



# Vinz et Lou se Prennent Pour des influenceur(s)



## ▶ Pourquoi le porno c'est pas pour nous ?

FICHE FAMILLE

À 12 ans, **près d'un enfant sur trois a déjà été exposé à la pornographie\***, très souvent de manière involontaire. En effet, il est parfois **difficile d'y échapper**, tant les contenus pornographiques sont présents en ligne. C'est pourquoi il est nécessaire d'en parler avec son enfant, pour qu'il comprenne **pourquoi ces contenus ne sont pas pour lui**, mais aussi pour **le rassurer et l'aider** s'il a déjà été confronté à des contenus pornographiques.

L'épisode « **Pourquoi le porno c'est pas pour nous ?** » permet de s'interroger en famille sur la pornographie et l'impact qu'elle peut avoir sur les plus jeunes. Découvrez nos **activités** et **conseils** pour faire le point en famille !

\*Source : Sondage "Moi jeune", réalisé par OpinionWay, 2018

## On découvre !

Pour commencer, visionnez l'épisode en famille.

Alerte rouge ! Un des copains de Vinz lui a montré une vidéo pornographique et depuis Vinz se pose beaucoup de questions : est-ce que c'est normal d'être choqué ? Est-ce qu'il faut ressembler à une star du porno pour faire l'amour ? Pourquoi le porno est partout sur Internet ?

**Pour l'aider à y répondre, il fait appel à Anne-Sixtine, de l'association DéClic.**



Ensemble, ils décryptent le sujet pour mieux comprendre ce qu'est la pornographie, l'impact qu'elle peut avoir sur les enfants et savoir comment réagir lorsqu'on y est confronté.

## On discute !

Échangez en famille sur ce que vous avez découvert dans la vidéo et ouvrez la discussion sur vos expériences. Voici quelques pistes de questions (et de réponses !) :



### Est-ce que tu as déjà vu une vidéo pornographique ?

Expliquez à votre enfant qu'il ne sera pas puni ou grondé parce qu'il a vu une vidéo pornographique, que ce soit de manière **volontaire** (par curiosité) ou **involontaire** (comme Vinz dans la vidéo).

Il est important qu'il comprenne que, s'il a vu une vidéo pornographique, **ce n'est pas de sa faute !** Au contraire, il a été victime de la pornographie, car **la loi interdit l'accès aux sites pornographiques pour les mineurs**, afin de les protéger.

Il est important de montrer à votre enfant que vous êtes là pour en parler, afin d'établir **une relation de confiance sur les problématiques liées à la sexualité**. À l'inverse, un discours négatif ne fonctionne pas et risque d'avoir un effet contre-productif sur votre enfant.

### Qu'as-tu ressenti ?

Les enfants peuvent ressentir de la **honte** et être **choqués** par la pornographie, parce qu'ils ont vu des images violentes. Les contenus pornographiques sont réalisés dans le but d'avoir **un effet très fort sur le cerveau** : on parle d'**hyperstimulation**, en opposition à la stimulation qui est un ressenti normal, que l'on peut ressentir face à une personne que l'on aime ou lorsque l'on est en attente de recevoir un cadeau par exemple.

La pornographie est d'autant plus choquante pour les enfants, car **leur cerveau est en pleine construction et n'est donc pas prêt à traiter ce genre d'images**. Les enfants et adolescents qui voient de la pornographie peuvent se retrouver sidérés et avoir **du mal à oublier ces images qui les ont choqués**. La pornographie a un impact si intense sur le cerveau des jeunes que certains experts comparent la surexposition des enfants à la pornographie à un **"viol psychique"**. Pour en savoir plus, n'hésitez pas à visionner **l'intervention d'Anne-Sixtine Pérardel** (conseillère en vie sexuelle et affective) au Parlement européen sur le sujet.

La première étape pour se sentir mieux est d'**en parler le plus tôt possible**, afin de mettre des mots sur ce qu'on ressent. En tant que parent, vous êtes là pour **l'écouter et le rassurer**. Vous pouvez aussi lui expliquer que pour le protéger de ces contenus, vous allez **installer ensemble un outil de contrôle parental** qui permettra de lui éviter de tomber sur ce genre de contenus.

### Penses-tu que les films pornographiques représentent la réalité ?

Les stéréotypes sont **des raccourcis, des représentations simplifiées** que notre cerveau crée pour appréhender plus facilement la complexité de la vie. Mais certains stéréotypes peuvent être dangereux, car ils **influencent nos actes** et nos pensées sans toujours être vrais. Par exemple, les films pornographiques véhiculent beaucoup de **stéréotypes sur la sexualité** : modèles de beauté, violence, taille des organes génitaux, femmes soumises et hommes dominants...

Il est important que votre enfant comprenne que **la sexualité dans la vraie vie n'est pas comme dans les films pornographiques** : c'est une très belle chose, on se respecte, on se fait confiance, on s'écoute...

La pornographie ne montre pas ce genre de choses, car elle faite pour **provoquer de l'excitation**. Il ne faut pas se baser là-dessus pour appréhender la sexualité.

### Pourquoi le porno est-il aussi présent en ligne ?

Échapper au porno en ligne ? Pas toujours facile ! Lorsque l'on regarde une vidéo en streaming ou que l'on joue à certains jeux vidéo, des **fenêtres pop-up** peuvent apparaître et on se retrouve à consulter, **malgré nous**, des vidéos à caractère pornographique.

Mais pourquoi y a-t-il autant de pornographie en ligne alors que ces images peuvent avoir des effets néfastes sur nous ? Tout simplement parce que **la pornographie rapporte énormément d'argent** ! Les publicités, le passage fréquent sur les sites ou encore les abonnements et contenus VIP : tout cela contribue à faire exploser les revenus de la pornosphère. **Les sites pornographiques rapporteraient même plus d'argent que les GAFAM** (Google, Amazon, Facebook, Apple et Microsoft) réunis. Mais le plus souvent tout cet argent reste entre les mains des producteurs et **ne bénéficie que très peu aux acteurs et actrices**, très souvent mal payés...

### Est-ce que tu penses qu'on peut être addict à la pornographie ?

Il est possible de devenir addict à la pornographie, de la même manière qu'on peut être addict à la cigarette par exemple. Ce n'est **pas qu'une question de quantité**, il faut aussi prendre en compte la fréquence. En effet, **8% des 13/14 ans consomment plusieurs fois par jour de la pornographie** (source: Fonds Actions Addictions 2020).

Le recours à la pornographie est souvent un moyen de se déconnecter de ses problèmes et de son corps, de se sentir bien et est souvent lié à un problème d'estime de soi. C'est pourquoi il est **important de favoriser la confiance en soi de votre enfant au quotidien**, à travers des paroles rassurantes et valorisantes.

Si l'on suspecte une addiction, il est possible de se poser les 3 questions suivantes :

- A-t-on essayé d'arrêter d'en regarder ?
- Est-ce que l'on retourne voir du porno sans forcément savoir pourquoi ?
- Est-ce que l'on a besoin de la pornographie pour se calmer ou se détendre ?

Si la réponse à ces trois questions est oui, il est possible qu'il s'agisse d'une addiction. Dans ce cas, il est **important de se faire aider au plus vite**, en faisant appel, par exemple, à l'association DéClic (contact en fin de fiche).

## On retient !

Le cerveau des enfants est en pleine construction et n'est pas prêt à gérer des images pornographiques. Il est essentiel qu'ils en parlent le plus tôt possible à un adulte, s'ils sont confrontés à ce genre d'images.

Un enfant confronté à des images pornographiques peut se sentir honteux et choqué. Il est donc important de le déculpabiliser en lui expliquant qu'il n'est pas fautif, et qu'il a au contraire été victime de la pornographie.

Aborder au plus tôt l'éducation sexuelle et affective avec votre enfant lui permet de construire un rapport sain à la sexualité et d'éviter qu'il aille chercher ses réponses dans des contenus pornographiques.

Il est indispensable d'installer un contrôle parental sur les appareils numériques de votre enfant pour le protéger au mieux des contenus pornographiques.

## On s'amuse !

Éduquer son enfant à la sexualité est fondamental pour l'aider à **construire un rapport sain à la sexualité**.

Mais, attention : les films pornographiques ne sont pas des supports d'éducation sexuelle ! Il vaut mieux expliquer à votre enfant les choses simplement, avec un **vocabulaire adapté à son âge**, plutôt que de ne rien dire, car cela peut accroître sa curiosité et son envie de regarder de la pornographie.

Alors, c'est parti pour un **atelier d'éducation à la sexualité en famille** ! Listez les questions que votre enfant se pose sur la sexualité, puis réfléchissez ensemble à la manière dont vous pourriez y répondre sans vous rendre sur un site pornographique. Par exemple, si votre enfant se demande à quoi ressemble un sexe de fille ou de garçon, plutôt que de regarder un film pornographique qui ne sera pas très réaliste, il est possible de consulter la rubrique Sexe Anatomy du site **OnSexPrime**, qui présente des dessins de vulves et de pénis.

**N'hésitez pas à utiliser les ressources suivantes pour répondre à votre enfant :**

- **Charline Vermont, Corps, amour, sexualité. Les 120 questions que vos enfants vont vous poser**, 2022, éditions Albin Michel. À partir de 5 ans.
- **Waouh Mimi** : un blog tenu par une consultante en santé sexuelle infantile inclusive et positive et prévention des abus et violences sexuelles chez les 0-12 ans, qui partage de nombreux conseils pour aider les familles à aborder le sujet de la sexualité avec leurs enfants.
- **OnSexPrime** : un site à destination des jeunes pour trouver des informations fiables sur la sexualité. À partir de 10 ans. Attention, certains contenus sont déconseillés aux moins de 12 ans.
- **#PasLaRef** : un compte Instagram pour s'informer sur l'estime de soi, les rapports amoureux et les dangers du porno.

Retrouvez-nous sur notre chaîne Youtube et notre site

[www.vinzetlou.net](http://www.vinzetlou.net)

## Pour aller plus loin

### Comment protéger mon enfant du porno ?

Un article d'Internet Sans Crainte, programme national de sensibilisation au numérique, présentant des conseils pratiques pour protéger son enfant de la pornographie et en parler avec lui.

### Association DéClic

Le site de l'association DéClic sur lequel retrouver des conseils pour prévenir les risques de la pornographie et trouver de l'aide en cas d'addiction.

### Je protège mon enfant de la pornographie

La plateforme nationale d'information à destination des parents pour lutter contre l'exposition des mineurs aux contenus pornographiques en ligne.

## Contacts utiles



119

Service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger.



[contact@assodeclic.com](mailto:contact@assodeclic.com)

Adresse mail de contact de l'association DéClic.



3018

Numéro national pour les jeunes victimes de violences numériques.



[pointdecontact.net](http://pointdecontact.net)

Plateforme de signalement des contenus illicites en ligne.