au nom de la protection des données »*, comme le prévoit pourtant la loi du 30 juillet 2020. Il attend de voir, avant de se réjouir trop vite, ce que donnera concrètement le projet de loi visant à sécuriser et réguler l’espace numérique, voté le 17 octobre à l’Assemblée.

➤ Ce que dit la loi

La loi du 30 juillet 2020 rend obligatoire la mise en place d'un système de vérification d'âge sur les sites pornographiques. Elle donne à l'Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique (Arcom, ex-CSA) des pouvoirs pour faire respecter cette interdiction et crée une procédure judiciaire de blocage et de déréférencement des sites.

Le projet de loi visant à sécuriser et à réguler l'espace numérique, voté le 17 octobre à l'Assemblée, renforce le rôle de l'Arcom, qui devra élaborer un référentiel fixant les exigences techniques auxquelles devront se conformer les systèmes de vérification d'âge. Elle pourra ordonner le blocage des sites et leur déréférencement, sous le contrôle a posteriori du juge administratif.

Les hébergeurs devront retirer dans les vingt-quatre heures les contenus pédopornographiques, sous peine d'un an de prison et 250 000 € d'amende.

(1) Le prénom a été changé