

Aider les professionnels à aborder la question de l'addiction dans la pornographie



”

Consommation de pornographie en ligne et risques d'addiction

L'addiction est une conduite qui nous pousse à consommer ou à faire quelque chose de manière répétée, sans pouvoir s'en défaire, en dépit de notre volonté d'arrêter.

Elle a toujours des conséquences négatives pour les personnes qui en sont victimes. D'une manière générale, l'addiction se caractérise le plus souvent par un lien avec une substance (drogue, tabac, alcool...), mais la communauté scientifique s'intéresse de plus en plus à l'étude de nouveaux phénomènes en lien avec des comportements et/ou certaines pratiques. Elle utilise cependant encore le terme de dépendance.

Les images pornographiques peuvent être sources de fascination pour certains individus, qu'ils soient jeunes ou moins jeunes. Cette fascination, mêlée au plaisir qu'ils peuvent prendre à les visionner, peut créer chez certain(e)s une dépendance.

Objectifs

- Définir ce qu'est l'addiction
- Comprendre les mécanismes d'addiction mis en place par les sites pornographiques
- Connaître les conséquences et pouvoir orienter

Matériel nécessaire

- Un ordinateur portable
- Une connexion internet
- Le module vidéo 4 : "Porn Addict"

Le fait que désormais ces images soient consommées en ligne vient renforcer cette dépendance selon trois critères bien identifiés par la communauté scientifique :

- la facilité d'accès (renforcée par l'omniprésence de terminaux numériques nomades)
- la gratuité pour accéder à ces images
- l'anonymat (potentiel) qu'offre « l'accès »

Comme tout phénomène de dépendance, la difficulté réside souvent dans la prise de conscience de cette dépendance. Ne sachant pas vers qui se tourner pour obtenir de l'aide, certains jeunes peuvent s'isoler et se retrouver en situation de mal-être et d'anxiété."

« CONTRAIREMENT AUX APPARENCES, CES SITES NESONT PAS GRATUITS, MAIS BIEN NON PAYANTS {...} LEUR PRINCIPALE SOURCE DE REVENUS VIENT DE LA PUBLICITÉ, {...} ET DE LA COLLECTE DE DONNÉES... »

Dans le cas de la dépendance à la pornographie, les relations intimes sont souvent altérées, la personne dépendante ayant du mal à trouver du plaisir dans ses relations : elles sont souvent très différentes et mêmes frustrantes comparées aux scènes pornographiques visionnées.

En situation de souffrance psychique réelle, ces jeunes ont besoin de l'aide d'un médecin pour être accompagnés et aidés.

Les Tubes favorisent la dépendance

Pour bien comprendre en quoi la dépendance est engendrée par les Tubes eux-mêmes, il faut s'attacher à décrypter leur modèle économique. Nous ne rentrerons pas ici dans des détails trop techniques et complexes, voici en quelques mots ce qu'il est important de savoir sur leur fonctionnement :

- Contrairement aux apparences, ces sites ne sont pas gratuits, mais bien non payants ! Cela signifie que leur principale source de revenus vient de la publicité, mais aussi, et surtout, de la collecte de données : pour gagner de l'argent, les plateformes doivent non seulement attirer les internautes pour générer du trafic, mais aussi faire en sorte qu'ils y passent le plus de temps possible.

- Pour ce faire, ces sites ont donc créé de nouveaux contenus et de nouveaux formats. Ils contiennent essentiellement des scènes assez courtes, "taguées" selon des critères liés aux pratiques sexuelles et aux caractéristiques ethniques des personnes qui y figurent. Les pratiques violentes et avilissantes envers les femmes sont omniprésentes et font partie des stratégies développées pour attiser la curiosité des internautes et se démarquer de sites concurrents.

Cette surenchère permanente entre toutes ces plateformes repose donc également sur ce que l'on appelle l'économie de l'attention. Les internautes, qu'ils soient jeunes ou moins jeunes, sont scrutés et étudiés grâce à de puissants algorithmes qui favorisent ainsi l'enfermement dans certains types de vidéos.

Cela contribue à créer de nouvelles normes. Pour les personnes les plus fragiles, la dépendance peut donc facilement se mettre en place car elle se trouve au cœur de la stratégie marketing de ces fameux "Tubes".

- Contrairement aux idées reçues, ces sites ciblent particulièrement un public de jeunes adultes habitués à être naturellement séduits par les codes des univers numériques. Certains sites avouent même avoir volontairement fait disparaître le *disclaimer*¹ de leur page d'accueil car celui-ci contribue à faire chuter de manière importante leur audience.



Comment aborder et questionner cette dépendance avec les jeunes

L'objectif de cette fiche n'est pas de trancher sur une réalité scientifiquement démontrée.

Elle a en revanche comme but de réinscrire ce comportement excessif comme faisant partie d'un ensemble de signaux devant alerter parents et professionnels sur l'éventuel mal-être d'un(e) adolescent(e).

En effet, comme tout comportement à risque, il doit être utilisé avant tout comme un signal que nous adresse un(e) jeune.

En l'espèce, il est toujours bon de rappeler la liste classique des signaux devant nous alerter en tant que parents et professionnels. Par exemple : le repli sur soi, l'isolement, la perte d'appétit, la perte du sommeil, la chute des notes ou encore le renoncement à des activités.

Une dépendance à la pornographie, mais aussi aux jeux vidéos, peut également être le reflet d'une situation complexe et difficile que traverse un(e) jeune à cette période si particulière qu'est l'adolescence.

Avant de céder à toute panique morale ou de porter un jugement réprobateur sur une pratique qui nous échappe, il est donc indispensable de recontextualiser cette utilisation excessive au regard de l'environnement de vie de l'adolescent(e) concerné(e).

Une séance dédiée à cette question de la dépendance ne sera pas simple à mettre en place sans la présence d'un(e) médecin ou d'un(e) spécialiste. Il est donc préférable d'évoquer cette potentielle pratique excessive dans le cadre d'une démarche préventive plus globale que vous pourriez mener avec les jeunes autour des conduites à risque.

Dans le cadre de séances plus spécifiquement dédiées à l'éducation sexuelle, vous pouvez questionner les filles et les garçons autour des idées reçues concernant cette consommation de pornographie, de leur connaissance ou non de ce type de pratiques excessives.

BON À SAVOIR

L'arrivée, au milieu des années 2000, des premiers "Tubes" (Youporn, Pornhub...) a considérablement modifié la manière de consommer ces images.

Cette facilité d'accès et cette diffusion non payante (et non pas gratuite) ont également profondément modifié le type de contenus diffusés.

¹ Disclaimer" signifie "avertissement"

Si vous décidez d'aborder le système de l'économie de l'attention déployé par l'ensemble des plateformes, vous pouvez tout à fait y inclure le cas particulier de ces sites pornographiques.

Cette thématique peut également parfaitement s'inscrire dans le cadre d'une séance d'éducation aux médias, qui leur permettra de comprendre que ces mécanismes s'appliquent aussi pour les Tubes...

”

Pour aller plus loin

En cas de doute ou si vous souhaitez être aidé(e), n'hésitez pas à réorienter les jeunes concernés vers des sites spécialisés comme celui de [Fil Santé Jeunes](#) et/ou vers une consultation physique auprès d'un spécialiste dont on trouve la liste sur le site de [l'IFAC](#).

Ressources complémentaires pour les professionnels

- Documentaire " Pornocratie : les nouvelles multinationales du sexes" (film déconseillé aux -16ans)
- Le site [Allo 119](#)
- [Arte TV : Dopamine](#) (pour comprendre les mécanismes de l'addiction)

“

Sauf mention contraire (exceptés les photos et logos), ce guide et ses ressources sont placés sous licence CC-BY-NC-SA.



UN PROJET PORTÉ PAR :



• Rédaction : Julie STEIN (La Ligue de l'enseignement) et Thomas ROHMER (Observatoire de la Parentalité & de l'Éducation Numérique)

• Merci pour leur relecture : Véronique BILLARD, Antonin COIS, Pascale DIDINE, Isabelle DUCROCQ-MAÏA, Mélanie GALLARD, Sarah GOURVIL, Lucile HUET, Virginie NOWAK, Stéphane MATCHEU, Luna ROLLAND, Erwin VALTENTIN