

La sexualité, PARLONS-EN

PAR LAURA CERRADA-CRESPO

▶ Souvent, les adolescents minimisent leurs actes et trouvent des réponses erronées à leurs questions sur Internet

▶ À l'adolescence, les hormones sont en ébullition. On découvre les joies (et chagrins) des premières amours, la sexualité (seul ou en couple), les films érotiques, les règles... Et, parfois, il peut sembler gênant d'en parler à des amis, à ses parents. Les questions que l'on se pose ne sont jamais "bêtes" et peuvent trouver des réponses qui vous apaiseront. En parler, c'est parfois éviter certaines situations épineuses, comme des grossesses imprévues, des infections sexuellement transmissibles (en hausse), des soucis de vaginisme...

■ Comment en parler à ses parents ?

Parler de son orientation sexuelle, de ses menstruations, des douleurs qu'on peut ressentir parfois ou de l'envie d'aller plus loin avec la personne qu'on aime n'est pas toujours aisé. Si cela semble difficile, il est conseillé d'abord d'aller trouver un spécialiste dans un planning fami-

lial qui pourra vous donner des conseils pour aborder le sujet. En parler avec un frère et/ou une sœur qui peut vous accompagner et vous aider à parler aux parents est également un plus.

■ Comment en parler à ses enfants ?

"Aujourd'hui, avec Internet et tout ce qu'on y trouve, les parents peuvent anticiper certaines questions éventuelles des enfants et choisir de répondre aux interrogations du moment. En fonction de l'âge, on se limite à certaines réponses précises, sans spécialement aller plus loin si l'enfant n'est pas demandeur", explique Sabrina Bauwens, sexologue. "L'important est de garder un œil sur ses activités et lui donner des informations correctes, pas de celles qu'on trouve sur internet, avec le porno, notamment."

Des stéréotypes qui perdurent

"Les hommes pensent tout le temps au sexe", "la taille du pénis, c'est super important", "une fille en mini-jupe a envie d'avoir

un rapport sexuel" ou encore "les femmes deviennent lesbiennes parce qu'elles ne plaisent pas aux hommes"... En matière de sexualité, les clichés sont nombreux. Et souvent faux.

■ À qui s'adresser ?

En cas de doute, en cas de souci ou simplement de manière préventive (prise de pilule, informations sur les menstruations, demande de préservatifs...), le meilleur interlocu-

teur des jeunes reste le planning familial. "Aujourd'hui, avec les smartphones et internet, trouver un centre près de chez soi ou près de l'école est facile. Il y en a dans toutes les villes", précise Sabrina Bauwens, sexologue liégeoise. "Il y a dans ces centres des équipes pluridisciplinaires qui peuvent aider et conseiller au mieux les adolescents et leurs parents. voire même intervenir gratuitement auprès des adolescents en difficulté. Ce sont des équipes pluridisciplinaires compétentes sur lesquelles le jeune peut se reposer ou à qui il peut poser toutes sortes de questions."

■ Questions fréquentes

"J'ai tendance à remarquer que les jeunes posent peu de questions. Ils ont une image erronée de certaines maladies sexuellement transmissibles et se réfèrent aux films pornographiques pour leur vie sexuelle", déplore Sabrina Bauwens. "Généralement, ils se rendent dans les plannings quand il y a un problème, alors qu'ils pourraient y trouver des interlocuteurs tenus au secret et compétents lorsqu'ils se posent des questions."

Et les interrogations qui reviennent souvent sont liées à la contraception et les maladies sexuellement transmissibles. "L'une des grandes questions chez les filles, c'est Est-ce que la pilule fait grossir, c'est un classique. On nous demande aussi régulièrement si on peut guérir du SIDA. C'est souvent dans l'optique d'arrêter le préservatif. Non, on n'en guérit pas."

La Fédération des Centres de Planning familial des FPS a lancé une campagne intitulée *Même pas vrai*. Sur le site du même nom (www.meme-pasvrai.be), trente-deux stéréotypes sont mis à mal par des faits

scientifiques. Outre le fait de rétablir des vérités, il importait aux professionnels d'indiquer, une nouvelle fois : "Il est important que chacun-e se sente libre de vivre sa sexualité comme il/elle le souhaite et non comme la société le lui impose."

Pourquoi on voit peu de sexe à la TV

À la télévision, il existe de nombreux pictogrammes prévenant les téléspectateurs et parents de certaines scènes pouvant heurter la sensibilité des plus jeunes. En Belgique, la signalétique est réglementée et chaque éditeur (comprenez chaque chaîne de télévision) attribue une signalétique aux programmes qu'il diffuse.

Dans un film avec un logo déconseillé aux moins de 10 ans, par exemple, les scènes pouvant heurter sont peu nombreuses. "Les

films déconseillés aux moins de 16 ans ne peuvent être diffusés qu'à partir d'une certaine heure", précise Geneviève Thiry, conseillère au département protection des mineurs du CSA. C'est pour cela que les films de début de soirée comportent peu de scènes de sexe ou de violence. Il arrive parfois que les éditeurs fassent une erreur de jugement. Les téléspectateurs mécontents se rendent alors sur le site du Conseil Supérieur de l'Audiovisuel (CSA) où ils peuvent porter plainte. Le CSA reçoit de nombreuses plaintes. "En moyenne entre 15 et 20 plaintes de téléspectateurs", explique Geneviève Thiry. "Deux ou trois aboutissent. Dans ces cas-là, on met en place une procédure particulière et on convoque l'éditeur."