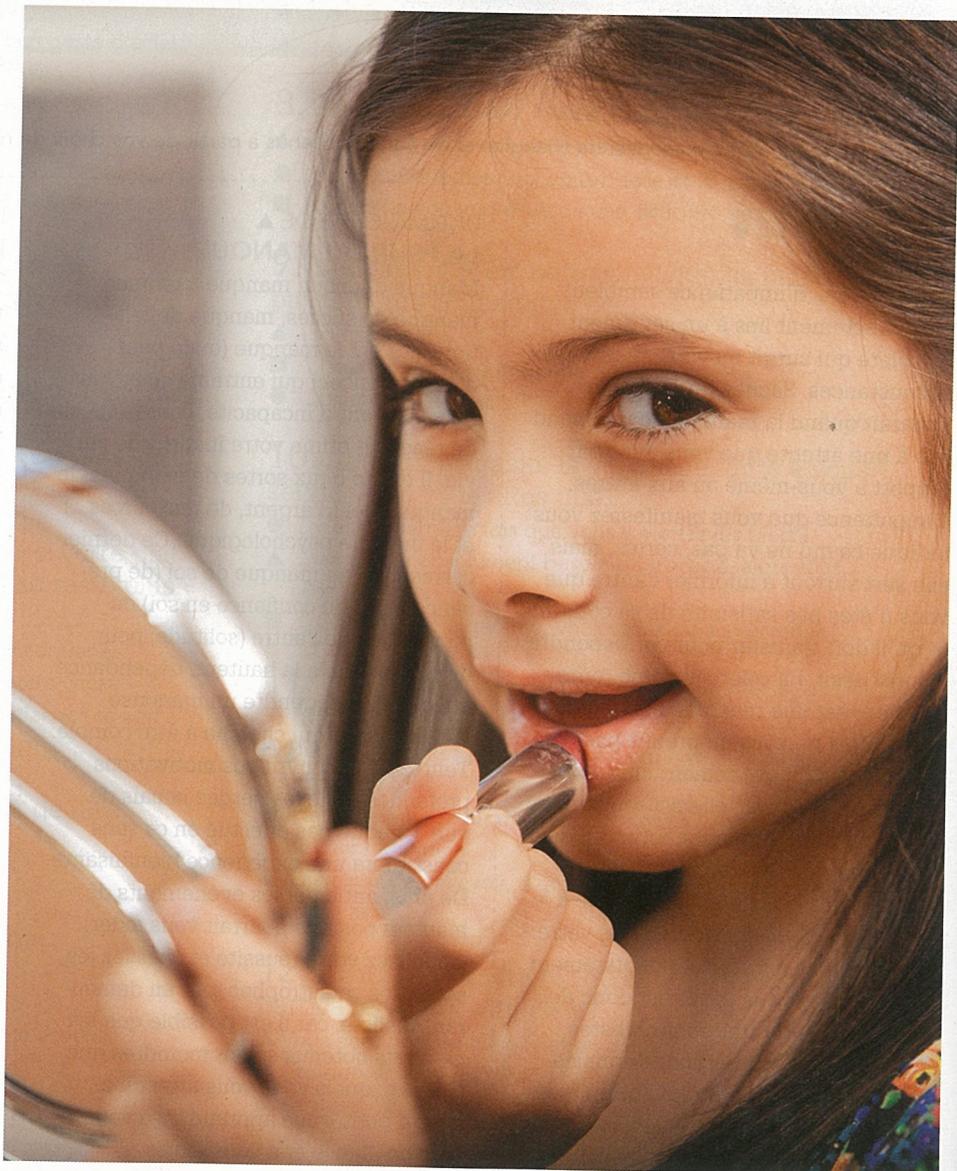


L'HYPERSEXUALISATION: mieux guider nos enfants

Bien que le phénomène ne soit pas nouveau, il pose toujours problème: les jeunes n'échappent pas aux nombreux pièges et messages à caractère sexuel qui leur sont lancés chaque jour.

Comment peut-on, en tant que parents ou éducateurs, leur donner des outils pour qu'ils s'épanouissent malgré tout? On fait la lumière sur la question.

En septembre dernier, l'édition brésilienne du magazine *Vogue* a présenté une série de photos qui, aussitôt mises en ligne, ont enflammé les réseaux sociaux. La raison? Ces images présentaient des fillettes légèrement vêtues prenant des poses langoureuses. Au Québec, les organisateurs d'un concours de mini-miss ont dû annuler l'événement l'an passé après un soulèvement populaire mené, entre autres personnes, par la jeune féministe Léa Clermont-Dion. Doit-on voir cette vague d'opposition comme un signe que les choses sont en train de changer, que les gens commencent à être moins tolérants à l'égard des images ultra-sexy véhiculées par les clips ou la pub? Serait-ce la fin de la mode osée qu'affectionnent plusieurs ados — et même certains enfants — qui souhaitent ressembler à leurs idoles? «Je ne sais pas si on avance vers la solution, car je n'ai malheureusement pas de boule de cristal, mais je suis assez optimiste, dit la sexologue et auteure Jocelyne Robert. Je crois que la société s'éveille et entame un processus de prise de conscience. On se demande de plus en plus comment contrer l'hypersexualisation omniprésente. Il s'agit toutefois d'un combat contre une très grosse machine: celle de la pornographie, qui génère des sommes d'argent astronomiques», avance-t-elle, avant de rappeler que le mot «sexe» est celui qui est le plus tapé dans les moteurs de recherche sur le web.



PHOTOS: SHUTTERSTOCK

Les dangers du sexe «libre d'accès»

S'il fallait désigner un coupable, le web serait sans doute le premier à être montré du doigt. «Le tournant des années 2000 a été important, explique M^{me} Robert. Avec la mondialisation et la montée fulgurante du web, la pornographie est devenue accessible et même banale. Dans les années 90, il était plutôt rare de rencontrer des jeunes dépendants de la porno, car il n'était pas si facile de mettre la main sur des films et des magazines. Aujourd'hui, ce trouble est fréquent. On n'a pas d'autre choix que de mettre les enfants en garde et de bien les encadrer. Dès l'âge de huit ans, plusieurs d'entre eux voient déjà des images très explicites.»

Mais il ne suffit pas de resserrer la surveillance afin de s'assurer que les jeunes n'aient pas accès à un contenu classé X; les codes de la pornographie se sont étendus à la culture populaire, et le cinéma, les séries télé, les magazines, la musique et la mode n'y échappent pas. Ainsi soumis à un bombardement constant d'images suggestives, les jeunes ont naturellement envie de ressembler à leurs idoles. Alors que les filles arborent des vêtements moulants et se dévoilent de plus en plus, les garçons, eux, souhaitent avoir des muscles saillants. Des dessous de type string, des soutiens-gorges rembourrés et des souliers à talons hauts ont même été conçus pour des fillettes d'âge prépubère. Et il n'est pas rare de voir de petits visages maquillés dans les cours d'école... au primaire.

«La sexualité est omniprésente dans la société, ce qui influence énormément les jeunes, en pleine construction de leur identité, souligne la sexologue. Je dis souvent qu'un préadolescent, c'est comme de la cire chaude: c'est en ébullition, ça se forme et ça durcit. La personne érotique qu'on va devenir se forge à ce moment-là. Je ne prétends pas, par contre, que ça ne peut plus changer par la suite, mais il est de notre devoir, en tant que parents, de rester vigilants. Il faut expliquer aux jeunes que ce qu'ils voient, c'est du "spectacle", et que tous ces corps parfaits sont artificiels. Comme il n'est pas toujours évident de parler de ces choses à nos enfants, un retour de l'éducation sexuelle dans les écoles serait nécessaire...»

Comment agir?

Savoir guider nos enfants de façon à ce qu'ils évitent le mieux possible les pièges de l'hypersexualisation n'est pas une mince tâche. On vous donne quelques pistes pour y parvenir.

1. INSTAURER LA COMMUNICATION

Pour la psychologue Stéphanie Léonard, qui est elle-même maman, parler de l'hypersexualisation est essentiel. «Même quand les enfants sont encore petits, il faut saisir toutes les occasions d'aborder la question de l'hypersexualisation. Je me rappelle, par exemple, avoir constaté que Dora avait bien changé à un moment, avec ses cheveux longs et sa silhouette plus sexy, qui ne lui donnaient plus l'air d'une exploratrice. J'en ai profité pour demander à ma fille ce qu'elle en pensait, pour provoquer sa réflexion. Quand les enfants grandissent, je conseille de continuer à s'intéresser à ce qui les branche et à ce qu'ils pensent. Si un problème se pose par la suite, ce sera plus facile d'avoir de l'influence sur eux; c'est difficile de les convaincre quand une bonne communication n'a jamais été établie. Les discours moralisateurs et trop catégoriques sont à éviter. Par exemple, si on voit à la télé une chanteuse qu'on juge trop sexy, il faut éviter les formules comme: «Regarde, elle est habillée d'une façon ridicule!» Mieux vaut plutôt favoriser une approche qui encourage l'échange d'idées: «Tu ne trouves pas que ses vêtements sont un peu particuliers? Je me demande comment elle se sent à l'idée d'être à moitié nue...»

Et les garçons, là-dedans? Bien qu'une plus grande pression soit exercée sur les filles, l'hypersexualisation les touche aussi. «Ça se passe différemment dans leur cas. Alors que les filles se doivent d'être séduisantes, les garçons, eux, rêvent d'être forts, tout-puissants, et d'utiliser la violence pour régler les conflits», note la psychologue. Toutefois, comme c'est le cas pour les filles, il importe d'être au fait de ce que notre garçon regarde, écoute, admire... et de soulever des questionnements à partir de cela. On peut, par exemple, lui demander ce qu'il pense de cet acteur vraiment très musclé... Bref, il faut prendre le temps de démystifier les images et les messages auxquels notre garçon est exposé.

2. S'INTERROGER SUR L'IMAGE QU'ON PROJETTE

Jocelyne Robert soutient qu'il y a deux façons d'aider les enfants à cheminer sur le plan sexuel: «Il y a ce qu'on leur dit et il y a ce qu'on incarne à leurs yeux. La façon dont se comportent les hommes et les femmes qui évoluent dans l'environnement d'un enfant a beaucoup d'importance. Il faut donc offrir à ses rejetons des modèles qui rivalisent avec les clichés ambiants.» Par exemple, une mère qui ne porte des vêtements sexy qu'à des événements spéciaux envoie le message que ce type d'habillement est réservé à des occasions qui sortent de l'ordinaire et que ces tenues ne sont pas appropriées à la vie de tous les jours. «Et il faut leur faire comprendre que la beauté et le sex-appeal n'apportent pas le bonheur, que l'épanouissement passe par autre chose», précise M^{me} Robert.

3. ÉTABLIR DES RÈGLES CLAIRES

Comment réagir devant un ado qui met des vêtements que l'on juge trop sexy? «Il faut établir des balises claires et tenir son bout», soutient Stéphanie Léonard. Sans dramatiser la situation, on tente de lui expliquer que ce n'est pas permis chez nous. La clé, c'est d'essayer de lui faire préciser ce qui lui plaît dans ces vêtements et sa motivation à les porter.»



CHAQUE CHOSE EN SON TEMPS

«Jusqu'à tout récemment, mes filles ne m'accompagnaient jamais lorsque je magasinais des vêtements pour elles. Au printemps dernier, ma plus vieille m'a demandé de ne plus lui acheter de nouveaux morceaux sans son approbation. La plus jeune a, évidemment, réclamé la même chose, alors elles ont commencé à m'accompagner au centre commercial. C'est là que les choses sont devenues compliquées. L'été dernier, elles ont voulu avoir des bikinis plutôt que des maillots une pièce, comme avant. Je leur en ai acheté sans trop réfléchir. C'est en les voyant autour d'une piscine publique que je me suis rendu compte que je n'étais pas à l'aise à l'idée qu'elles portent des vêtements qui les faisaient ressembler à de "mini-adultes". Je leur ai expliqué que ces tenues seraient dorénavant réservées à la maison.»

— Julie, une maman de deux fillettes de 7 et 9 ans

Hypersexualisation vs sexualité précoce

La banalisation de la sexualité fait également en sorte que les jeunes commencent à être curieux plus tôt et à avoir envie de mener certaines expériences. «Les jeunes n'entrent toutefois pas dans une sexualité "de pénétration" plus tôt qu'avant, précise Jocelyne Robert. En moyenne, les premières relations complètes ont lieu autour de l'âge de 15 ans. Ce qui est différent, par contre, c'est qu'avant cet âge les jeunes ont fait bien d'autres choses! Les concours de fellation en groupe ne relèvent malheureusement pas de la légende urbaine.»

Soutenir les femmes... depuis 1875!

En février 2015, le Y des femmes de Montréal (YWCA) célébrera son 140^e anniversaire. Cet organisme vise à aider les filles et les femmes à être maîtres de leur vie et de leur bien-être en leur offrant différentes ressources. Quatre capsules vidéo ont ainsi été créées pour aider les parents à aborder avec leurs enfants les questions entourant l'hypersexualisation. On les visionne sans attendre!

CAPSULE.DEV.YDESFEMMESMTL.ORG

Estime de soi et troubles alimentaires

Difficile d'échapper au modèle unique et formaté de beauté féminine qui se propage sur le web. Les traits fins, le teint parfait et, surtout, l'extrême minceur véhiculés ont une grande emprise sur les jeunes; il n'est donc pas surprenant de constater une augmentation de la prévalence des troubles alimentaires. En tant que parents, notre rôle est de veiller à ce que nos enfants développent une saine image d'eux-mêmes. La psychologue Stéphanie Léonard insiste sur l'idée que nous sommes des miroirs pour nos enfants. «Si, par exemple, je critique sans cesse l'apparence et le poids des autres, mon enfant comprendra qu'il y a une valeur associée à ces critères, explique-t-elle. Notre rôle consiste aussi à souligner les points forts de la personnalité de notre enfant. Ce qui fait qu'un jeune a une bonne estime de soi, c'est l'authenticité. On doit mettre l'accent sur ce qui le caractérise et non essayer de le faire entrer dans un moule. L'estime de soi, ce n'est pas de penser qu'on est le meilleur ou le plus beau; c'est de savoir reconnaître qui on est et de s'apprécier ainsi.»

Pour appuyer la cause:

L'ANEB (Anorexie et boulimie Québec) mène sa huitième campagne de financement sous le thème «Les troubles alimentaires: au-delà de la nourriture». Pour en savoir plus sur le sujet ou pour appuyer cet organisme à but non lucratif, visitez le anebquebec.com.

Pour en savoir plus:



*Parlez-leur d'amour...
et de sexualité,
de Jocelyne Robert*



*Full sexuel, la vie
amoureuse des adolescents,
de Jocelyne Robert*



*Vues, mais non entendues:
les adolescentes québécoises
et l'hypersexualisation,
de Caroline Caron*

À lire en format numérique:

Sexualisation précoce:

*Guide d'accompagnement pour les
parents des filles préadolescentes.*

En format PDF au ydesfemmesmtl.org

*L'hypersexualisation, les psy-trucs pour
les préados de 9 à 12 ans, de Suzanne
Vallières, Les Éditions de l'Homme.*

En format epub au editions-homme.com