

CARTE BLANCHE À

**Petites Luxures,
à suivre sur
Instagram/petitesluxures**



VOTRE QUESTION SEXO

NOTRE EXPERTE, LAURENCE
DISPAUX, PSYCHOLOGUE-
PSYCHOTHÉRAPEUTE,
CONSEILLÈRE CONJUGALE ET
SEXOLOGUE CLINICIENNE
VOUS RÉPOND

«Précédemment, vous avez parlé du monde virtuel et de ses impacts sur la sexualité et la vie affective. Pour ma part, j'aimerais en savoir plus sur les risques des médias sociaux, d'internet et de la pornographie omniprésente pour ma fille adolescente»

GABRIELA, 40 ANS

Réponse:

Les médias sociaux répondent à certains besoins, notamment celui de rester en contact. Le web, avec ses forums de discussion, permet de se sentir moins isolé ou différent. Pour certains jeunes, ces échanges sont précieux s'ils contribuent à leur donner le courage de s'aventurer dehors et de créer des liens.

Néanmoins, des dangers existent. Des études indiquent que notre image corporelle devient de plus en plus problématique. Cette insatisfaction et ce dénigrement de son propre corps et de son apparence impactent la confiance et l'affirmation de soi dans les comportements sexuels (et donc la capacité de dire oui ou non). On peut aisément imaginer la fragilité générée par un auto-discours négatif, surtout à un âge où l'apparence physique est souvent priorisée et mise en avant dans les médias sociaux. Le miroir de cette pression interne se retrouve dans l'attente de perfection vis-à-vis de l'image de l'autre.

Dans le même ordre d'idées, la pornographie induit l'impression – même si on la conscientise et qu'on tente de s'en défendre – que notre corps devrait réagir comme ceux des acteurs, être aussi performant, apprécier

les mêmes stimulations ou les mêmes actes, y ressembler au maximum... d'où la demande croissante de médecine esthétique portant sur la zone génitale. Toutes ces injonctions finissent par remplacer le plaisir et les sensations corporelles, éloignant la personne de ses propres besoins, de ses valeurs, de son propre érotisme et, finalement, d'un véritable lien avec l'autre.

Vigilance

Enfin, dans un univers qui n'est pas régulé de la même manière et dans lequel on a tendance à être moins prudent que dans la vraie vie, le ou la jeune peut être confronté à du harcèlement et à de la violence (visant son orientation sexuelle, son identité de genre, son origine ethnique, etc.), à du matériel intrusif qu'il ou elle ne souhaite pas et n'anticipe pas, à du chantage, de la manipulation et à ce qu'on nomme le *revenge porn*. Ce dernier fait référence à la diffusion sans accord de selfies sexy, de vidéos, etc. que la victime a partagés avec un proche ou réalisés à son insu. En bref, les médias sociaux peuvent être utiles, mais requièrent un peu de discernement et de vigilance. ●