



# INFLUENCES & SEXUALITÉ

## INTRODUCTION

Le jeune se pose de nombreuses questions au sujet de la sexualité (nouvelles relations, expériences, désirs, etc.). Il est confronté à son imaginaire ainsi qu'aux peurs générées par la méconnaissance de ce sujet encore relativement tabou. « Comment faire la première fois », « est-ce qu'il faut être amoureux », « ce que je ressens est-il normal », « est-ce que je vais avoir mal ». Les réponses construites par le jeune sont façonnées par différentes influences : nous retrouvons principalement l'influence sociétale, culturelle et religieuse ; l'influence parentale ; l'influence des médias (y compris la pornographie) et l'influence des pairs. S'informer via des sources fiables, confronter les différentes influences et prendre du recul par rapport aux messages véhiculés permettra au jeune d'être davantage acteur de sa sexualité.

## OBJECTIFS DE L'ANIMATION

- Amener le jeune à avoir un regard critique sur les stéréotypes véhiculés par la société, mais aussi sur la pornographie, internet, le cinéma, etc.
- Amener le jeune à prendre conscience que ses choix et comportements sont en partie guidés par l'éducation qu'il a reçue.
- Amener le jeune à réfléchir sur l'influence de ses pairs et de ses groupes sociaux sur ses comportements sexuels.
- Renforcer chez le jeune la notion de liberté quant à ses choix et orientation sexuelle.



# REPRÉSENTATIONS DE L'ANIMATEUR

Avant d'entamer l'animation, il est fortement recommandé de vous questionner sur vos propres représentations liées à la thématique. En effet, lors du débat, les adolescents échangeront des idées (avis, opinions, arguments) auxquelles vous adhérerez ou au contraire auxquelles vous serez opposé. Et c'est tout à fait normal. Les expériences uniques de chaque individu façonnent la manière d'interpréter certains sujets. Dès lors, les notions de respect, de jugement et de représentations sont étroitement liées.

En tant qu'animateur, il est donc essentiel d'être attentif à ses propres représentations, de ne pas les exprimer afin qu'elles n'interfèrent pas dans le débat des adolescents. Ils risqueraient de se sentir jugés et la spontanéité du débat en serait affectée.

Rappelons-le, l'important est que les jeunes puissent s'exprimer sans tabou, ni crainte d'être jugés. L'attitude de l'animateur doit être accueillante et respectueuse.

Si la thématique constitue un sujet sensible pour vous, il est par exemple possible de co-animer le débat avec une personne plus à l'aise avec le thème.

## THÉORIE

### L'ÉVEIL SEXUEL

« Comment faire la première fois », « est-ce qu'il faut être amoureux », « ce que je ressens est-il normal », « est-ce que je vais avoir mal », « je dois tenir combien de temps », « quels moyens de contraception utiliser », « c'est quoi les préliminaires », etc. Le jeune se pose de nombreuses questions au sujet de ses nouvelles relations, de ses expériences, de ses désirs. Il est confronté à son imaginaire ainsi qu'aux peurs générées par la méconnaissance de ce sujet encore très tabou. C'est que l'adolescent est en pleine construction identitaire, y compris au niveau de sa sexualité. Il est véritablement en quête de repères et de modèles. Alors que certains repères sont ancrés depuis l'enfance, d'autres se construisent seulement au déclenchement de l'adolescence. Les réponses qu'il va se construire mentalement seront façonnées par de multiples influences, certaines plus puissantes que d'autres :

1. l'influence **sociétale, culturelle** et **religieuse**,
2. l'influence **parentale** et **familiale**,
3. l'influence des **pairs**,
4. l'influence des **médias**.



L'idéal est que ces sources d'influence soient nombreuses afin de se diversifier et de se confronter. Ce mécanisme permettra au jeune de développer un regard critique en matière de sexualité, d'attiser sa curiosité en la matière et surtout de lui donner la possibilité d'opérer ses propres choix.

## ➤ 1. La société, la culture et la religion

Une première influence provient du milieu dans lequel le jeune « baigne » depuis son enfance. L'adolescent ne s'en rend pas toujours compte car il est né dedans : la culture dans laquelle on grandit constitue l'influence la « norme » pour tous ceux qui y appartiennent. L'influence de l'époque, de la société, de la culture et de la religion à laquelle le jeune appartient est très puissante. Ce sont des façons de faire et de penser, des interdits, des libertés ou des obligations qui sont ainsi véhiculés. C'est souvent lors de la confrontation avec d'autres façons de faire que le jeune prend conscience des us et coutumes mis en place par leur propre culture ou religion (par exemple : le rapport au corps, la contraception, le comportement à adapter dans la sphère publique, la façon de manifester son appartenance religieuse, les rôles homme-femme, etc.). Ces confrontations permettent de s'ouvrir l'esprit à d'autres modes de vie et de pensée, y compris en matière de relation amoureuse et de sexualité.

## ➤ 2. Les parents et la famille

Une seconde source d'influence importante trouve son origine au plus proche du jeune : directement chez lui, avec sa famille. Suivant celle-ci, on aborde plus ou moins facilement la sexualité. Que l'on en parle un peu, beaucoup ou pas du tout, les différents échanges accumulés au fil des années (ou leur absence) contribuent à l'éducation sexuelle du jeune. Au-delà des mots, les comportements des parents apportent également des valeurs et repères au jeune sur tous les aspects liés aux relations affectives et à la sexualité. Or, jusqu'à l'adolescence, les parents sont souvent les premiers référents pour l'enfant. Si le sujet est facilement abordé et ouvert, l'ado pourra plus aisément identifier les valeurs et les balises : quelles sont les pratiques respectueuses, quelle contraception va-t-il choisir, à qui peut-il s'adresser s'il a des questions, etc.

Par contre, si la sexualité est taboue à la maison, le jeune est privé de cette influence de premier ordre. C'est alors souvent en cas de souci (grossesse non désirée, abus sexuel, etc.) que brusquement une communication (de surcroît souvent compliquée) est mise en place. Outre les parents, et encore plus si la communication avec ceux-ci fait défaut, le jeune peut s'orienter vers d'autres référents en matière de sexualité : un grand frère ou une grande sœur qui partage ses expériences, un parrain ou une tante à qui se confier, par exemple.



### ➤ 3. Les pairs

Chez l'ado, l'influence de l'entourage a un impact considérable, notamment celui de son groupe d'amis, ce compris en matière de sexualité. S'il choisit un groupe d'amis dont les valeurs sont communes aux siennes, s'il a la possibilité d'y exprimer son point de vue dans le respect de ses valeurs, cela contribuera à valoriser le jeune. Ce type de comportement dit « assertif » a un effet boule de neige car il renforce la confiance de l'individu, le rend plus sûr de lui. Or, en matière de vie amoureuse et sexuelle, la confiance est soi est importante. À l'adolescence, la sexualité sera particulièrement discutée entre pairs, d'où l'importance de faire partie d'un groupe portant les mêmes valeurs. Malheureusement, pour faire partie du groupe, les ados peuvent parfois mettre de côté leurs valeurs, par exemple en adoptant des comportements qu'ils ne créditent pas, en prenant des risques ou encore en n'osant pas dire « non ». Ils franchissent alors leurs limites en pratiquant des actes que, seuls, ils ne réaliseraient pas. La force du groupe joue ici un grand rôle, dans le positif comme dans le négatif. Chaque ado devrait se demander si son groupe d'amis lui convient, s'il peut s'y exprimer librement, si les valeurs du groupe sont également les siennes.

### ➤ 4. Les médias

En plus de la culture, de la famille et des pairs, les médias influencent considérablement la sexualité des jeunes. Il est impossible de leur échapper : espace public, TV, magazines, internet, etc. Ils nous envahissent même quand on ne les sollicite pas. Les dictats de la mode, les stéréotypes proposés par les émissions télé ou les web séries, l'accès à toutes sortes de contenus via internet, la présence du porno, la multiplication des écrans parmi les plus jeunes, etc., ne sont que quelques exemples. Puisque le jeune ne peut y échapper, le défi pour lui sera d'adopter un regard critique sur tous les messages qu'il reçoit. En d'autres termes, qu'il se rende compte que les médias tentent de l'influencer dans ses choix, dans ses actes, dans ses valeurs, et qu'il parvienne à décrypter ces messages : les séries véhiculent une vision édulcorée de l'amour, les « corps » utilisés dans les pubs sont totalement refaits, les rôles sont très genrés et peu de place est laissée à la différence, pour ne citer que quelques exemples.

#### **Le cas de la pornographie :**

De nombreux mineurs d'âge sont exposés à la pornographie. Poussé par la curiosité, les pulsions sexuelles et les fantasmes, ainsi que par la recherche de plaisir, le jeune peut être tenté de rechercher ce type de contenus. Cependant, les mises en scènes pornographiques génèrent de fausses croyances chez l'ado car le porno est un produit commercial ayant pour objectif d'attirer les consommateurs. Il a une visée d'excitation et pas d'éducation. Pour les besoins de l'esthétique ou de l'attractivité d'un scénario, les messages véhiculés y sont trompeurs voire mensongers. La pornographie devient un problème lorsqu'elle est la seule façon d'apprendre la sexualité. Les images pornographiques peuvent également rapidement devenir la cause d'anxiété, de questionnements et de complexes.



### Les « médias sexuels » ont tendance à :

- Générer des complexes puisque rien ne ressemble à la réalité. Les attributs corporels sont particulièrement avantageux : seins volumineux, longueur du pénis au-dessus de la moyenne, durée des rapports sexuels exagérée, etc.
- Renforcer les stéréotypes de genre entre les garçons et les filles. Des hommes puissants, forts et virils et des femmes soumises, très sexy et hyper féminines, etc.
- Établir des normes par rapport aux identités de genre. Pour être un homme, il faut être désirant et pour être une femme, il faut être désirée. Ce sont les hommes qui décident de tout tandis que les femmes acceptent sans donner leur avis, etc.
- Banaliser une certaine violence verbale, psychologique, physique voire sexuelle. Peu de scénarios ne comptent pas au moins une scène de violence, allant de claques sur les fesses ou à la simulation de pseudo-viol. Or, on sait que les scènes violentes, du fait de leur caractère agressif, attirent davantage l'attention.

La pornographie influence clairement les comportements sexuels des jeunes (nouvelles pratiques, vocabulaire, etc.). Il est de ce fait important d'oser aborder le sujet avec eux, et tout du moins d'être disponible à leur questionnement. Renforcer l'esprit critique des jeunes se révèle essentiel.

### ➤ 5. Faire émerger une opinion personnelle

Dès l'enfance, l'individu se construit un « film intérieur ». Il s'agit de toutes les attentes rêvées de petite fille ou de petit garçon construites par les histoires de princes charmants, les dessins animés d'amour, mélangées à ce que l'enfant perçoit du monde des adultes. Les différentes influences ne vont cesser de s'exercer, et sous l'effet combiné de celles-ci, le jeune va se construire une représentation plus ou moins précise de ce que sont l'amour et la sexualité. En découleront une orientation sexuelle, des attentes, des valeurs, des balises plus ou moins bien définies, qui seront certainement amenées à évoluer avec le temps et l'expérience. Elles se confronteront inévitablement à une réalité qui sera peut-être très différente de ce que le jeune s'était imaginé. Pour éviter un décalage trop marqué entre rêve et réalité, et pour que le jeune se sente moins démuné, il est important de l'encourager à s'informer sur la sexualité et la contraception en lui proposant des sources sûres et de qualité, notamment en l'invitant à poser ses questions à des professionnels : médecin traitant, infirmière scolaire, centre de planning, Infor Jeunes, pharmacien... En veillant toujours à le déculpabiliser de s'intéresser à ce sujet.

Au plus ils seront informés, au plus ils se profileront comme des êtres responsables vis-à-vis de la sexualité, et plus largement, dans leurs relations amoureuses.



# RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

- EVRAS, le site de référence sur l'éducation à la vie relationnelle, affective et sexuelle  
<https://www.evras.be>
- O'Yes, Organization for youth education & sexuality: O'YES ASBL | Safe SEX & Fun  
<https://www.o-yes.be>
- Fédération des Centres de Planning familial des FPS  
<https://www.planningsfps.be>
- Fédération laïques des centres de planning familial  
<https://www.planningfamilial.net>



# ANIMATION FRASBEE

## 1. La 1<sup>re</sup> fois, il vaut mieux être amoureux.

Que ce soit pour vivre une 1<sup>re</sup> expérience ou qu'il s'agisse d'une étape dans la relation amoureuse, l'idéal est que le jeune se sente prêt, libre de passer à l'acte, de choisir son/sa partenaire. Qu'il parvienne également à partager ses craintes comme ses désirs avec son/sa partenaire. Construire une relation de confiance avec celui/celle-ci est donc essentiel.

## 2. La virginité, c'est quelque chose de culturel / religieux.

Il peut y avoir plusieurs définitions ou représentations de la virginité : parle-t-on de la virginité physique (présence chez la femme de l'hymen), s'agit-il de l'absence de tout type de rapports sexuels ? Et dans ce cas, qu'entend-t-on par « rapport sexuel » ? À chacun de se positionner, selon ses représentations en abordant la question avec son entourage, ses parents, ses amis, etc.

## 3. Être puceau / pucelle, c'est la honte !

Il n'y a pas de norme pour la première expérience, même si la majorité sexuelle est fixée à 16 ans. Néanmoins, l'âge auquel le jeune passe à l'acte peut avoir une influence sur son réseau d'amis et son intégration au groupe. L'important sera que le jeune se sente libre, prêt dans son corps et dans sa tête, en confiance avec son partenaire et respecté dans ses choix.

## 4. Si tu veux assurer, forme-toi sur le net.

L'accès à internet et aux réseaux sociaux permet aux ados de s'informer sur la sexualité, de nourrir leur curiosité et d'aborder des sujets intimes et sensibles tout en préservant l'anonymat. Simple, rapide et facile, c'est le moyen privilégié pour de nombreux jeunes. Cependant, l'offre très variée et le caractère commercial (souvent dissimulé) de certains sites ne garantissent pas la qualité de l'information, etc. Enfin, les stéréotypes de performance et de consommation (le sexe pour le sexe) véhiculés par les médias ne reflètent pas la réalité. Il est donc important d'encourager la recherche de sites de santé qui délivrent une information fiable et nuancée, indispensable pour construire son avis et faire ses choix.

## 5. On ne choisit pas son orientation sexuelle.

L'orientation sexuelle s'impose à un moment donné dans la vie du jeune. D'abord assez floue, elle se précise progressivement au fil de la découverte du désir et des expériences vécues. À l'adolescence, il n'est pas rare que le jeune traverse des périodes d'homosexualité ou de bisexualité, qui peuvent être passagères ou désigner une orientation définitive. Si on ne choisit pas son orientation sexuelle, on peut néanmoins choisir comment la vivre.



## 6. Le porno c'est idéal pour une sexualité au top.

Facilement accessible sur internet, c'est tentant pour le jeune de se référer au porno. La pornographie véhicule cependant de nombreux stéréotypes (culte de la performance, de la soumission, du plaisir, de la femme objet, de la violence, etc.). Ces « repères » risquent de fausser le rapport que le jeune entretient avec sa sexualité et sa vie socio-affective. Cependant, plutôt que d'en faire un sujet dangereux et tabou synonyme de déviance, il est préférable de recadrer la pornographie comme une dimension parmi d'autres de la vie affective et sexuelle des jeunes. Ouvrir la discussion à ce sujet permettra au jeune de développer son regard critique et de faire de la pornographie un outil parmi d'autres pour susciter une excitation ou nourrir des envies et fantasmes.