

Consommation de pornographie chez les adolescents-es de 14-15 ans : comprendre et prévenir.

Malica Cook, Haetam Mian, Gaetan Nicolet, Nolan Nijman, Daren Radic

Introduction

Jamais une génération n'a eu un accès aussi immédiat et illimité à la pornographie. Aujourd'hui, 97 % des adolescents de 14-15 ans utilisent quotidiennement un smartphone, et près de la moitié d'entre eux ont déjà visionné des contenus pornographiques (1). Cet accès précoce, souvent non encadré, survient au cours d'une période de construction identitaire, avec des risques de modèles irréalistes ou violents. Des études montrent des liens entre consommation excessive de pornographie et impacts psychologiques, comportementaux et sociaux, incluant anxiété, comportements sexuels à risque et tensions familiales (2,3). Le Conseil fédéral souligne d'ailleurs la nécessité de renforcer les mesures de prévention sur ce sujet en Suisse, en tant qu'enjeu de santé publique (4). Cependant, peu d'études évaluent les dispositifs de prévention spécifiquement conçus pour les 14-15 ans, en particulier dans le canton Vaud, et leur efficacité reste mal connue.

Ce travail vise à dresser un état des lieux des dispositifs de prévention existants dans le canton de Vaud concernant la consommation de pornographie chez les adolescents, afin d'identifier les besoins et pistes d'amélioration en vue de stratégies mieux adaptées.

Méthode

Notre travail a débuté par une recherche documentaire sur PubMed et Google Scholar à l'aide d'opérateurs booléens en utilisant des mots-clés tels que « *pornography, teenagers, prevention, programs* ». Cette recherche a permis de rassembler de nombreux éléments biologiques, physiopathologiques et comportementaux liés à la consommation de pornographie chez les adolescents (2,3). À ce jour, et à notre connaissance, aucune revue scientifique ni littérature grise ne synthétise les modalités de prévention de l'exposition à ces contenus chez les moins de 18 ans, soulignant un manque dans la littérature. Face à ce constat, nous avons choisi d'explorer la prévention, encore peu développée, en ciblant les adolescents de 14-15 ans du canton de Vaud, une tranche d'âge particulièrement concernée, puisque 44 % ont déjà consulté des sites pornographiques contre 19 % des 12-13 ans selon l'étude JAMES (1). Notre approche qualitative combine une recherche documentaire et des entretiens, afin de comprendre, définir et dresser un état des lieux de cette problématique dans le canton de Vaud. La collecte des données s'est fondée sur un guide d'entretien semi-structuré comprenant des questions directrices et des relances, accompagnée d'un enregistrement audio. Cette méthode nous a permis d'explorer les dimensions bio-psycho-sociales, spirituelles et juridiques entourant les adolescents. Douze entretiens ont été menés auprès d'un pédiatre, d'une enseignante, de membres de la CIIP¹, de deux associations de prévention, d'une autrice spécialisée, d'une éducatrice sexuelle, de représentants de la police, d'un membre de Thimoo, de psychologues, d'une chargée de projet à la DGEJ et d'une aumônière.

Résultats

Notre travail a montré que la consommation de pornographie chez les adolescent·es, dès l'âge de 10 à 12 ans, est aujourd'hui une réalité répandue. Elle s'inscrit dans une phase normale de curiosité sexuelle, mais peut aussi susciter du malaise, de la honte ou de l'ambivalence. Certains en parlent librement, d'autres s'enferment dans le tabou qui entoure encore largement ce sujet. La consommation régulière de ces contenus peut altérer la perception du consentement, des rapports de genre ou encore des attentes sexuelles. Plusieurs facteurs favorisent cette consommation: a) l'accès facilité via les smartphones et les réseaux sociaux, b) l'absence de cadre éducatif, c) l'influence des pairs, ou encore d) des contextes de vulnérabilité comme l'isolement, l'anxiété et les conflits familiaux, comme démontré aussi précédemment. À l'inverse, d'autres protègent: a) un dialogue familial ouvert, b) une éducation sexuelle précoce et adaptée, c) le développement de l'esprit critique, d) l'accès à des adultes de confiance, et e) des espaces de parole sécurisants, le tout dans le respect du rythme et du niveau de maturité de chacun. (5,6)

¹ Conférence intercantonale de l'instruction de la Suisse Romande et du tessin

Nos entretiens révèlent un rôle central mais fragmenté des adultes : les parents, pourtant premiers concernés, sont souvent démunis car peu outillés, et l'école peine à intégrer ces sujets dans un programme déjà chargé. Les professionnel·les de santé, notamment les pédiatres, pourraient être des relais importants mais manquent de formation. Les associations spécialisées sont jugées précieuses mais insuffisamment visibles. Un constat partagé : la coopération entre ces acteurs reste trop faible et cloisonnée. La demande des adolescent·es est claire : des formats de prévention courts, interactifs, diffusés sur les réseaux sociaux, portés par des pairs ou des influenceurs. Ils souhaitent être écoutés, impliqués, et pouvoir parler sans jugement.

Discussion et conclusion

Aujourd'hui, la prévention reste ponctuelle, souvent initiée par l'école, et peine à répondre à l'ampleur du phénomène. Le discours dominant reste parfois moralisateur, alors que les jeunes attendent des approches plus concrètes et respectueuses de leur réalité. Plusieurs constats soulignent l'importance d'une éducation sexuelle complète et précoce, d'approches participatives portées par des pairs, de stratégies de prévention intégrées, adaptées aux contextes de vulnérabilité et aux pratiques numériques des adolescent·es (1,3,5,6). La prévention doit impérativement être non moralisatrice et s'inscrire dans un espace de dialogue ouvert et sans préjugé. Trois groupes d'acteurs apparaissent comme essentiels dans des stratégies de prévention efficaces :

Les professionnel·les de santé, notamment les pédiatres, jouent un rôle déterminant lors des consultations abordant la puberté ou le développement psychosocial. Ils pourraient systématiser un échange autour de l'usage des écrans et des questions liées à la pornographie, en veillant à déconstruire les idées reçues. Ils peuvent également les orienter vers des ressources adaptées ou impliquer les parents.

En milieu scolaire, il faut renforcer la formation des enseignant·es comme acteurs de prévention. L'augmentation du nombre d'heures d'éducation sexuelle est souhaitable, mais l'intégration transversale du sujet dans d'autres disciplines fondamentales est une alternative pertinente. Les approches par les pairs, avec des jeunes formé·es, se révèlent prometteuses si elles sont adaptées à la culture, au langage et aux besoins des adolescent·es. L'ajout d'un module d'éducation aux médias permettrait de développer l'esprit critique, essentiel pour comprendre les représentations pornographiques.

Les parents sont les acteurs centraux de l'éducation affective et numérique. Pour renforcer leur capacité à instaurer un dialogue ouvert dès le plus jeune âge, avant que le sujet ne devienne tabou, il est nécessaire de leur fournir des informations lors des consultations pédiatriques, sous forme de conférences ou de modules accessibles proposés par les acteurs de l'éducation sexuelle, comme Action Innocence. Enfin, une prévention efficace doit passer par l'écoute des jeunes. Pour les impliquer, il serait pertinent d'organiser, au sein d'associations jeunesse, des ateliers permettant de créer eux-mêmes des contenus de prévention à destination de leurs pairs. Pour conclure, face à une consommation techno-facilitée et peu encadrée, la prévention doit devenir plus réaliste et centrée sur l'écoute, la collaboration des adultes et les besoins exprimés des jeunes.

Références

1. Külling-Knecht C, Waller G, Willemse I, Deda-Bröchin S, Suter L, Streule P, et al. JAMES 2024 – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Zürich: ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften; 2024. Disponible sur: JAMES 2024 (Attention: Etude non revue par des paires, niveau de preuves bas)
2. Bocci Benucci S, Di Gesto C, Ghinassi S, Casale S, Fioravanti G. Pornography use, problematic pornography use, impulsivity, and sensation seeking: a meta-analysis. *J Sex Med.* 2024;21(10):922-939. doi:10.1093/jsxmed/qdae101
3. Altin M, De Leo D, Tribbia N, Ronconi L, Cipolletta S. Problematic pornography use, mental health, and suicidality among young adults. *Int J Environ Res Public Health.* 2024;21(9):1228. doi:10.3390/ijerph21091228
4. Conseil fédéral. Protection des enfants et des jeunes face aux cyber-délits sexuels: rapport en réponse au postulat 19.4111 Quadranti. Berne: Chancellerie fédérale; 2023
5. Nelson KM, Campbell JK, Dunsinger S, Frieson TM, Saber R, Macapagal K, et al. The Healthy Relationships Program: a pilot study of a healthy relationships, HIV/STI prevention, and pornography education program for high schoolers. *Am J Sex Educ.* 2024;0(0):1–30.s
6. Senarclens C de. Porno parlons-en! Comprendre pour dialoguer sereinement avec nos enfants. Lausanne: Favre; 2024.

Mots clés

Pornographie, Adolescents, Prévention, Parents, Ecoles, Education, Programmes, Stratégies

30.06.2025

Consommation de pornographie chez les jeunes de 14-15 ans

Comprendre et Prévenir

Malica Cook, Haetam Mian, Gaetan Nicolet, Nolan Nijman, Daren Radic

Introduction

Aujourd'hui, **97%** des adolescent de **14-15 ans** possèdent un smartphone et **44%** ont déjà consommé du contenu pornographique (1). Si les effets sur le corps et le comportement sont bien connus, le défi actuel est de **mieux prévenir et accompagner** cette population. Le canton de Vaud fait face à un manque de dispositifs pour les jeunes de 14 à 15 ans, alors qu'ils y sont exposés de plus en plus tôt.

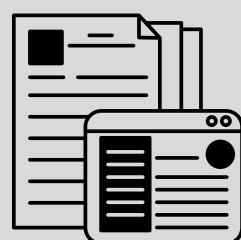
"Il y a une normalisation de l'utilisation de la pornographie mais c'est encore très tabou d'en parler."

Pédiatre

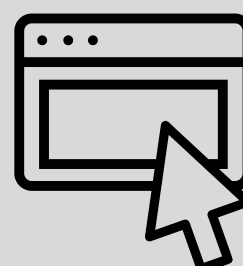
"Il ne faut pas interdire l'usage, mais accompagner et apprendre à développer leur esprit critique."

C. de Senarclens
Autrice

Revue de littérature grise



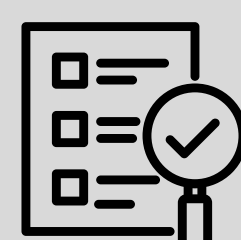
Revue des dispositifs mis à disposition sur internet



13 entretiens semi-structurés



Analyse des résultats



Résultats

- Un premier **visionnage précoce** (dès 10-12 ans) souligne l'urgence d'une prévention ciblée et adaptée.
- Développer tôt l'**esprit critique** des adolescents est essentiel pour qu'ils sachent **distinguer réalité et fiction**.
- Les contenus véhiculent souvent des **stéréotypes** de genre, de performance et de consentement.
- Peu d'espaces sûrs pour s'exprimer et les **approches** descendantes sont **peu efficaces**.
- La pornographie reste un **tabou** qui masque des **vulnérabilités**.

Entretiens

Biomédical

Pédiatre
Psychologue

Social et culturel

Autrice
Aumônière

Psychoéducatif

Enseignant
Educateurs sexuels
Associations préventions
CIIP

Justice

Police
DGEJ

jeune

Pistes d'amélioration

- Former les adultes de référence
- Moderniser l'éducation sexuelle
- Prévention personnalisé
- Impliquer les pairs formés
- Renforcer la coordination entre acteurs
- Implication active des adolescents
- Développer l'esprit critique
- Mettre en avant les ressources disponibles

Discussion et conclusion

Les stratégies de prévention actuelles sont dépassées par la réalité numérique des adolescents. Une prévention efficace doit s'appuyer sur l'**accompagnement**, le **dialogue** et des **espaces de parole** adaptés. L'implication coordonnée des **parents, écoles, professionnels de santé** et autres acteurs est essentielle pour proposer une réponse cohérente et accessible. Il est urgent de **repenser les dispositifs existants** à travers une **approche participative, créative et connectée aux besoins des jeunes**.

À retenir !

La consommation de pornographie chez les 14-15 ans est fréquente, peu encadrée, et souvent mal comprise. Elle met en évidence le besoin d'une prévention plus adaptée, fondée sur l'écoute, la formation des adultes et une coordination entre acteurs éducatifs.

Références

1. Külling-Knecht C, Waller G, Willemse I, Deda-Bröchin S, Suter L, Streule P, et al. JAMES 2024 – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Zürich: ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften; 2024. Disponible sur: [JAMES 2024 \(Attention: Etude non revue par des pairs, niveau de preuves bas\)](#)
2. Sharpe M, Mead D. Problematic pornography use: legal and health policy considerations. Curr Addict Rep. 2021;8:556-67.
3. Maas MK, Gal T, Cary KM, Greer K. Popular culture and pornography education to improve the efficacy of secondary school staff response to student sexual harassment. Am J Sex Educ. 2022;17(4):435-57.
4. Calatrava M, Magalhaes PAPd, Vidaurreta M, Rivas S, López-Del Burgo C, Belintxon M. Parental competence and pornography use among Hispanic adolescents. Behav Sci. 2024;14:926.
5. Altin M, De Leo D, Tribbia N, Ronconi L, Cipolletta S. Problematic pornography use, mental health, and suicidality among young adults. Int J Environ Res Public Health. 2024;21:1228.
6. De Senarclens C. Porno, parlons-en! Comprendre pour dialoguer avec nos enfants. Lausanne: Édition Favre; 2024. 196 p.

Remerciements

Nous remercions sincèrement l'ensemble des intervenant-e-s pour leur précieuse contribution et leur disponibilité tout au long de ce travail. Nous exprimons également toute notre gratitude à notre chère tutrice, Tatjana Sajic, pour son accompagnement, ses conseils avisés et son soutien constant.

Contact

malica.cook@unil.ch, haetam.mian@unil.ch, gaetan.nicolet@unil.ch, nolan.nijman@unil.ch, daren.radic@unil.ch