

## L'adolescent et les écrans

#### **CÔTÉ JEUNES**

- Les médias prennent de la place dans l'éducation sexuelle de l'ado-
- Les images crues (violentes, pornographiques...) peuvent fasciner mais aussi mettre le jeune en difficulté, surtout s'il est dans une période de fragilité.
- L'adolescent peut être tenté d'exposer son intimité sans toujours discerner ce que l'on peut montrer de ce qu'il faut protéger.
- Le jeune s'autorise dans le virtuel ce qu'il ne s'autorise pas dans le réel et ne mesure pas toujours les conséquences.
- Sur les écrans, les adolescents endossent plusieurs identités, ce qui leur permet de vivre des expériences positives, nécessaires à leur construction.
- Parfois victime de discrimination. de racisme, de sexisme, l'adolescent se sent seul, isolé, en souffrance
- Parfois auteur d'actes violents. l'adolescent est soumis à ses propres pulsions agressives. Les écrans lui servent de défouloir.

#### **CÔTÉ PARENTS**

- Le rôle éducatif des parents est de limiter le temps d'écrans de leurs adolescents, leur apprendre à s'autoréguler, garder un esprit critique sur ce qu'ils regardent. Les inviter à en parler.
- L'éducation à l'image dès le plus jeune âge consiste à commenter, critiquer, parler de ce qu'on l'on voit, des émotions que l'on ressent et donc de ne pas rester passif devant des images sans en comprendre le sens et la portée.
- La plupart des jeunes trouveront où du monde extérieur.
- Les images pornographiques sont un exemple d'images sidérantes qui peuvent chez les adolescents les plus fragiles les mettre dans la confusion.
- Plus les jeunes comprennent les dangers d'internet, plus ils prennent au sérieux la protection de leurs données personnelles et de leur vie privée, se montrant souvent moins

- mettre le curseur entre la réalité et le virtuel. Restons vigilant si l'adolescent perd complètement le goût
- naïfs que ne le pensent les adultes.

## La loi en bref

(source : Santé Publique France)

La majorité sexuelle : En France, la loi permet aux plus de 15 ans d'avoir des rapports sexuels (hétérosexuels et/ou homosexuels), à condition qu'ils se pratiquent sans contrainte physique ou morale, et avec un partenaire autre qu'un adulte "ayant autorité" sur le jeune.

Les agressions sexuelles : ce sont toutes les atteintes sexuelles commises avec violence, contrainte, menace ou surprise, tous les actes impudiques autres que les pénétrations qui, elles, constituent le viol.

Le viol est un crime, jugé en cour d'assise et puni de 15 ans de prison. Il s'agit de tout acte sexuel avec pénétration de quelque nature que ce soit, commis sur la personne d'autrui par violence, contrainte, menace ou surprise.

Les revues ou films pornographiques sont interdits pour les moins de 18 ans. Un pédophile est un adulte (homme ou femme) qui est attiré sexuellement par des enfants. La loi interdit et condamne à une peine de prison toute personne majeure ayant des relations sexuelles avec un jeune de moins de 15 ans.

La pornographie est la mise en scène de rapports sexuels avec un cadrage sur les organes génitaux dans le but d'exciter sexuellement le spectateur ou le lecteur.

## **Quelques ressources utiles**

Fil Santé Jeunes : 0 800 235 236 www.filsantejeunes.com

Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF)

Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD) www.vih.org

Mouvement Français pour le Planning Familial (MFPF) :

www.planning-familial.org

Écoute sexualité contraception : 0 800 803 803

Centre de santé sexuelle www.ivg.gouv.fr 0800 08 11 11

Info IVG et contraception : www.sante.gouv.fr/ivg

Le Crips (Centre régional d'information et de prévention du sida) : www.lecrips.net

Sida Info Service: 0 800 840 800

Ligne Azur: 0 810 20 30 40 (pour les jeunes, filles ou garçons, qui s'interrogent sur leur orientation sexuelle) www.ligneazur.org

e-Enfance: 3018 www.e-enfance.org

Allo Enfance maltraitée : 119

Inter Service Parents: psychologues, juristes et consultants scolaires répondent aux parents : **01 44 93 44 93** 

Drogues info service

www.drogues-info-service.fr









## VIE AFFECTIVE ET SEXUALITÉ **A L'ADOLESCENCE**

**QUELQUES REPÈRES POUR LES PARENTS...** 



### D'enfant à adolescent

La puberté signe le passage de l'enfance à l'adolescence et correspond à d'importantes transformations physiques, psychologiques et émotionnelles. Ces transformations vont permettre au jeune d'être en âge de procréer, d'aimer en dehors de sa famille et de prendre un jour sa place d'adulte dans la société.

Cette période est le temps des premières expériences amoureuses, des premières relations sexuelles. C'est un chamboulement dans la vie intime qu'il est difficile de partager avec les parents et parfois même avec les copains.

La sexualité est un sujet qui n'est pas évident à aborder avec un adolescent et surtout quand celui-ci est notre propre enfant. Cependant les parents ont un rôle fondamental à jouer dans la transmission des valeurs de respect de soi et de l'autre. Ces valeurs participent à la construction de son libre arbitre qui introduit la notion de consentement primordiale dans la vie affective.

La qualité du lien que les parents entretiennent avec leur jeune le protège et lui évite des mises en danger de lui-même. Consentir ou pas à un rapport sexuel mobilise des ressources personnelles qui se forgent dès l'enfance, s'expérimentent à l'adolescence et se consolident dans un contexte ouvert au dialogue en famille ou avec d'autres adultes.

# L'adolescent, ses transformations et l'image de soi

#### **CÔTÉ JEUNES I**

- Les premières transformations : croissance, pilosité, développement musculaire...
- Évolution de l'image de soi, apparition des complexes, importance du regard de l'autre.
- Regard critique sur soi : importance du miroir, du look.
- Surinvestissement ou désinvestissement de l'hygiène corporelle.
- Protection de son intimité et donc nécessaire distance aux parents.

#### **CÔTÉ PARENTS**

- Ces changements sont compliqués pour lui. N'insistons pas, ne nous moquons pas de lui. L'adolescent peut être susceptible, notre humour ne passe pas toujours.
- Il est normal d'être mal à l'aise pour parler de ce sujet et si besoin il est possible de s'appuyer sur d'autres personnes de confiance.
- Parler de sexualité c'est parler d'intimité. Le respect de l'intimité des parents, comme des adolescents est essentiel.
- Il a un nouveau look, il prend « trop » ou « pas assez » soin de lui. N'insistons pas, ce sera moins un enjeu de conflit.
- S'intéresser ne signifie pas tout partager.
- Notre écoute, notre disponibilité et le dialogue que nous instaurons indiquent que nous sommes ouverts à ses questions.

## L'adolescent et les nouvelles attirances

#### **CÔTÉ JEUNES I**

- Avec la puberté, le corps change et font irruption les désirs, les pulsions.
- La découverte du sentiment amoureux. Amour ? Attirance ? Amitié ? L'adolescent vit ses premiers émois (désirs, plaisirs), déceptions et ruptures douloureuses.
- Les relations aux autres occupent la majorité de ses pensées et le préoccupent.
- Crise d'identité, doutes et inquiétudes sur sa sexualité: suis-je suffisamment beau/belle? Suis-je homosexuel(le)? Suis-je aimable?
- L'adolescent est très réceptif, émotif. Il a tendance à tout prendre au sérieux.



#### **CÔTÉ PARENTS**

- Pour le parent, comme pour le jeune, parler ensemble de sexualité n'est jamais facile.
- La sexualité, ce n'est pas que la génitalité. Marquer la différence des générations est importante dans la construction de sa féminité et/ou de sa masculinité.
- Nous constatons que notre adolescent est moins proche de nous, que ses centres d'intérêts évoluent, que ses résultats scolaires peuvent baisser. C'est normal. Ne minimisons pas ce qu'il ressent, ses doutes, ses questionnements identitaires, cela fait partie de sa construction.
- Dans les échanges avec lui, trouver l'occasion d'associer la sexualité au sentiment amoureux, aux émotions ressenties et aux découvertes relationnelles.
- Ne pas dramatiser une expérience ponctuelle. Réfléchissons à nos propres préjugés et stéréotypes lorsque nous dialoguons avec notre jeune.
- Et s'il ne veut jamais en parler ? Respectons son choix, nous ne sommes pas en cause.
- Ses priorités ne sont pas les nôtres, une écoute mutuelle aidera à la recherche de solutions.
- Éviter les critiques intempestives et les jugements définitifs.
- Gardons à l'esprit qu'il a besoin d'être valorisé.

## L'adolescent et les conduites à risques

### **CÔTÉ JEUNES**

- Par défi, par soif d'expériences, les jeunes prennent des risques et sortent du cadre autorisé, voire se mettent en danger.
- L'adolescent est dans l'ici et maintenant, se projette difficilement dans l'avenir et se sent tout puissant, parfois hors des lois.
- L'image de soi fragile : risque de mauvaises rencontres, négligence de soi, absence de contraception, sexualité non voulue ou non protégée, grossesse, virus...

#### **CÔTÉ PARENTS I**

- Donner la parole à l'adolescent : lui demander ce qu'il en pense et ce qu'il ressent. Reformuler, cela facilitera les échanges.
- Père et mère n'ont pas forcément les mêmes réactions. Elles peuvent parfois être complémentaires. Lorsque c'est possible, le dialogue entre les parents facilite l'écoute et l'accompagnement du jeune.
- Le cadre n'est pas seulement les interdictions mais c'est aussi les autorisations, les protections.
- Les sanctions, si elles sont justes et proportionnées, seront mieux comprises et consolideront le lien parents-ado.
- Importance de valoriser l'adolescent s'il a respecté le cadre ou s'il a eu un comportement adapté après avoir transgressé.



- Cela participe à la construction de l'estime de soi.
- Se respecter en tant que parents, couple, aide le jeune au respect de lui-même
- Lui apprendre à dire non. Le consentement libre en matière de sexualité, aussi bien pour les garçons que pour les filles, évite des traumatismes.
- Lui faire prendre conscience des dangers encourus et lui permettre de repérer les « mauvaises fréquentations », le préserver de vivre des expériences à risques (attouchements, viol, prostitution, pédophilie...).
- Les comportements d'excès, de transgressions, de conduites à risques sont classiques à l'adolescence. C'est la façon dont ces débordements sont gérés par les adultes qui fera sens pour l'adolescent.
- La question de la contraception et de sa santé en général relève en grande partie de l'éducation parentale. Si cela est source de tensions, faites appel à des professionnels (médecin, centre de planning familial, numéros téléphoniques pour les jeunes).