



## SEXUALITÉ ET TECHNOLOGIE

## Conception

Audrey Anne Doucet	Assistante de recherche, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ)
Nikolas Parent-Poisson	Assistant de recherche, CIUSSS MCQ
Stella Gurreri	Professeur, département de sexologie, Université du Québec à Montréal
Nadia Abouzeid	Chercheuse en établissement, Direction de l'enseignement universitaire, de la recherche et de l'innovation (DEURI), CIUSSS MCQ

## Collaboration

Sabrina Desjardins-Dumont	Éducatrice spécialisée, Direction des programmes déficience intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique (DPDITSADP), CIUSSS MCQ
Véronique Garneau	Sexologue, DPDITSADP, CIUSSS MCQ
Tanya Germain-Hébert	Éducatrice spécialisée, DPDITSADP, CIUSSS MCQ
Anick Gosselin	Éducatrice spécialisée, Autisme Centre-du-Québec
Frédérique Fafard	Sexologue, Autisme Centre-du-Québec
Sabine Jutras	Éducatrice spécialisée, DPDITSADP, CIUSSS MCQ
Jessyca Gélinas-Beaulieu	Psychologue et personne-ressource éducation à la sexualité, Centre de services scolaire de la Riveraine
Annick Lapierre	Éducatrice spécialisée, DPDITSADP, CIUSSS MCQ
Julie Laroche	Parent d'une personne autiste
Priscilla Ménard	Agente de planification, de programmation et de recherche, DEURI, CIUSSS MCQ

\* Un adulte ayant une déficience intellectuelle souhaitant garder l'anonymat a également collaboré au projet.

## Révision et mise en page

Martine Thibeault	Agente administrative, CIUSSS MCQ
-------------------	-----------------------------------

## Visuel

Spéro Assogba Cakpo	Technicien en arts graphiques, DEURI, CIUSSS MCQ
---------------------	--

## Il est recommandé de citer le document de cette façon :

Gurreri, S. Doucet, A. A., Parent-Poisson, N. et Abouzeid, N. (2023). *Sexualité et technologie - Fascicule à l'intention des intervenants, des parents et des proches des personnes autistes ou ayant une déficience intellectuelle*. Trois-Rivières, Québec : Centre intégré universitaire de santé et des services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec, Institut universitaire en déficience intellectuelle et en trouble du spectre de l'autisme.

Toute reproduction est interdite sans l'autorisation écrite du CIUSSS MCQ.

---

## Table des matières

---

Mise en contexte.....	1
Présentation du fascicule.....	2
Utilisateurs ciblés.....	2
Objectifs du fascicule.....	2
Division du contenu.....	2
1 Réseaux sociaux.....	4
1.1 Définitions et terminologies.....	4
1.2 Les avantages des réseaux sociaux.....	9
1.3 Les risques des réseaux sociaux.....	10
1.4 Les personnes rencontrées sur Internet.....	11
1.5 Images intimes.....	12
1.6 Mise en situation : Mon adolescent sexte. Quoi faire?.....	14
1.7 Comment pratiquer la cybersécurité?.....	14
1.8 Conclusion.....	17
1.9 Messages clés.....	17
2 Site de rencontre.....	19
2.1 Définitions et terminologies.....	19
2.2 Rencontres en ligne ( <i>online dating</i> ).....	21
2.3 Mise en situation : Mon jeune <i>online date</i> . Quoi faire?.....	21
2.4 Comment planifier une <i>online date sécuritaire</i> ?.....	23
2.5 Comment repérer un « faux profil » sur une application de rencontre?.....	24
2.6 Conclusion.....	26
2.7 Messages clés.....	27
3 Pornographie.....	29
3.1 Définitions et terminologies.....	29
3.2 Comment en parle-t-on?.....	31
3.3 Réalité ou fiction?.....	34
3.4 Quand la pornographie prend trop de place.....	34
3.5 Mise en situation.....	35
3.6 Conclusion.....	36
3.7 Messages clés.....	37
4 Vignettes cliniques.....	39
4.1 Vignette 1 : Personne autiste ou ayant une DI légère.....	39
4.2 Vignette 2 : Personne autiste ou ayant une DI légère.....	40
4.3 Vignette 3 : Personne autiste ou ayant une DI légère.....	42
5 Activités.....	45
5.1 Activité 1 : Mises en situation sur les signaux d’alerte et drapeaux.....	45
5.2 Activité 2 : Classification des informations appropriées au partage en ligne.....	46
5.3 Activité 3 : Classification des cercles sociaux.....	47
Ressources et références.....	49
Bibliographie.....	51

## Mise en contexte

---

Le 20<sup>e</sup> siècle est marqué par l'arrivée de multiples médias. Ces derniers font maintenant partie intégrante du quotidien et il peut être difficile d'y voir clair. Toutefois, leur utilisation permet d'obtenir de nombreuses informations en l'espace de quelques secondes, notamment au sujet de la sexualité. Dans la mesure où la sexualité est un sujet tabou auprès des adolescent(e)s et des adultes autistes ou ayant une déficience intellectuelle (DI) légère à modérée, l'utilisation des technologies de l'information et de la communication (TIC) peut être une façon alternative d'obtenir l'éducation à la sexualité désirée. Ces informations peuvent être incomprises ou mésinterprétées, d'où l'importance de comprendre le fonctionnement, les risques et les côtés positifs de ces technologies. Ce petit guide se veut un outil favorisant la discussion au sujet de la cybersécurité afin d'aider les adolescent(e)s et les adultes autistes ou ayant une DI à l'ère du numérique. Pour ce faire, des informations concernant les réseaux sociaux, les applications de rencontre et l'usage de la pornographie seront présentées et différentes activités seront proposées.

Les discussions engendrées pourront certainement générer des questions à propos de la sexualité et des technologies chez les adolescent(e)s et les adultes autistes ou ayant une DI. Pour y répondre, il est important de :

- ▶ Faire preuve d'ouverture envers les sujets qui seront abordés;
- ▶ Essayer d'employer les termes exacts, à votre connaissance;
- ▶ Comprendre la sensibilité et la complexité de ce sujet, notamment quant à la vulnérabilité des personnes autistes ou ayant une DI sur les médias, les réseaux sociaux et les sites de rencontre;
- ▶ Se permettre de réfléchir à la question avant d'y répondre, mais NE PAS éviter la question;
- ▶ Éviter les préjugés sur la différence.

# Présentation du fascicule

---

## Utilisateurs ciblés

Les intervenant(e)s et professionnel(le)s qui œuvrent auprès des personnes autistes ou ayant une DI ainsi que les parents de ces personnes.

## Objectifs du fascicule

Il vise à outiller les intervenant(e)s et les parents des adolescent(e)s et des adultes autistes ou ayant une DI légère à modérée face aux enjeux en lien avec la sexualité à l'ère du numérique.

Il est souhaité que les adolescent(e)s et les adultes autistes ou ayant une DI soient en mesure de :

- ▶ Connaître des moyens de prévention et de protection quant à l'utilisation des TIC;
- ▶ Connaître les bons et les mauvais côtés des réseaux sociaux, des sites de rencontre et de la pornographie.

### *Objectifs généraux*

Ce fascicule vise à :

- ▶ Différencier des mots et des concepts en lien avec les différentes TIC;
- ▶ Conscientiser des recommandations en lien avec la cybersécurité;
- ▶ Assister une personne dans son utilisation des TIC.

### *Objectifs spécifiques*

Après avoir consulté ce fascicule, les parents et les intervenants seront en mesure de :

- ▶ Encourager la remise en question de l'usage des réseaux sociaux, des sites de rencontre et de la pornographie en ligne;
- ▶ Reconnaître le développement de saines habitudes sur le plan de la sexualité, de la sécurité et de l'utilisation des TIC chez la personne autiste ou ayant une DI;
- ▶ Mettre en place un climat d'ouverture et de soutien au sujet de la sexualité en lien avec les technologies et la cybersécurité.

## Division du contenu

Les *informations de base* permettent d'aborder les thématiques avec la personne.

Les *vignettes* donnent des pistes d'intervention pour certaines situations particulières.

Les *activités* proposent des contenus à utiliser tels quels ou à adapter en fonction de la personne auprès de qui l'intervention est réalisée.



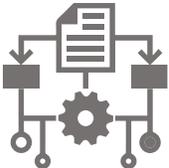
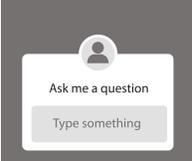
# 1 Réseaux sociaux

Les « réseaux sociaux » font référence à l'ensemble des services en ligne qui permettent de discuter et d'interagir avec d'autres personnes ou de partager du contenu tel que des images, des vidéos, des sons ou des informations. Des exemples de réseaux sociaux, pour n'en nommer que quelques-uns, sont Facebook, Instagram, TikTok, Snapchat, BeReal, YouTube, Reddit...

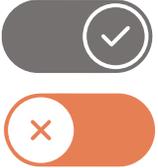
## 1.1 Définitions et terminologies

Commençons par clarifier quelques notions essentielles en définissant divers termes et expressions propres aux médias et aux réseaux sociaux. Ici, l'objectif est de fournir des informations de base au sujet des multiples applications et s'adresse aux personnes de différents niveaux de compréhension et de développement.

**N. B. : L'information est présentée sous forme de glossaire et se retrouve en ordre alphabétique. Nous vous invitons à faire des allers-retours entre les termes afin d'obtenir l'information complémentaire désirée. De plus, il ne s'agit pas d'un glossaire exhaustif. Plusieurs autres termes existent, mais ne seront pas abordés dans ce petit guide.**

	Abonnés	Personne qui aime un compte et qui le suit. Le compte suivi n'est pas obligé de suivre en retour.
	Algorithme	Ce qui permet à une plateforme de déterminer le contenu à afficher à l'utilisateur. L'algorithme se base sur vos informations personnelles, par exemple les pages que vous suivez ou les liens sur lesquels vous appuyez, pour vous montrer du contenu susceptible de vous intéresser.
	AMA (Ask Me Anything)	Questions-réponses interactives entre un utilisateur et des abonnés.
	Amis	Personnes qui sont connectées entre elles sur Facebook. Une personne qui reçoit une demande d'amitié doit l'accepter pour qu'une connexion s'établisse.

	Avatar	Représentation visuelle d'une personne sur une plateforme. Il peut s'agir d'une photo de profil ou d'une image créée par ordinateur, par exemple Bitmoji (voir plus bas).
	BeReal	Application gratuite de partage de photo quotidienne. BeReal vous envoie un rappel pour vous inciter à partager une photo. Ce rappel est envoyé de façon aléatoire par l'application, c'est-à-dire que chaque jour, l'heure est différente. Elle a pour but de partager à ses amis un moment authentique, sur le vif, de sa journée. L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans.
	Biographie	Section du profil qui sert à se présenter aux futurs abonnés. La biographie peut inclure toutes sortes d'informations dépendamment de la plateforme utilisée, notamment l'âge, le sexe, la localisation, les intérêts, votre travail ou vos études passés, ainsi de suite.
	Bitmoji	Version dessin animé de soi-même
	Bloquer	Action qui permet d'empêcher une personne de voir les publications ou de contacter notre compte (envoi de message ou identification dans une publication).
	Clavardage ( <i>chat</i> )	Conversation en ligne entre deux personnes ou plus (groupe de clavardage).
	Ciblage	Annonce diffusée à des personnes en fonction de l'âge, de la géolocalisation et des intérêts. S'appuie généralement sur l'information recueillie par un algorithme.
	Piège à clics ( <i>clickbait</i> )	Contenu en ligne à titre trompeur qui vise à amener les personnes à cliquer et à interagir avec le reste de la publication ou de l'article.

	Compte protégé/privé	Compte dont seulement les abonnés ou les amis approuvés peuvent voir le contenu et les publications. De cette façon, l'utilisateur a le contrôle sur les personnes qui voient son contenu. Un compte est soit public, soit privé.
	Compte vérifié	Compte dont l'identité a été validée et confirmée auprès de la plateforme. Ce type de compte est souvent identifié par un crochet bleu.
	Connexion	Relation entre soi-même et un autre utilisateur de réseaux sociaux. C'est l'équivalent du concept d'ami sur Facebook.
	Contenu éphémère	Publications qui disparaissent après 24 h, par exemple les snaps, les stories Facebook ou Instagram et les BeReal
	Désabonner	Action de se désinscrire d'un compte pour ne plus voir les publications et briser la connexion.
	Désactiver	Action de mettre en sourdine un compte pour ne plus voir les publications, mais garder la connexion.
	Discord	Logiciel gratuit de voix sur IP (VoIP ou <i>Voice over IP</i> ) qui permet d'acheminer des appels téléphoniques via une connexion Internet (IP). Cette plateforme de communication rassemble tous les logiciels de VoIP en un seul endroit. Les utilisateurs peuvent alors utiliser le partage d'écran, la visioconférence, la messagerie instantanée, etc. Le logiciel est beaucoup utilisé dans les communautés de joueurs.
	Doxing	Action de rechercher et de publier les informations personnelles, en ligne, d'une personne sans son consentement généralement dans le but de nuire à un individu. L'Office québécois de la langue française (2017) indique que le terme à privilégier est la divulgation de données personnelles. Il est à noter qu'il s'agit d'une pratique illégale.

	<p>Facebook</p>	<p>Application gratuite de partage d'images, de photos, de vidéos, d'informations, d'échange de messages, de connexions et de création de groupe. L'ajout d'ami permet de se connecter avec des personnes connues ou avec lesquelles des intérêts sont partagés. L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans.</p>
	<p>For You Page (FYP)</p>	<p>Page par défaut à l'ouverture de l'application TikTok. Elle varie en fonction de l'algorithme de chaque personne.</p>
	<p>Géolocalisation</p>	<p>Partage de position en temps réel avec les plateformes. Ce partage est généralement fait lorsqu'une personne ajoute une localisation à son contenu.</p>
	<p>Instagram</p>	<p>Application gratuite de partage de photos et de vidéos. Elle permet aux utilisateurs d'interagir entre eux en aimant une publication, en laissant des commentaires ou en envoyant des messages directs (DM). L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans.</p>
	<p>Flux en direct (<i>live stream</i>)/Diffusion en continu (<i>streaming</i>)</p>	<p>Vidéo filmée et partagée en temps réel, cela est souvent utilisé pour des AMA.</p>
	<p>Messenger</p>	<p>Application de messagerie instantanée de Facebook qui sert à envoyer des messages directs en temps réel.</p>
	<p>Mot-clic (<i>hashtag</i>)</p>	<p>Mot-clé qui permet de décrire la publication et de regrouper l'ensemble des publications y faisant référence.</p>
	<p>Reddit</p>	<p>Site web communautaire de discussions et d'actualités. Elle permet le partage de contenus personnels sous forme de publication pouvant être commentée. L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans.</p>

	Snapchat	Application gratuite de partage de photos et de vidéos, nommés « snap ». Le contenu envoyé peut être disponible de 1 à 10 secondes ou sans durée limitée. L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans.
	Pourriel ( <i>spam</i> )	Contenus inutiles et non sollicités sur les fils d'actualités des réseaux sociaux. Cela décrit les éléments indésirables pouvant parfois être frauduleux.
	Stories	Contenu éphémère sur Facebook, Instagram et Snapchat qui disparaît après 24 heures.
	Tendance ( <i>trending</i> )	Ce qui est actuellement populaire sur les réseaux sociaux.
	TikTok	Application gratuite de partage de vidéo et de réseautage. L'utilisateur peut créer, réaliser et partager des vidéos de toutes sortes (musicaux, actualité, photos, etc.) de quelques secondes à quelques minutes. L'algorithme de l'application organise le contenu afin de présenter des vidéos en lien avec les centres d'intérêt de l'utilisateur. L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans. Cependant, pour utiliser l'ensemble des fonctionnalités, il faut avoir au moins 16 ans.
	Troll	Personne qui publie du contenu choquant sur les réseaux sociaux dans l'objectif de provoquer.
	YouTube	Site web d'hébergement de vidéos. Les utilisateurs inscrits peuvent partager du contenu, commenter ou aimer les vidéos en ligne. L'âge minimum d'utilisation est de 13 ans.

Liste inspirée et adaptée du Glossaire de Hootsuite (<https://blog.hootsuite.com/fr/glossaire-des-medias-sociaux/>) et du Lexique des médias sociaux (Beauchamp et Ranger, 2013).

## 1.2 Les avantages des réseaux sociaux

Les réseaux sociaux sont pratiques pour plusieurs raisons. En voici quelques-unes :

### Être connectés en tout temps

Les sites Internet et les applications mobiles transforment les façons de socialiser en facilitant les connexions avec les autres. En ligne, il est possible d'entretenir des liens avec des personnes provenant de partout sur la planète, incluant celles que l'on voit moins souvent. Ces programmes permettent aux utilisateurs de partager leurs vies privées. Ainsi, le monde n'a jamais semblé aussi petit! L'arrivée d'Internet et, surtout, d'Internet sans-fil ou mobile, permet d'être connecté en tout temps.

### Lieu privilégié de socialisation

Pour plusieurs personnes, les réseaux sociaux sont un lieu privilégié de socialisation. Il est alors possible de se faire des amis, de tomber en amour ou même d'avoir une vie sexuelle active grâce à Internet. Ainsi, pour ces personnes, les amitiés et les relations développées à travers le monde virtuel sont toutes aussi importantes que celles développées dans d'autres contextes. L'ensemble des interactions en ligne (messages, aime [likes], abonnements, etc.) reflète un partage d'intérêts communs à travers les utilisateurs. Par exemple, sur TikTok, la FYP est spécifiquement organisée en fonction des actions et des interactions posées dans l'application. C'est ainsi que différentes sous-communautés naissent, par exemple #communauté sur les livres (*BookTok*) ou #communauté sur la nourriture ou les restaurants (*FoodTok*). Cette socialisation pourrait créer un sentiment de solidarité entre les utilisateurs à travers le partage d'intérêts communs. De plus, ces relations et ces interactions permettent aux utilisateurs de se faire connaître et de bâtir une communauté. D'ailleurs, il est à se demander si, pour certaines personnes autistes ou ayant une DI, Internet facilite le développement de relations amicales ou intimes. En effet, celles-ci pourraient être moins anxiogènes en raison du contrôle que la personne peut avoir sur les paramètres de la relation et de la distance imposée entre les personnes tout en assurant une connexion à l'autre. En ligne, la personne peut choisir le moment de communication ou l'environnement (par exemple, quand répondre, attendre de se sentir confortable et en sécurité pour discuter, etc.). Il peut être facile d'invalider ou de minimiser ces relations sociales en raison de leur origine virtuelle. Toutefois, l'importance que les personnes accordent à leurs relations est à considérer lors de l'intervention.

### Développement de soi

Les réseaux sociaux sont un espace d'apprentissage et de développement de soi sur le plan relationnel, de la communication et des habiletés techniques. Tout d'abord, l'ensemble des relations et des interactions en ligne (notamment le partage de publications, de commentaires, d'opinions, etc.) amène une personne à apprendre à s'exprimer. Idéalement, l'expression de soi permet de pratiquer le respect de soi et d'autrui. C'est-à-dire qu'à travers les messages publiés, une personne doit apprendre à tenir compte de l'individu derrière l'écran qui lira ses mots. Le respect de soi peut aussi faire référence à la capacité d'apprendre de ses erreurs, de se considérer dans ce qui est publié et partagé. Ici, les réseaux sociaux peuvent devenir un outil d'apprentissage par rapport à la capacité à faire preuve de jugement, notamment d'évaluer ce qui peut de ce qui ne peut pas être publié, à qui partager différent type de contenu, etc. Enfin, une personne qui utilise les réseaux sociaux est amenée à développer différentes habiletés techniques en lien avec les TIC, plus spécifiquement sur les outils proposés par les sites et les applications. Ainsi, une personne qui utilise Instagram pourrait apprendre la photographie ou la retouche de photos, une personne qui utilise TikTok pourrait apprendre à éditer ou à faire du montage vidéo, etc.

### 1.3 Les risques des réseaux sociaux

Bien que les réseaux sociaux soient pratiques, leur influence peut rapidement devenir problématique. Voici quelques risques possibles :

#### L'humeur

Bien que les différentes plateformes sur Internet permettent la création de communautés, le partage de messages ou de commentaires négatifs peuvent certainement atteindre l'estime de soi d'une personne qui en lit les mots. Cela peut générer de la tristesse, de la colère, de la honte, etc. En plus d'influencer négativement l'estime de soi, les réseaux sociaux peuvent facilement devenir une source de stress en raison de la pression à être connecté en tout temps et à répondre rapidement.

#### La productivité

La réception quasi ininterrompue de notifications (ci-après qualifiée d'hyperconnexion) peut amener une personne à ne rien faire d'autre, à diminuer son niveau de concentration, à perdre son temps, à être moins efficace et, voire, à ne plus dormir!

#### L'argent

L'utilisation des réseaux sociaux peut amener une personne à se créer des besoins à travers les publicités, les publications de nos connaissances, etc. À la longue, sans gestion, une personne peut se mettre à dépenser beaucoup d'argent.

#### La perception du monde

Le fait d'interagir à travers une sous-communauté en ligne peut donner la fausse impression que tout le monde partage la même opinion. Cela peut être confrontant lorsque l'on reçoit des commentaires négatifs, voire parfois haineux, puisqu'il est possible de ne pas comprendre d'où cela vient.

#### Les personnes mal intentionnées

L'utilisation des réseaux sociaux peut amener une personne à s'exposer à des individus mal intentionnés qui pratiquent le vol ou la divulgation de données personnelles (*doxing*) ou à des situations de leurre informatique. Cela sera développé davantage dans les sections suivantes.

#### L'influence de l'âge et des activités en ligne

Les dangers peuvent différer en fonction des activités en ligne et de l'âge. En effet, plus jeune, les jeux en ligne et les moteurs de recherche peuvent diriger l'enfant vers du contenu qui n'est pas approprié pour son âge. Toutefois, à l'adolescence et à l'âge adulte, les sites de partage de vidéos, les vidéos en direct, le clavardage et les réseaux sociaux sont davantage utilisés. Ils peuvent alors amener une personne vers du contenu qui n'est pas approprié pour son âge ou davantage constituer une source de danger.

En résumé, les réseaux sociaux ont du bon et du moins bon! Pour parvenir à y naviguer de façon saine, il est important de développer un certain équilibre et de faire preuve de prudence. Il existe aussi différentes façons de réduire les risques. Pour plus d'informations, veuillez-vous référer à la section *1.7 Comment pratiquer la cybersécurité? Divers conseils pour être en sécurité en ligne* du présent fascicule.

## 1.4 Les personnes rencontrées sur Internet

Plus particulièrement, les réseaux sociaux comportent des risques liés aux rencontres virtuelles. Malheureusement, il peut être difficile d'avoir la certitude de l'identité de la personne de l'autre côté de l'interaction. Internet offre un certain anonymat qu'une personne malintentionnée peut utiliser afin de tirer profit des personnes peu soupçonneuses ou vulnérables. Les personnes autistes ou ayant une DI pourraient présenter davantage de vulnérabilités. Bien qu'il existe peu d'études abordant l'usage d'Internet, et les risques encourus, par les personnes autistes ou ayant une DI, il semble y avoir un phénomène d'exclusion numérique chez cette population (Sallafranque St-Louis, 2015; Simonato et al, 2020). Cela peut s'expliquer par diverses inégalités ou incapacités liées à l'acquisition de connaissances ou de compétences numériques (Simonato et al, 2020). Notamment, elles peuvent montrer une difficulté à lire ou à comprendre une situation sociale dans la vie de tous les jours. Cette tendance peut représenter une problématique importante en ligne parce que les échanges écrits ne partagent pas, ou peu, d'indications par rapport aux intentions de la personne à qui l'on s'adresse (par exemple, langage corporel, intonation, etc.). Ainsi, il peut être plus facile de tromper une personne qui n'a pas tendance à douter des intentions de son interlocuteur.

En intervention, il importe de s'assurer que la personne soit en mesure de juger de l'honnêteté de l'interlocuteur afin d'éviter de se retrouver dans une telle situation. Pour y parvenir, il serait pertinent d'établir une discussion afin d'aider à évaluer l'état de la relation virtuelle.

Voici quelques exemples de questions à poser (N. B. : Des informations complémentaires seront présentées en *italique* afin de guider la discussion) :

### **Qu'est-ce que tu connais des réseaux sociaux? Quels réseaux sociaux utilises-tu?**

*Avant toute chose, il est important d'avoir un portrait global de la situation. En établissant ce que la personne connaît déjà concernant les réseaux sociaux de façon générale et, plus spécifiquement, concernant les applications qu'elle utilise, il sera facile de compléter l'information et de diriger la discussion. Cette question permet d'ouvrir le sujet et la réponse permettra de balancer ce qui est à aborder avec la personne en termes d'avantages, de risques et de stratégies de cybersécurité. Pour plus d'informations techniques, voir les ressources de ce présent fascicule.*

### **Aimerais-tu que l'on regarde ta liste d'amis?**

*L'objectif est avant tout exploratoire. Il est possible de diriger la discussion en demandant si la personne accepte d'examiner ensemble la liste d'amis ou d'abonnés sur les réseaux sociaux. Cela pourrait être une occasion de réflexion sur la « légitimité » de ceux et celles qui se trouvent dans la liste. Si la personne accepte, il s'agira de voir si certains profils semblent suspects. Il est possible qu'aucun ne le soit. Toutefois, s'il y en a un (ou plusieurs), cette exploration permettra d'aborder les éléments à surveiller et à remettre en question la réflexion derrière les réponses.*

*Les personnes ont accès à Internet dès un très jeune âge. Les personnes de moins de 18 ans sont d'autant plus vulnérables. Pour pallier cette situation, il est possible d'habituer l'enfant à consulter un parent ou un adulte de confiance avant de communiquer avec une personne en ligne. L'instauration d'un certain encadrement dès que possible peut servir de filet de sécurité.*

### Comment as-tu réglé les paramètres de confidentialité?

Internet est un espace public. Tout ce qui est publié et partagé est, à la base, visible par tous et toutes. En revanche, il est possible de modifier les paramètres de confidentialité afin de rendre le profil « privé ». Cela permet de restreindre l'accès aux publications et d'assurer un certain niveau de sécurité puisque l'auditoire aura préalablement été approuvé. Certaines personnes utilisent les réseaux sociaux afin de développer un auditoire d'un certain calibre dans l'optique de devenir un influenceur ou une influenceuse. À défaut de rendre le compte privé, il est possible de modifier les paramètres de messagerie. Par exemple, sur Instagram, il est possible de décider de recevoir des messages uniquement de la part de contacts potentiels (par exemple, les amis de nos amis). Il est aussi possible de désactiver les commentaires ou de bloquer certaines personnes de commenter vos publications. Ce sont de petites actions qui peuvent assurer un certain filet de sécurité et restreindre les communications avec des inconnus. Pour plus d'informations techniques, il est possible de consulter les pages d'aide développées par les différentes plateformes.

### As-tu vu ou reçu quelque chose de « bizarre » sur Internet?

L'objectif est de définir ce qui est « bizarre ». Ce mot peut décrire une panoplie de situations. Cela peut être de recevoir une demande trop personnelle (par exemple, numéro de téléphone, adresse, information bancaire, etc.), une photo intime non consentante ou de l'argent. Que ce soit en ligne ou en personne, tu as le droit de refuser de faire quelque chose qui te rend mal à l'aise. Une personne qui insiste même après un refus de ta part n'a probablement pas tes intérêts à cœur. Il ne faut pas oublier qu'il n'est jamais recommandé de partager ses informations personnelles avec une personne dont on ne connaît pas bien les intentions ou à qui l'on n'a jamais vu le visage. Dans le cas où une personne te demanderait des choses comme de l'information bancaire ou d'identification personnelle (RAMQ, numéro d'assurance sociale) ou de l'argent, il faut toujours refuser peu importe la situation et même si tu sens que tu peux faire confiance à la personne.

### Préviens-moi si quelque chose te trouble sur Internet. Ce n'est pas ta faute si cela se produit.

Tout au long de la discussion, il est important de maintenir un climat propice au dialogue et de démontrer notre présence et notre soutien. Ici, il convient de rappeler à la personne qu'il peut demander de l'aide et qu'il n'est jamais trop tard pour le faire : « Si tu as des doutes, tu peux toujours venir m'en parler. »

## 1.5 Images intimes

Le terme *sextag*, formé des mots « sexe » et « texto », « textage » ou « *texting* », fait référence à l'envoi de contenu sexuellement explicite sur un outil technologique. Ça peut être des textos, comme le nom l'indique, mais aussi des vidéos ou des photos qu'on envoie à quelqu'un d'autre, généralement dans le but d'exciter ou de séduire. Envoyer des sextos, ça s'appelle sexter. Sexter n'est pas nécessairement à proscrire, mais comme pour les relations sur les réseaux sociaux, il faut se poser certaines questions avant de trop s'investir avec une personne. Notamment, il faut faire particulièrement attention à qui l'on envoie du contenu explicite! Il faut toujours garder en tête que tout ce qu'on envoie en ligne laisse des traces et il y a toujours une possibilité que ces textes, images ou vidéos se retrouvent entre de mauvaises mains. Ces contenus explicites peuvent se retrouver sur des réseaux sociaux ou d'autres lieux publics et créer toutes sortes de situations embarrassantes ou mener à de l'intimidation/cyberintimidation.

Plusieurs motivations peuvent pousser une personne à envoyer ce type de message. Cela peut être pour rire, pour se rapprocher d'une personne qui lui plaît, pour faire comme les autres, pour

en recevoir en retour ou pour explorer sa sexualité. Cela peut aussi être par curiosité ou par pression de la part de l'autre. Les motivations peuvent être positives. Toutefois, il existe certains risques inhérents à l'envoi d'images intimes ou de contenu sexuellement explicite. Ceux-ci comprennent :

**Sextorsion** : action de forcer une personne à transmettre du contenu à caractère sexuel (photos, vidéos) ou à commettre des gestes de nature sexuelle devant une caméra, puis d'user de chantage ou de menacer de diffuser les images si la personne refuse de verser une somme d'argent ou d'envoyer d'autres contenus de même nature.

**Auto-exploitation juvénile** : action de créer, de transmettre et de partager avec d'autres personnes mineures des images sexuellement explicites (par exemple, nudité) via des appareils électroniques (Internet, textos, messagerie, clavardage, réseaux sociaux).

**Diffusion non consentuelle d'images intimes** : action de diffuser du contenu visuel sexuellement explicite d'une personne sans son consentement. Ce geste est répréhensible par la loi. Toutefois, si les images mettent en scène une personne de moins de 18 ans, la diffusion est illégale, peu importe le statut du consentement.



### IMPORTANT!

Le consentement sexuel correspond à l'accord qu'une personne donne à son partenaire au moment de participer à une activité sexuelle.

Celui-ci doit être :

- ▶ **VOLONTAIRE** : sans pression, insistance ou chantage;
- ▶ **CLAIR** : dans le doute, posez la question;
- ▶ Donné par une personne ayant la **CAPACITÉ DE CONSENTIR** : sobre, réveillée et consciente;
- ▶ **SPÉCIFIQUE** : donné à chaque étape et à chaque fois;
- ▶ **RÉVOCABLE** : retirable à tout moment.

Au Canada, l'âge du consentement sexuel est établi à 16 ans. Toutefois, il existe quelques exceptions...

Âge	Consentement valide?
Moins de 12 ans	Invalide
12 ou 13 ans	Valide SEULEMENT si la différence d'âge avec le ou la partenaire est de moins de 2 ans (de 12 à 14 ans)
14 ou 15 ans	Valide SEULEMENT si la différence d'âge avec le ou la partenaire est de moins de 5 ans (de 14 à 18 ans)
16 ans ou plus	Valide SEULEMENT si la différence d'âge est respectée et si la personne n'est pas en situation d'autorité, de confiance, de dépendance ou d'exploitation.
18 ans et plus	Valide

Voir le fascicule sur le consentement pour plus d'informations.

## 1.6 Mise en situation : Mon adolescent(e) sexte. Quoi faire?

Si l'on découvre que notre adolescent(e) sexte, c'est un peu comme si l'on apprenait qu'il était sexuellement actif. Cela peut nous surprendre; en revanche, il ne faut pas paniquer! Il s'agit d'une occasion de discussion franche avec l'adolescent(e)s pour qu'il adopte des pratiques saines et sécuritaires. Il peut être facile de tenter d'empêcher le comportement. Si tel est le cas, il est possible que l'adolescent(e) continue de pratiquer le sextage à notre insu et cela risque de lui faire courir des dangers inutiles. Il est important de laisser savoir à l'adolescent(e) qu'il peut compter sur nous : « Tu peux me faire confiance et je te fais confiance en retour! » L'objectif de la discussion est d'aider l'adolescent(e) à prévenir certains risques et à prendre de bonnes décisions quant à sa vie sexuelle virtuelle.

Voici quelques exemples de questions à poser (N. B. : Des informations complémentaires seront présentées en *italique* afin de guider la discussion) :

### Connais-tu bien la personne à qui tu envoies ces messages (images, photos, vidéos)?

*Te souviens-tu de la sphère publique et de la sphère privée? Selon toi, Internet et le monde virtuel, c'est public ou privé? C'est important de ne pas oublier que ce que tu envoies en ligne, ça laisse des traces parce que ça fait partie de la sphère publique. Il faut donc se demander : « Est-ce que je suis certain que la personne avec qui je sexte est digne de confiance et qu'elle ne partagera pas ce que je lui envoie? Pourquoi puis-je en être certain? »*

### Quel âge a la personne à qui tu envoies ces messages (images, photos, vidéos)?

*Te souviens-tu de ce que veut dire « consentement »? Peux-tu me dire pourquoi c'est important de connaître l'âge de la personne à qui tu envoies ces messages? Si la personne est mineure, tu pourrais être en train de commettre un geste illégal. Te souviens-tu des règles de consentement?*

### Comment te sens-tu quand tu sextes?

*Quand il est question de partager du contenu explicite, c'est important de s'assurer d'être confortable de le faire et d'être respecté dans son consentement. Te souviens-tu de ce que veut dire « consentement »? C'est d'accepter de faire quelque chose après avoir pris une décision éclairée qui n'a pas été imposée par quelqu'un d'autre. Te souviens-tu des cinq éléments nécessaires pour avoir un consentement? Il doit être volontaire, clair, donné en ayant la capacité de consentir, spécifique et révocable. Si tu ressens de la pression ou si tu penses que tu dois sexter pour faire plaisir à une personne, il est alors probablement mieux de ne pas le faire.*

## 1.7 Comment pratiquer la cybersécurité?

### Divers conseils pour être en sécurité en ligne

La cybersécurité fait référence à la capacité d'un système à se protéger et à résister à des attaques en ligne pouvant porter atteinte à la confidentialité et à l'intégrité de l'information qu'il contient (gouvernement du Québec, 2023). Cette définition au sens large de la sécurité en ligne est utile afin de comprendre les actions à poser et les moyens à utiliser pour assurer sa propre sécurité sur Internet. Voici une liste non exhaustive de choses à mettre en place ou à comprendre afin d'être cybersécuritaire :

### Avoir des discussions libres et honnêtes

Dès que la personne autiste ou ayant une DI commence à utiliser Internet, parlez avec cette dernière de ce qu'elle fait en ligne. En sachant ce qu'elle fait, il sera facile de lui apporter soutien

et écoute. Il est aussi important de discuter des choses qu'elle pourrait rencontrer sur Internet. La prévention et la continuité sont de bons ingrédients pour faciliter la vie numérique d'une personne qui commence son utilisation. À l'âge adulte, ce type de discussion peut toujours avoir lieu. En tant que parent ou personne de confiance, il est toujours possible d'adopter un rôle de soutien quant à ce qu'il peut rencontrer en ligne.

### **Gérer les appareils**

Pour les adolescent(e)s, il est possible de les encourager à utiliser les appareils technologiques dans un lieu commun de la maison. Ainsi, le jeune a un parent ou une personne de confiance tout près en cas de besoin. L'objectif est de créer un espace sécuritaire pour le jeune afin qu'il n'utilise pas Internet en cachette. Il s'agit de l'encourager à demander de l'aide et à démontrer de l'intérêt à lui en apporter.

### **Utiliser le contrôle parental**

Généralement, les appareils électroniques ont l'option d'activer un contrôle parental. Cela peut être utile pour les personnes de moins de 18 ans. L'idée n'est pas d'espionner ce qu'elles font, mais plutôt de donner à la personne autiste ou ayant une DI un espace sécurisé pour explorer le monde virtuel. Cette option permet de contrôler le contenu que la personne peut voir et de configurer de bons paramètres de confidentialité. Cela peut protéger les personnes autistes ou ayant une DI de moins de 18 ans de contenus inappropriés à leur âge, de la cyberintimidation, etc. Cette fonctionnalité s'adresse uniquement pour les personnes de moins de 18 ans.

### **Comprendre public c. privée**

Cela est rapidement enseigner aux personnes de moins de 18 ans. Il est donc important de comprendre qu'Internet (applications, réseaux sociaux, etc.) est un lieu public! Tout ce qui est publié en ligne peut être accessible. Il est donc important de limiter les informations personnelles et de se questionner avant de publier quoi que ce soit pour s'assurer que nous comprenons ce que cela peut engendrer.

### **S'informer**

En tant que donneur de soin ou personne de confiance, il est possible d'être amené à répondre à des questions en lien avec le monde virtuel ou à gérer l'utilisation d'appareils électroniques. Il est donc important de s'informer, de se tenir à jour et de tenter de comprendre les applications. Pour se faire, il est possible d'utiliser les moteurs de recherche, d'accéder à des formations, etc.

### **Protéger l'accès aux comptes sur les réseaux sociaux**

S'assurer qu'un mot de passe robuste (soit assez compliqué) soit utilisé. Généralement, lors de la création d'un compte sur une plateforme en ligne, le mot de passe doit répondre à différents critères tels que : avoir entre 8 et 20 caractères et contenir un mélange de lettres minuscules et majuscules, de chiffres et de symboles. Il est aussi important d'éviter d'utiliser toujours le même mot de passe. Ainsi, si, par malheur, un mot de passe est compromis, les autres mots de passe seront encore sécuritaires. Différentes plateformes offrent l'authentification à double facteur, par exemple un mot de passe et un code de sécurité envoyé par texto. Enfin, il est important de comprendre qu'un mot de passe c'est secret! Il faut donc éviter de les partager aux autres.

### **Vérifier les paramètres de confidentialité**

Généralement, lors de la création d'un compte sur une plateforme en ligne, les paramètres de visibilité sont ouverts. Il est donc important de vérifier l'état des paramètres de confidentialité afin de choisir quelles informations personnelles partager et à quel auditoire ces informations seront partagées. Quand un compte est public, le profil et les publications sont accessibles et visibles par tout le monde. Quand un compte est privé, uniquement les abonnés au compte pourront voir

ce qui est partagé. Il est donc important de considérer l'usage du compte. Par exemple, pour une personne qui souhaite devenir influenceur ou influenceuse, il serait moins recommandé de rendre son compte privé. D'autres paramètres peuvent être modifiés pour assurer un certain niveau de sécurité, notamment les paramètres des messages, d'identification et mentions, des commentaires, etc. Par exemple, cette personne pourra restreindre ou bloquer des comptes pour limiter les réponses et les commentaires et elle pourra désactiver les commentaires de ses publications.

### **Examiner la liste d'amis**

Il est possible de proposer à la personne de l'aider à passer à travers sa liste d'amis. Cela pourrait lui servir d'occasion de développement de sa capacité d'analyse. Avec appui, il ou elle pourra tenter de voir quels profils de sa liste pourraient être suspects. Il est possible qu'aucun profil ne le soit. Toutefois, cela deviendra une occasion d'apprentissage en abordant les éléments à surveiller et en remettant en question la réflexion derrière ses réponses.

### **Aborder les différences entre des relations saines c. malsaines**

Une personne peut se servir des réseaux sociaux afin de commettre des actions malsaines, notamment en ce qui concerne la sextorsion. Dans de tels cas, il est important que la personne soit en mesure de reconnaître un comportement préoccupant et de savoir de quelle façon réagir. Pour ce faire, il est important de faire des rappels sur ce qu'est une relation saine, une relation malsaine ainsi que sur les valeurs de respect et de bienveillance dans les relations. Il est possible de consulter le fascicule n° 3 (Intimité et respect des limites) ainsi que le fascicule n° 7 (Sentiments amoureux et communication).

### **Rappeler la notion de consentement**

Le consentement est une notion qui est importante à comprendre, tant le sien que celui des autres. Ainsi, en ligne, cela peut prendre la forme de se questionner sur ce que l'on souhaite faire lorsqu'une personne nous demande de faire quelque chose (par exemple, envoyer une photo intime de soi). Le fascicule n° 4 (Consentement) aborde cette notion en long et en large.

### **Rappeler l'importance d'aller chercher de l'aide**

Les réseaux sociaux, les algorithmes et les applications tierces peuvent servir de terrain fertile à du contenu non approprié à l'âge de la personne qui utilise ces services. Il est donc important d'encourager la recherche d'aide. Pour se faire, il est important de se montrer présent et ouvert. Il est possible de remercier la personne de venir nous en parler, par exemple : « Ce n'est pas ta faute, merci de m'en avoir parlé. Je suis là pour toi. »

### **Connaître les conséquences juridiques**

Au Canada, la publication et le partage d'une image intime sans l'accord de la personne sur la photo constituent un crime (Éducaloi, 2020b). De plus, si la personne est mineure, la personne qui a fait le partage pourrait être accusée de distribution de pornographie juvénile. Ce sont des gestes criminels qui sont passibles d'une peine d'emprisonnement maximale de 14 ans (Éducaloi, 2020a). En raison de la portée de ces gestes, il est important d'informer les adolescent(e)s et les adultes des conséquences juridiques possibles. Voir Éducaloi pour plus d'informations.

## 1.8 Conclusion

En bref, il est possible de comprendre l'importance des réseaux sociaux dans la société et leur rôle dans la socialisation des jeunes. Il s'agit d'un lieu où ils ou elles peuvent se faire des amis ou amies, des amoureux ou amoureuses et, même, des partenaires sexuels. Malgré tout, certaines précautions sont à prendre en ligne. D'abord, il faut toujours s'assurer de pouvoir faire confiance à la personne à qui l'on parle avant de partager des informations personnelles. Ensuite, il est important de s'assurer de faire des choses avec lesquelles on se sent bien. Ici, il s'agit de ne pas ressentir de pression. En fait, ce n'est pas si différent de ce qu'on ferait pour une relation hors du monde virtuel! De plus, il est important de se rappeler que, contrairement aux interactions en face à face, tout ce qui est écrit ou bien envoyé en ligne laisse des traces. Pourquoi? La réponse est simple : INTERNET = PUBLIC. Il faut donc se poser la question suivante avant de publier quoi que ce soit sur les réseaux sociaux : « Est-ce que je veux que ce que je souhaite publier se retrouve entre les mains de personnes mal intentionnées? » Malheureusement, ces personnes existent et, encore une fois, il faut insister sur l'importance de savoir à qui l'on a affaire avant d'envoyer du contenu pouvant être compromettant (par exemple, des images intimes ou à caractère sexuellement explicite). Heureusement, la plupart du temps, il est possible de faire confiance aux personnes à qui l'on parle en ligne. Toutefois, il ne faut pas oublier que ces personnes ont tout comme nous-mêmes des pensées, des émotions et des envies. Il peut être facile d'oublier que l'on s'adresse à de vraies personnes parce qu'elles ne sont pas physiquement devant nous et dire des choses blessantes ou agir de façon inappropriée. Ainsi, même en ligne, les règles d'or sont : politesse et respect. Cela s'appelle, la nétiquette, soit le savoir-vivre sur Internet. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site suivant : [Nétiquette dans les réseaux sociaux](#).

Tout au long de cette section, différentes astuces pour s'assurer que les jeunes (et les adultes!) sont confortables dans leurs échanges en ligne ont été présentées. Toutefois, cela va dans les deux sens : donner et recevoir. En ligne, si une personne souhaite recevoir des messages respectueux et appropriés et donner son consentement, elle doit faire de même en retour. Ainsi, envoyer des messages, des photos ou des vidéos non sollicités, ce n'est pas respectueux! Il s'agit d'un élément important à ne pas oublier lors des interventions.

## 1.9 Messages clés

- Les réseaux sociaux ne sont pas que négatifs.
- L'importance accordée aux relations, virtuelles ou non, est essentielle à considérer.
- Les personnes rencontrées en ligne ne sont pas toujours ce qu'elles disent être.
- Il faut juger de l'honnêteté de son interlocuteur.
- Le sextage n'est pas toujours à proscrire, si l'on respecte : confiance et consentement.
- L'Internet est un lieu public.

Prendre le temps d'offrir du soutien et de l'appui permet d'assurer un filet de sécurité.



## 2 Site de rencontre

---

Le terme « application de rencontre » est la traduction en français de *dating application*. C'est, tout comme les réseaux sociaux, un service en ligne permettant de discuter, d'échanger et d'interagir avec des personnes dans le but de développer une relation de différentes natures, soit : romantique, sexuelle ou amicale. Des exemples de sites ou d'applications de rencontre, pour n'en nommer que quelques-uns, sont Tinder, Hinge, Bumble, Fruitz, etc.

### 2.1 Définitions et terminologies

Commençons par clarifier quelques notions essentielles en définissant divers termes et expressions propres aux sites et aux applications de rencontre. Ici, l'objectif est de fournir des informations de base au sujet des multiples applications qui s'adresse aux personnes de différents niveaux de compréhension et de développement.

***N. B. : L'information est présentée sous forme de glossaire et se retrouve en ordre alphabétique. Nous vous invitons à faire des allers-retours entre les termes afin d'obtenir l'information complémentaire désirée. De plus, il ne s'agit pas d'un glossaire exhaustif. Plusieurs autres termes existent, mais ne seront pas abordés dans ce petit guide. Enfin, certains termes mettent en application des termes définis dans la section 1.1 du présent fascicule.***

**Bio** : abréviation de biographie, terme utilisé pour décrire une brève description de la personne. Cela est affiché sur son profil et peut comprendre les éléments suivants : nom, date d'anniversaire, travail, études, valeurs, loisirs, passions, photos, etc.

**Breadcrumbing** : quand la personne pour qui tu as le béguin n'a pas l'intention d'aller plus loin, mais qu'elle aime attirer l'attention en flirtant ou en envoyant des messages pour te garder intéressée.

**Bumble** : application de rencontres où les femmes ont 24 h après un match pour faire le premier pas et envoyer un message. Après quoi, le match disparaît. C'est gratuit avec achats intégrés.

**Cyberimposture (catfishing)** : quand une personne se fait passer pour une autre en ligne (identité fausse ou volée) dans le but de duper l'autre et d'entamer une relation malgré tout.

**Dick pic** : quand une personne ayant un pénis envoie une photo de son organe génital à quelqu'un d'autre sans son consentement.

**DTR** : abréviation de l'expression *Define The Relationship*. En français, cela se traduit par « définis la relation ». Cela est lorsque deux personnes discutent de leur compréhension mutuelle de leur relation amoureuse (par exemple, temporaire, sérieuse, etc.).

Emojis : symboles parfois utilisés dans la bio pour se décrire. Par exemple : « 🍷 🎿 🧠 ✈️ ». Cette série permet de décrire le fait d'aimer prendre un verre, skier, faire de l'art et voyager. Il existe toutes sortes de combinaisons possibles en fonction des intérêts d'une personne.

Friend with benefits (FWB) : quand deux amis ont des relations de nature sexuelle sans être intéressés par une relation sérieuse.

Friendzone : quand une personne se retrouve placée dans la zone amicale par la personne qui l'intéresse. Cela se produit quand l'autre désire seulement être ami.

Fruitz : application de rencontres où l'on doit choisir un fruit parmi : une cerise (pour trouver sa moitié), un raisin (pour aller prendre un verre), une pastèque (pour des amis avec bénéfices) ou une pêche (pour une histoire d'un soir). Les matchs possibles sont des personnes qui ont choisi le même fruit. Le choix peut se modifier en fonction de ce que l'on recherche à un temps donné. C'est gratuit avec possibilités de s'abonner à des forfaits payants.

Fantomisation (ghosting) : quand une personne coupe, sans avertissement, toute forme de communication avec la personne qu'elle fréquentait. Cela peut être par le fait d'éviter des appels et des messages ou de désactiver les comptes pour éviter tout contact.

Happn : application de rencontres où les matchs possibles sont des personnes que l'on a croisées dans la rue. Les profils s'affichent grâce à la géolocalisation. C'est gratuit avec possibilités de s'abonner à des forfaits payants.

Hinge : application de rencontres ayant été conçue pour être effacée. Son algorithme de mise en relation propose des profils de personnes avec lesquelles il y a le plus de chance d'avoir une chimie mutuelle. C'est gratuit avec possibilités de s'abonner à des forfaits payants.

Love bombing : quand une personne couvre l'autre de démonstrations d'affection ou de flirt de façon aléatoire. C'est-à-dire qu'elle est présente, puis elle disparaît subitement pour ensuite revenir quand ça lui tente. Cela peut être une tactique de manipulation afin de conserver et cultiver ton intérêt envers elle.

LTR : abréviation de l'expression anglophone *Long-term relationship*, qui signifie en français « à la recherche d'une relation à long terme ».

Looking for fun : en français, cela signifie « à la recherche d'amusement ».

Match : quand deux profils sur les applications de rencontre ce sont *swipe* à droite et a aimé le profil de l'autre.

Nudes : photos nues ou sexuellement explicites d'une personne.

Orbiting : quand une personne n'engage pas la discussion en ligne, mais regarde et interagit avec les publications de l'autre.

Situationship : quand une relation n'a pas d'étiquette. Cela peut être une amitié, mais plus que ça sans être une relation de couple.

Slow fading : quand une personne réalise que l'autre ne l'intéresse pas après avoir commencé à la fréquenter. La personne va alors disparaître doucement de la relation, par exemple en répondant de moins en moins à ses messages.

Swipe : expression utilisée pour décrire l'action de balayer vers la droite pour approuver le profil de la personne après avoir jugé ses photos et sa biographie. Le fait de « glisser à droite » fait référence au fait que cette personne nous intéresse. Son contraire serait l'action de balayer vers la gauche pour désapprouver le profil.

Tinder : application de rencontres ayant un système de balayage de profils et se basant sur l'apparence physique. Les deux personnes doivent ce *swipe* à droite pour qu'une discussion puisse avoir lieu. C'est gratuit.

Les sites suivants ont été consultés pour les définitions :

- <https://www.urbandictionary.com/>
- <https://bumble.com/fr-ca/>
- <https://fruitz.io/>
- <https://happn.com/>
- <https://hinge.co/fr-fr>
- <https://tinder.com/fr-CA>

## 2.2 Rencontres en ligne (*online dating*)

Fait intéressant, il n'existe pas de mot en français pour dire *date* ou *dating*. Pour une *date*, on peut dire un rendez-vous galant tandis que pour *dating*, on peut dire rencontre. Toutefois, ces mots sont un peu plus ambigus que leur version anglaise. D'ailleurs, au Québec on utilise de plus en plus *date* (prononcé à l'anglaise) dans le langage populaire pour parler de ces rendez-vous galants. Ainsi, lorsqu'une personne dit qu'elle a une *date*, cela veut dire qu'elle va rencontrer quelqu'un dans l'espoir de développer une relation de nature romantique ou sexuelle.

## 2.3 Mise en situation : Mon jeune *online date*. Quoi faire?

Depuis quelque temps, notre jeune discute avec une personne sur une application de rencontre et semble prêt à passer à la prochaine étape : se rencontrer avec l'espoir que la relation s'épanouisse. En discutant avec notre jeune, il ou elle nous dit : « Je trouve que l'amour en ligne c'est vraiment le *fun* parce qu'on apprend à se connaître avant et c'est moins gênant! » (Inspiré de Duquet et al, 2020). Quoi faire?

### **Tout d'abord, il faut comprendre que cela peut être vrai... et faux!**

Les applications de rencontres offrent un espace pour entamer un dialogue. Les profils et les bios regorgent d'informations au sujet des membres. Cela est un énorme point de départ puisque lorsqu'il est question d'apprendre à connaître un inconnu, il est rare d'avoir autant d'informations sur l'autre avant la première rencontre « face-à-face ». Pour les personnes plus timides, tout ce qui se passe en ligne peut être moins confrontant qu'en personne. Il serait alors plus facile pour elles d'apprendre à connaître l'autre et d'avouer leur intérêt. Ainsi, un véritable lien peut se créer

entre ces personnes par l'entremise de confidences ou de partages de choses personnelles. L'autre peut alors être idéalisé par l'image qu'il ou elle projette.

Toutefois, en ligne, on ne connaît jamais totalement la personne à qui l'on parle. La cyberimposture (*catfishing*) n'est pas rare et une personne peut facilement se faire passer pour une autre. La photo de profil peut être fausse et les informations données peuvent ne pas être vraies ou à moitié vraies, notamment pour ce qui est de l'âge. La personne peut être beaucoup plus âgée qu'elle l'a laissé croire. Sans que cela soit synonyme de mauvaises intentions, il est possible que l'autre personne soit malintentionnée et tente de tirer profit de celui ou celle qui ne la soupçonne pas (voir la section 1.4 du présent fascicule pour plus d'informations).

Cela n'est pas toujours le cas! En effet, plusieurs utilisent les applications de rencontres et vivent de belles histoires. En revanche, ce n'est pas la même chose en fonction de l'âge. À l'adolescence, les attentes, les envies et les besoins sont différents.

Voici quelques exemples de questions à se poser pour juger de l'authenticité de l'autre sur une application de rencontre (N. B. : Des informations complémentaires seront présentées en *italique*) :

#### **Est-ce que je connais bien la personne à qui je parle?**

*Parler en ligne avec une personne n'est pas synonyme de vérité. En effet, comment puis-je vraiment connaître l'autre si je n'ai jamais entendu sa voix ou si je ne l'ai jamais vue? Comment puis-je m'assurer que ce que l'autre me dit est la vérité absolue? L'autre peut bien dire ce qu'il ou elle veut me dire et me partager. Ça peut être vrai, comme ça peut ne pas l'être. En fait, sur Internet, on peut être qui on veut! C'est pour cela qu'il faut faire preuve de discernement.*

#### **Est-ce que je pense à ma sécurité dans tout ça?**

*Encore une fois, il ne faut pas envoyer d'informations personnelles à des inconnues en ligne! Cela ne sera jamais assez répété simplement par le fait qu'il s'agit d'un des premiers filets de sécurité à mettre en place pour assurer sa sécurité sur le web.*

#### **Quelle est la place de ma relation virtuelle dans ma vie?**

*L'amour, c'est beau et il n'y a pas d'endroit meilleur qu'un autre pour le rencontrer. En revanche, si cette relation en ligne se met à prendre toute la place, il serait bien de réfléchir sur les limites de notre intimité et sur nos attentes envers cette relation. Si cette relation est importante pour moi et que je souhaite rencontrer cette personne, je dois définir ce que j'attends de la situation. Il n'est pas rare de penser qu'un premier rendez-vous sera suffisant pour trouver le grand amour. Malheureusement, il faut être préparé à l'éventualité que la relation n'aille pas plus loin qu'une première date. Cela peut être décevant, mais c'est quelque chose qui peut se produire.*

Pour guider davantage la discussion, il est possible de lui demander : « Comment te sentirais-tu si la relation ne se poursuivait pas plus loin que le premier rendez-vous? Que dirais-tu si la personne voulait te revoir à la fin de la *date*, mais que toi tu ne te sens plus intéressé? » L'objectif est d'être à l'écoute et bienveillant. Il faudra être prêt à recadrer les attentes du ou de la jeune au besoin.

### **Est-ce que j'ai planifié notre rencontre?**

*Il est important de choisir un endroit où l'on se sent confortable et en sécurité. Il est peu recommandé de se rendre directement chez la personne lors de la première date. On peut alors opter pour un lieu public. Il est possible de mettre fin au rendez-vous à tout moment, pour n'importe quelle raison (par exemple, le courant ne passe pas, sentiment de malaise soudain, etc.). C'est crucial d'être honnête avec soi-même et avec l'autre.*

*Liste inspirée de Tel-Jeunes (2023b). N. B. : Toutes les pistes d'interventions et les questions à la section 1 peuvent être utilisées et adaptées pour les applications de rencontre.*

## **2.4 Comment planifier une *online date* sécuritaire?**

Le chapitre 1 de ce fascicule s'est concentré sur les rencontres via les réseaux sociaux de façon générale. C'est pourquoi toutes les questions et les pistes d'interventions ou de discussions évoquées précédemment peuvent aussi s'appliquer à cette section-ci. En effet, les aspects de sécurité, de confiance et d'intentions sont pertinents dans n'importe quel contexte de rencontre. Toutefois, il existe une différence importante entre les deux types de plateformes. L'objectif derrière les applications de rencontre est généralement de mener à une rencontre en personne, soit d'aller en *date*, dans l'espoir de développer une relation intime hors du virtuel. Cela fait appel à des précautions un peu différentes de ce qui a été évoqué pour les réseaux sociaux, où il n'est pas rare que les rencontres restent confinées dans la sphère du virtuel.

Voici quelques idées de choses à mettre en place ou à considérer lors de la planification d'une *date* avec une personne rencontrée sur une application de rencontre :

### **Élaborer un plan de sécurité**

Lorsqu'on rencontre un inconnu pour la première fois, c'est important d'aviser une personne de confiance du lieu et de l'heure du rendez-vous. Il est aussi possible d'avoir un mot de code qui signifie que tout va bien... ou que tout va mal. Ce mot peut être envoyé à la personne de confiance pendant la *date*. On peut demander à la personne de confiance de nous écrire à certains moments pour vérifier comment ça se passe. Cela sera un bon moment pour envoyer le mot de code! Le fait de planifier le rendez-vous dans un endroit familier et où l'on se sent en confiance est aussi une façon d'assurer sa sécurité (par exemple, aller dans un café où l'on est une habituée). On peut aussi demander à une personne de confiance d'être à l'endroit du rendez-vous au même moment. Sa présence sur place peut être utile et rassurante. En effet, il existe plusieurs façons d'assurer sa sécurité quand notre relation sort du monde virtuel. Il s'agit de choisir ce qui nous convient le mieux, d'élaborer notre plan auprès d'une personne de confiance et de l'appliquer.

### **Identifier les informations personnelles à partager**

Il est absolument essentiel de comprendre que certaines informations sont personnelles et ne doivent pas être partagées; encore moins à une personne rencontrée en ligne! Voici des exemples d'informations à ne pas divulguer : tout ce qui concerne une pièce d'identité (passeport, carte d'assurance maladie), numéro d'assurance sociale, numéro de compte de banque, carte de crédit, etc. Voir l'activité n° 2 (Classification des informations appropriées au partage en ligne) pour plus d'informations.

### **Rester à l'affût des drapeaux correspondants au profil de la personne**

Un profil sur une application de rencontre peut présenter différents signes positifs (drapeaux verts) et négatifs (drapeaux rouges). Le terme « drapeau vert » de l'expression *green flag* est généralement utilisé pour mettre en évidence les traits positifs ou comportements sains d'une personne. Le terme « drapeau rouge » de l'expression *red flag* est généralement utilisé pour mettre en évidence un possible danger ou pour faire référence à des situations pouvant être dangereuses ou pouvant causer des problèmes. Avant de rencontrer la personne, il est important de se questionner sur ce que l'on sait d'elle et d'analyser le profil en quête de drapeaux (rouges ou verts). Cela pour éviter de futures situations dangereuses ou problématiques. Voir la section 2.5 *Comment repérer un « faux profil » sur une application de rencontre?* et l'activité n° 1 (Mises en situation sur les signaux d'alerte et drapeaux) pour plus d'informations.

### **Commencer par une rencontre virtuelle**

Sortir sa relation du monde virtuel peut être un évènement anxiogène pour toute personne. Une étape préliminaire pourrait être de planifier une rencontre vidéo ou une conversation téléphonique. Ces alternatives peuvent permettre d'apprendre à connaître l'autre davantage et d'instaurer un climat de confiance. Grâce à l'appel vidéo, on peut découvrir diverses facettes de l'autre que le clavardage ne permet pas de faire, notamment son apparence, sa voix, son attitude, sa personnalité, etc. Ces éléments peuvent devenir des drapeaux verts ou rouges. Cette étape permet d'approfondir la relation et d'augmenter le niveau de vulnérabilité de chacun et chacune. En cas de doute sur l'autre, il est toujours possible d'être honnête et d'en discuter avec l'autre directement ou avec une personne de confiance. L'important est de se faire confiance, d'être alerte aux différents drapeaux et d'écouter son intuition. Cette première rencontre virtuelle peut être un excellent point de départ pour cela!

## **2.5 Comment repérer un « faux profil » sur une application de rencontre?**

Une personne utilise une application de rencontre quelconque et y rencontre l'autre qui a tout pour plaire. Tout semble signaler que c'est trop beau pour être vrai. Qu'est-ce qui peut prédire ou signaler la non-existence de cette personne? Qu'est-ce qui fait d'un profil un « faux profil »?

Précédemment, les drapeaux verts et les drapeaux rouges ont été définis comme des signes pouvant aider à reconnaître une personne qui prétend en être une autre. Les applications de rencontre n'autorisent généralement pas les membres à commettre une escroquerie amoureuse, et ce, peu importe sa nature (par exemple, usurper une identité, faire de fausses déclarations, etc.). Ces plateformes mettent en place des politiques, des conditions d'utilisation et des règles de la communauté. Parfois, elles proposent des fonctionnalités afin que les membres prouvent leur identité et leur authenticité lors de la création d'un profil. Par exemple, Tinder a instauré la vérification par « égoportrait vidéo » afin de devenir un compte vérifié et d'obtenir un crochet bleu.

Bien que ces méthodes de validation de profil permettent possiblement de renforcer les mesures de sécurité, elles ne sont pas infaillibles. Ainsi, certaines personnes mal intentionnées, que ce soit pour rire ou pour commettre une escroquerie, peuvent créer de « faux profils ». Comment faire pour les repérer?

Voici une liste non exhaustive d'éléments à prendre à considération ou à surveiller (drapeaux rouges) :

### **Le rythme de la relation virtuelle**

*Si tout va trop vite et que l'interlocuteur fait pression, il est possible que la personne entreprenne une tentative d'escroquerie. Si une personne est trop insistante et que cela engendre des questionnements ou un sentiment de malaise, il est possible de mettre en place des paramètres de sécurité. Cela peut être de la bloquer, de la restreindre, de rendre le compte privé, etc. Pour plus d'informations, il est possible de consulter les politiques et les rubriques d'astuces des applications de rencontre ou des réseaux sociaux.*

### **La demande de renseignements personnels**

*Cela fait un peu référence au point précédent. C'est-à-dire que si la personne tente de recueillir rapidement des informations de nature personnelle (par exemple, date de naissance, adresse, numéro de téléphone, informations bancaires, etc.), il est possible qu'elle soit malintentionnée et tente de commettre un vol de données personnelles.*

### **La difficulté de rencontrer la personne**

*Après avoir fait la rencontre d'une personne en ligne, il est possible d'avoir envie de la rencontrer en personne ou via une caméra. En revanche, quand l'interlocuteur se trouve des raisons pour que cela ne se produise pas ou qu'il accepte, mais qu'il annule à la dernière minute, il est possible que cette personne ne soit pas honnête. Ces raisons peuvent ressembler au fait que soudainement elle est à l'extérieur du pays, qu'elle déménage à l'autre bout du monde ou qu'elle travaille pour une organisation qui nécessite des déploiements (par exemple, l'armée). Bien que ces raisons puissent être vraies, il est possible de se questionner quant à son honnêteté.*

### **La demande d'argent**

*Une fois un lien émotionnel établi, la personne malintentionnée pourrait soudainement avoir une urgence économique et avoir besoin d'argent. Cela peut être pour payer des frais médicaux, pour acheter un billet d'avion ou simplement pour l'aider à couvrir des frais judiciaires ou toute autre situation particulière. Ici, si la personne fait de telles demandes sans rencontre en personne, cela est un signe clair qu'elle n'est pas ce qu'elle prétend être. Cela peut être difficile à accepter, mais, comme mentionné plus tôt, il est possible de rester à l'affût de signes d'alerte permettant d'éviter d'être déboussolé par cette réalisation.*

### **L'absence d'informations sur l'interlocuteur**

*Dans une quelconque relation, les personnes impliquées communiquent. Toutefois, lors d'une escroquerie, il est possible que l'interlocuteur demande beaucoup d'informations sans en donner en retour. Cela pourrait être un signe qu'il s'agit d'une personne malintentionnée qui désire entreprendre un vol de données personnelles. Mise à part l'absence de communication bidirectionnelle, cela peut prendre l'apparence d'un profil avec peu ou sans amis, avec peu ou sans abonnés, avec peu ou sans photos ou autres informations (par exemple, sans biographie ou pages identifiées d'un « J'aime » comme il est possible de retrouver sur Facebook).*

Bien qu'il soit utile pour sa sécurité de douter ou de garder un esprit critique envers les profils vus sur les applications de rencontre, la présence ou l'absence de signes, de traits ou de comportements positifs peuvent être aussi révélatrices que la présence ou l'absence de signes négatifs.

Voici une liste non exhaustive d'éléments à prendre à considération ou à surveiller (drapeaux verts) :

- ▶ L'honnêteté : *Dans le cas d'une relation provenant d'une application de rencontre, le fait que l'autre soit honnête sur ce qu'il ou elle recherche permet d'éviter toute perte de temps possible avec quelqu'un qui veut quelque chose de différent.*
- ▶ L'originalité : *Une personne qui a un profil original démontre qu'elle a consacré du temps et des efforts. Cela peut signifier qu'elle prend ses interactions sur les applications de rencontre au sérieux et qu'elle n'y est pas pour de mauvaises raisons.*
- ▶ Les photos : *Une personne qui a plusieurs photos dans différents contextes et avec différentes personnes fait démonstration de son authenticité. En effet, si le profil ne présente qu'une seule photo « trop parfaite », cela peut être un signe que cette personne n'existe pas réellement.*
- ▶ Les discussions : *Une personne qui veut apprendre à te connaître un peu avant de te rencontrer est généralement un bon signe. Toutefois, une personne qui insiste rapidement pour diriger la discussion ailleurs que sur l'application peut vouloir contourner les protocoles de sécurité et obtenir des informations personnelles.*
- ▶ La vérification : *Une personne qui a un profil sur une application de rencontre, mais qui n'existe pas ailleurs peut être louche. En effet, habituellement, une personne existe sur d'autres réseaux sociaux. Pour s'assurer que l'autre existe, il est possible d'effectuer des recherches pour vérifier que toutes ses informations concordent. Cela peut être en cherchant son nom sur Facebook et voir si son profil ou ses photos sont les mêmes que sur l'application de rencontre. Parfois, les plateformes permettent même de jumeler les réseaux sociaux. Ainsi, son profil pourrait présenter son compte Spotify ou son compte Instagram. Cela est généralement un signe que cette personne est bel et bien réelle.*

En intervention, il peut s'agir d'amener la personne à nommer des façons de reconnaître l'escroquerie amoureuse en ligne. Cela peut se faire en s'inspirant des listes non exhaustives ci-dessus. Toutefois, il serait aussi intéressant d'amener la personne à se questionner sur ce qu'elle a déjà vu ou ce qu'elle pense. Pour cela, il est possible de poser des questions ouvertures comme : « Pour toi, quels sont les signes qui te disent que ce profil est bizarre? » ou « Comment reconnais-tu un faux profil toi? ». Ces questions peuvent amener la personne à réfléchir sur ce qu'elle a pu ou ce qu'elle pourra rencontrer en ligne. Surtout, ce qui importe est d'instaurer chez la personne avec qui l'on intervient, un sentiment de confiance envers sa petite voix intérieure. Quand on a le pressentiment que quelque chose cloche, c'est probablement vrai! En cas de doute, il ne faut pas hésiter à se tourner vers une personne de confiance avec qui parler de la relation et des questionnements.

## 2.6 Conclusion

En bref, avec le développement des réseaux sociaux, les applications de rencontre sont de plus en plus présentes dans les parcours amoureux et intimes des jeunes et des moins jeunes. Il s'agit d'un lieu où les rencontres romantiques et sexuelles sont possibles. Chez les personnes autistes ou ayant une DI, leur utilisation est d'autant plus intéressante en raison de la facilité du processus, du contrôle dans les connexions et la diminution du stress ou de la gêne liée aux rencontres.

Comme pour ce qui est de l'utilisation des réseaux sociaux, il y a des précautions à prendre lorsqu'une personne utilise ces applications de rencontre. Toutefois, le caractère intime des interactions fait appel à différentes précautions. D'abord, il est toujours question de s'assurer de connaître et de pouvoir faire confiance à la personne à qui l'on parle avant de partager davantage d'informations personnelles ou de planifier une rencontre. En tout temps, l'élément le plus important est la sécurité. Cela est d'autant plus vrai lorsqu'il est question de sortir la relation du monde virtuel puisque l'objectif de ces plateformes est ultimement de voir l'autre en personne. Ainsi, lors de la planification d'une rencontre, il ne faut pas oublier son plan de sécurité et les drapeaux. Cela peut être utile afin d'assurer sa sécurité lors de la *date*, mais aussi tout au long du clavardage sur les applications.

Plus souvent qu'autre chose, comme pour les réseaux sociaux, il est possible de faire confiance aux personnes sur les applications de rencontre. Ces dernières, comme la majorité des utilisateurs et utilisatrices de ces plateformes, sont à la recherche d'une relation de nature romantique ou sexuelle. Elles tentent leur chance à travers ces applications dans l'espoir de rencontrer une personne pour partager un soir, un moment ou une vie. Lors des échanges verbaux ou virtuels, elles peuvent se montrer vulnérables et c'est d'autant plus important de se rappeler que, comme nous, elles ont des pensées, des émotions et des envies. C'est alors important d'être honnête sur ce qui est recherché et de respecter l'autre si cela n'est pas réciproque.

À travers le contenu de cette section, l'utilisation sécuritaire des applications de rencontre a été abordée en long et en large. Cela fait suite à la section précédente qui présente différents moyens de se sentir en confort lors des moments de clavardage et des interactions virtuelles. Les règles d'or sont : politesse, respect et consentement! En effet, que ce soit en ligne ou en personne, ce sont des éléments essentiels à utiliser dans toute forme de relation interpersonnelle.

## 2.7 Messages clés

- Une *date* n'est pas toujours synonyme de réussite; c'est important de gérer les attentes!
- Les personnes rencontrées sur les sites de rencontre peuvent avoir des drapeaux rouges... et des drapeaux verts.
- Il est important de réfléchir aux façons de miser sur sa sécurité avant une *date*.
- Les règles d'or sont : politesse, respect et consentement.

Prendre le temps d'offrir du soutien et de l'appui permet d'assurer un filet de sécurité.



## 3 Pornographie

---

Avec l'arrivée massive d'Internet dans le quotidien, c'est devenu très facile d'accéder à de la pornographie. En seulement quelques clics, on a accès à des répertoires presque infinis de représentations d'acte sexuellement explicites, que ce soit sous forme d'images, de textes ou de vidéos, et ce, gratuitement. Mais qu'est-ce que la pornographie au juste? Le terme *pornographie* fait référence à « tout matériel écrit, visuel ou oral qui montre ou décrit des actes ou organes génitaux dans le but de stimuler sexuellement l'auditoire » (Magill, 1995). Ici, la notion d'intention est essentielle. En effet, cela permet de différencier toute autre représentation explicitement sexuelle. Par exemple, une œuvre d'art dans un musée ou une scène de film. Si l'intention n'est pas d'augmenter l'excitation sexuelle de l'auditoire, il est plus difficile de s'entendre sur le caractère pornographique du matériel. Pour certaines personnes, la simple présence de nudité pourrait constituer de la pornographie. Pour d'autres, les représentations érotiques consensuelles n'en constituent pas. C'est alors qu'il est possible de constater l'ampleur de l'ambiguïté de ce terme.

### 3.1 Définitions et terminologies

Il existe plusieurs types, formes et contenus de pornographie. À travers ses variétés, elle donne accès à une multitude de pratiques, d'activités et de représentations sexuelles. Passant de la violence aux représentations sexuelles consensuelles, il est difficile d'y voir clair.

Commençons par clarifier quelques notions essentielles en définissant divers termes et expressions propres à la pornographie. Ici, l'objectif est de fournir des informations de base sur le sujet et s'adresse aux personnes de différents niveaux de compréhension et de développement.

***N. B. : L'information est présentée sous forme de glossaire et se retrouve en ordre alphabétique. Nous vous invitons à faire des allers-retours entre les termes afin d'obtenir l'information complémentaire désirée. De plus, il ne s'agit pas d'un glossaire exhaustif. Enfin, plusieurs autres termes existent, mais ne seront pas abordés dans ce petit guide.***

Anime : dessin animé japonais dont certains sont des adaptations d'une bande dessinée japonaise, communément appelée manga.

Hentaï : bandes dessinées pornographiques japonaises représentant des adolescent(e)s ou des enfants nus ou prenant part à des activités sexuellement explicites. Leur visionnement ou possession est illégal parce qu'elles mettent en scène des personnes mineures. Les Hentaï ont des représentations violentes et humiliantes de la femme. Ces images ne sont pas à confondre avec les animes ou les mangas.

NSFW : Abréviation ou acronyme de l'expression *Not Safe for Work*. Cela est généralement utilisé sur Internet pour décrire les publications associées à de la pornographie (nudité, sexe, grossièreté, etc.). Il s'agit d'une sorte de mise en garde sur le contenu de la publication.

Pornographie amateur : type de pornographie où la production du contenu est réalisée à faible budget et où les acteurs et actrices n'ont pas l'air de faire partie de l'industrie du sexe. Par exemple, ce type de production peut être filmé directement à partir d'une webcam et plusieurs types de personnes peuvent y être représentés. Ces individus peuvent être monsieur et madame Tout-le-Monde qui produisent cela pour le plaisir.

Pornographie commerciale : type de pornographie dite *mainstream* ou « grand public », généralement retrouvé sur la majorité, voire la totalité, des sites pornographiques gratuits et accessibles par tout le monde. Ces productions mettent en scène des corps dits « parfaits », soit des hommes musclés et bien membrés et des femmes jeunes et sans imperfection. Le type grand public est aussi appelé commercial puisque de gros budgets sont alloués à la création de ces contenus. Des acteurs et actrices de l'industrie du sexe sont payés pour leurs rôles dans la production.

Pornographie érotique : type de pornographie mettant en scène des scénarios d'expérience corporelle intense, généralement en situation relationnelle. Le contenu met en évidence des relations sexuelles, sensuelles et des connexions physiques et psychologiques avec les partenaires. Il y a un contexte émotif, sensuel et relationnel.

Pornographie féministe : type de pornographie produit par des femmes et qui s'adresse à un public féminin. Le contenu met en évidence le plaisir authentique de la femme et repousse généralement les représentations sexuelles stéréotypées. Il y a un contexte de plaisir réel, de consentement et de contrôle chez la femme envers le scénario.

Pornographie hardcore : type de pornographie mettant en scène des scénarios « durs », soit de domination, d'absence de consentement ou d'agressivité verbale (par exemple, manque de respect, insultes, méchancetés, etc.).

Pornographie illégale : type de pornographie mettant en scène des scénarios violents où une personne fait du mal à une autre personne, cela peut correspondre à une agression sexuelle (voir le fascicule no 4 [consentement] pour plus d'informations). Les personnes représentées dans ce type de pornographie peuvent avoir des activités sexuelles avec des personnes de 17 ans et moins (voir pornographie juvénile) ou des animaux (voir zoopornographie). Il ne faut pas oublier que les Hentaï sont considérés comme illégaux en raison des différentes représentations de sadisme et d'inceste.



**ATTENTION :**

Le matériel suivant contient des éléments touchant à une certaine représentation de la pornographie pouvant être préjudiciable ou traumatisante pour certains. Si vous ne vous sentez pas à l'aise avec le sujet, vous pouvez passer à la prochaine section.

Pornographie juvénile : type de pornographie illégale représentant soit une personne âgée de moins de 18 ans ou présentée comme telle, soit les organes sexuels ou la région anale d'une personne mineure. Le Code criminel prévoit aussi qu'il est interdit de produire, d'imprimer, de publier, de distribuer, de transmettre, de rendre accessibles, de vendre, d'importer, d'exporter, de posséder, d'accéder ou de publiciser ce type de contenu (Code criminel. L.R.C. [1985], ch. C-46, art. 163,1; Éducaloi, 2023).

**Pour information légale supplémentaire**, toute personne contrevenant aux dispositions prévues à l'article 163.1 du Code criminel, en lien avec la production de ce type de contenu, est passible d'une peine d'emprisonnement minimale de 1 an et maximale de 14 ans (Éducaloi, 2023). Toutefois, une personne contrevenant aux dispositions prévues à l'article 163.1 du Code criminel, en lien avec l'accès ou la possession de ce type de contenu, est passible d'une peine d'emprisonnement minimale de 6 mois et maximale de 10 ans (Éducaloi, 2023).

Pornographie soft ou Vanilla porn : type de pornographie plus douce pouvant inclure un contexte émotif entre les partenaires et mettant en scène des relations sexuelles axées sur la génitalité (pénétrations ou autres stimulations génitales). Ce type de contenu représente généralement des personnes qui éprouvent du plaisir.

Revenge porn ou pornodivulgation : action de partager un document à caractère sexuel concernant une tierce personne, sans son accord, dans le but de lui nuire ou par désir de vengeance (<https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/26552451/pornodivulgation>).

Zoopornographie : type de pornographie illégale représentant toutes activités sexuelles explicites d'un être humain envers un animal. Le Code criminel utilise le terme *bestialité* et le définit comme « tout contact, dans un but sexuel, avec un animal » (Code criminel. L.R.C. [1985], ch. C-46, art. 160).

*Liste inspirée et adaptée par les Niveaux de pornographie et Pornographie Hentai de Garneau (2021a, 2021b). Le site Urban Dictionary a aussi été consulté pour certaines expressions (<https://www.urbandictionary.com/>).*

### 3.2 Comment en parle-t-on?

Lorsqu'il est question de l'utilité d'Internet, il ne va pas sans dire que cette invention permet un accès privilégié à un ensemble d'information, incluant des informations de nature sexuelle. Cela peut inclure tout matériel pornographique. Ainsi, la facilité d'accès peut favoriser la recherche de contenu explicite dans une visée éducative. Au lieu de questionner une personne de confiance, il est facile de se tourner vers les moteurs de recherche afin de trouver réponse à certains questionnements en ce qui concerne la sexualité. La consommation de pornographie chez les adolescent(e)s et les jeunes adultes est donc un phénomène qui se produit chez plusieurs personnes de cette tranche d'âge. En tant qu'adulte, il est important d'encadrer les jeunes en ce qui concerne le sujet de la pornographie. Il s'agit d'aborder le sujet et de les aider à analyser et à comprendre l'influence de ce type de contenu sur soi-même et sur les futures relations interpersonnelles.

Mais, comment y parvenir?

Tout d'abord, il faut comprendre que le fait de regarder de la pornographie n'est pas mal en soi si sa consommation est faite dans la légalité, c'est-à-dire qui ne comprend pas de contenu illégal selon la loi. Cela comprend les éléments suivants : pornographie juvénile, zoopornographie, Hentaï, violence, etc. Toutefois, si l'on découvre que notre adolescent(e) consomme de la pornographie, cela peut être surprenant ou déconcertant. En revanche, il ne faut pas paniquer! Il s'agit d'une occasion de discussion franche avec l'adolescent(e) pour qu'il ou elle comprenne les raisons pour lesquelles cela peut être illégal. Il peut être facile de tenter de l'empêcher d'en regarder. Si tel est le cas, il est possible que l'adolescent(e) continue d'en consommer. L'objectif de l'intervention est d'amorcer une réflexion afin de l'amener à développer un esprit critique quant à sa consommation de pornographie. Il est important de laisser savoir à l'adolescent(e) qu'il peut compter sur nous : « Tu peux me faire confiance et je te fais confiance en retour! » L'objectif de la discussion est d'aider l'adolescent(e) à prendre de bonnes décisions.

Voici quelques exemples de questions à poser (N. B. : Des informations complémentaires seront présentées en *italique* afin de guider la discussion) :

### **D'après toi, c'est quoi de la pornographie?**

*La pornographie est un concept aussi hétérogène qu'il existe de fantasmes; c'est-à-dire beaucoup! En effet, elle est multiple dans tout ce qu'elle est (formes, contenus, etc.). C'est important de revenir sur la définition de la pornographie afin que tout le monde se comprenne. Il s'agit d'un bon endroit où débiter pour évaluer l'état des connaissances de la personne auprès de qui l'on doit intervenir.*

### **As-tu déjà vu ce type d'images?**

*Si la réponse est « oui », il n'y a rien de mal à ça si la personne a plus de 18 ans. Il faut alors amener la personne à prendre une certaine distance par rapport aux images véhiculées dans ce type de contenu. Cela est important puisque la pornographie met généralement beaucoup d'emphase sur les organes génitaux. Bien que la pénétration et les organes génitaux jouent un rôle important dans la vie sexuelle, ce n'est pas la seule façon d'être intime avec une personne. La tendresse, et même le plaisir authentique, est généralement évacuée de la pornographie.*

### **Qu'est-ce qui fait que la pornographie est une bonne chose?**

*La pornographie offre du contenu sans limites et est une source importante d'informations sur la sexualité, c'est-à-dire qu'elle permet de répondre à certaines questions que l'on peut se poser sans gênes, malaises, tabous ou blocages. En réalité, elle propose du contenu plus concret et détaillé que l'éducation à la sexualité peut proposer. Il peut être embarrassant de poser nos questions sur le sujet ou d'aborder la sexualité avec notre entourage. La pornographie offre un certain anonymat qui favorise sa consommation à titre éducatif ou, simplement, par curiosité. Les différents types permettent de voir différents fantasmes, positions ou autres, de se familiariser à nos préférences et de découvrir de multiples facettes de la sexualité. Enfin, le contenu explicite permet de ressentir du plaisir et favorise la curiosité des jeunes (et des moins jeunes).*

### **Qu'est-ce qui fait que la pornographie est une mauvaise chose?**

*La pornographie réduit la sexualité à la génitalité, c'est-à-dire qu'elle évacue le contexte émotif et intime lors des rapports sexuels. Sans préliminaires, elle met l'accent sur les organes génitaux et la pénétration. Il s'agit d'images et de scénarios qui ne sont pas représentatifs de ce que la sexualité peut être en réalité au sein d'un couple. Cela peut amener les jeunes (et les moins*

jeunes) à avoir certaines attentes en matière de sexualité et à générer de la déception lorsque ces attentes ne sont pas atteintes. Ainsi, il est possible de dire que la pornographie est utopique puisqu'elle ne représente généralement pas la réalité en tout point. Par exemple, les tailles des organes génitaux (pénis ou seins), la durée du rapport sexuel, le nombre de partenaires, l'absence de limite, les bruits ou autre sont des éléments irréalistes des productions pornographiques. De plus, la pornographie peut générer de la pression de performance masculine et féminine et influence négativement l'estime de soi et l'image corporelle des personnes qui en consomment, autant à l'adolescence qu'à l'âge adulte. Le caractère irréaliste des images peut amener le spectateur à se questionner sur sa capacité à être à la hauteur et à vouloir performer autant que les acteurs. Elle peut amener les jeunes (et les moins jeunes) à avoir des conduites à risque. En effet, si les productions montrent uniquement une sexualité sans ITSS et sans moyens de protection, il est possible que les spectateurs reproduisent ce type de sexualité dans la réalité. Cela peut les amener à ne pas se protéger lors d'une relation sexuelle et ainsi augmenter le risque de contracter une quelconque ITSS.

### **Ce que tu vois dans la pornographie, est-ce que c'est représentatif de la réalité?**

*Ce que tu vois quand tu regardes de la pornographie, c'est généralement, voire en tout temps, de la fiction mise en scène par une équipe de cinéma et interprétée par des acteurs. Ne te mets pas de pression pour que ta vie sexuelle ressemble à ce que tu vois dans la pornographie, c'est irréaliste. De plus, la tendance mainstream dans la pornographie, c'est-à-dire ce qui est le plus répandu et le plus facilement accessible, dépeint des stéréotypes de genre et des rapports de pouvoirs dont il est important de rester critique (notamment la soumission des femmes, la sexualité violente, ou les standards de beauté et l'importance de la taille du pénis ou des seins).*

### **Savais-tu qu'il existe de la pornographie pour tous les goûts?**

*Ce à quoi nous avons le plus facilement accès lorsqu'on regarde de la pornographie en ligne tend à être hétérosexuel et principalement axé autour du pénis et de la jouissance de l'homme. Si c'est ce qui te plaît, c'est correct! Toutefois, sache qu'il existe de la pornographie pour tous les goûts : il y en a qui présente des actes sexuels plus près de la réalité, plus respectueux des femmes ou axés sur le plaisir et la tendresse plutôt que seulement sur la génitalité. Il existe aussi de la pornographie qui représente mieux la diversité corporelle ou d'orientation de sexe et de genre. Ne crains pas d'explorer un peu!*

Voici quelques questions inspirées par Duquet (2017, 2023) afin de pousser la réflexion plus loin (N. B. : Des informations complémentaires seront présentées en *italique* afin de guider la discussion) :

- ▶ Qu'est-ce que tu peux faire si un *pop-up* apparaît et affiche des images sexuelles?
- ▶ Qu'est-ce que tu peux faire si tu tombes sur un site pour adulte?
- ▶ Pourquoi ces images sont-elles interdites pour les personnes de moins de 18 ans?
- ▶ D'après toi, sur quoi la consommation de pornographie peut-elle avoir des conséquences?
- ▶ Selon toi, pourquoi les adultes sont-ils inquiets de la possibilité qu'un jeune accède à ces images?
- ▶ Penses-tu que la consommation de la pornographie peut devenir problématique?
- ▶ Pourquoi la pornographie n'est-elle pas comme la réalité?
- ▶ Qu'est-ce que tu retiens de notre discussion?

*Pour plus d'information sur les éléments de contenu proposés en réponse à ces questions : voir Duquet (2017) à la page 32 et Duquet (2023) entre les pages 625 et 674.*

### 3.3 Réalité ou fiction?

Ce qu'il faut retenir au sujet de la pornographie, c'est que ce **n'est pas** la réalité. C'est du cinéma centré sur les organes génitaux, le plaisir instantané et la performance. On y évacue totalement les sentiments et la sensualité pour se concentrer plutôt sur des images intenses de sensations fortes à être consommées rapidement, par exemple le temps d'assouvir son désir sexuel.

Ce qu'on voit, ce sont certainement de vraies personnes qui s'adonnent à de vrais actes sexuels, mais le plaisir y est souvent simulé ou exagéré — ce sont des acteurs, après tout, et ils jouent un rôle à l'écran. C'est du faire semblant!

En soi, il n'y a rien de mal à regarder de la pornographie tant qu'on reste critique de ce qu'on voit et qu'on comprend que ce n'est pas la réalité. Finalement, il ne faut pas oublier que bien que la pornographie soit facilement accessible en ligne, elle est censée être réservée aux adultes de 18 ans et plus. Il est alors possible d'installer des filtres sur les fureteurs Internet pour bloquer l'accès aux pages s'adressant à un public majeur, soit de plus de 18 ans.

Voici une liste d'éléments qui diffèrent d'une représentation plus près de la sexualité dans la réalité :

- ▶ Peu ou pas de préliminaires, accent sur les rapports sexuels génitaux;
- ▶ Peu ou pas de tendresse, de caresses, d'amour, d'affection et de sentiments;
- ▶ Peu ou pas de peur de déplaire;
- ▶ Absence de consentement;
- ▶ Tout le monde est prêt à tout en tout temps;
- ▶ Excitation maximale et orgasme en tout temps;
- ▶ Peu ou pas de communication, pilote automatique (pas de questions, pas de commentaires);
- ▶ Peu ou pas de moyens de protection contre les ITSS ou les grossesses imprévues et non désirées;
- ▶ Corps « parfaits », maquillés et retouchés.

### 3.4 Quand la pornographie prend trop de place

L'omniprésence de la sexualité dans l'environnement social et la pornographie peuvent avoir des répercussions importantes quant au développement d'une personne (Dubé et al., 2022). Par exemple, les codes sociaux liés à la pornographie peuvent influencer la façon de concevoir et de comprendre les relations de nature sexuelle à l'adolescence (Brown, 2019). La consommation de ce type de contenu peut amener certaines personnes à développer des comportements obsessionnels tels que la consommation excessive de matériel pornographique, la masturbation compulsive et la proximité sexuelle (Hénault, 2006).

Lorsque la personne n'est plus en mesure de contrôler ses habitudes de consommation de pornographie et qu'elle y consacre beaucoup, voire trop, de temps, il est possible de parler d'usage problématique de la pornographie. Cette consommation dite excessive et répétitive peut avoir un impact négatif sur le fonctionnement de la personne au quotidien et générer des sentiments négatifs tels que la honte ou la culpabilité. Dans ce contexte, il est aussi question de masturbation compulsive puisqu'il n'est pas rare d'avoir des comportements masturbatoires lorsqu'une personne fait usage de pornographie. La problématique peut être associée à de

multiples conséquences, et ce, à différents niveaux. Cela peut inclure des conséquences émotionnelles, sociales, financières, légales, sexuelles, etc. (Sergerie et Corneau, 2017; Séguin, 2022).

Il ne semble pas exister de diagnostic propre à l'usage problématique de pornographie en raison d'un manque de consensus dans la communauté scientifique. C'est pourquoi il peut être difficile de trouver des outils ou de l'aide adaptée. Toutefois, la pornographie peut avoir une fonction chez la personne qui en fait usage. En intervention, il est alors important de considérer le besoin derrière un usage qui est considéré comme problématique. Par exemple, la fonction peut être de soulager un état d'anxiété, de réguler une émotion, d'apaiser une sensation d'excitation sexuelle, d'éviter l'ennui, etc. L'intervenant doit donc considérer le besoin, l'évolution de l'usage (fréquence, conséquences, types, etc.) et le réseau social lorsqu'il planifie son intervention. L'objectif est alors d'amener la personne à investir différemment sa sexualité en ligne. Lors de l'intervention, il est possible d'évaluer la fréquence du comportement, d'identifier les éléments déclencheurs, de trouver des façons de les gérer et des solutions alternatives qui répondent au besoin de la personne.

### 3.5 Mise en situation

*Marco est un jeune homme de 18 ans. Il vit chez ses parents et il entretient difficilement des relations interpersonnelles avec les jeunes de son âge. Récemment, il a commencé à écouter de la pornographie de façon quotidienne. S'il pouvait, il n'arrêterait pas d'en écouter. Sa consommation est inquiétante puisque cela l'empêche de fonctionner normalement. Ce qui a commencé par être une certaine curiosité à l'égard de la sexualité s'est rapidement transformé en « dépendance ». Il accumule les abonnements auprès de sites de pornographie (par exemple, Pornhub, OnlyFans, etc.). En plus de consommer continuellement de la pornographie, il accumule les dettes.*

#### **Intervention : Quel est le besoin sous-jacent?**

Tout d'abord, il convient d'aider Marco à comprendre le besoin sous-jacent et à identifier les éléments déclencheurs. Ainsi, il serait idéal de l'amener à reconnaître ses habitudes problématiques. Pour ce faire, il est possible de se référer aux sections 3.1 et 3.2 de ce fascicule qui abordent l'usage de la pornographie et les façons d'ouvrir la discussion sur le sujet. Il est important de questionner Marco par rapport à ses connaissances sur la pornographie. Cela représente l'étape de base permettant de guider la suite de l'intervention. En effet, son niveau de connaissances pourrait nous surprendre et influencer les prochaines étapes :

- ▶ Si Marco possède un bon niveau de connaissances sur le sujet, il serait important de réviser avec lui les risques encourus par la consommation de pornographie. Cela peut être abordé par l'entremise d'une discussion franche ou un débat sur les pour et les contres de la pornographie.
- ▶ Si Marco possède peu ou pas de connaissances sur le sujet, il serait important de recadrer son usage en lui donnant des faits adaptés à son âge.

Tout au long de l'intervention, il convient de valoriser ou de développer des comportements sains en lien avec l'usage de pornographie tout en tenant compte de son âge. Si Marco a moins de 18 ans, il est important de ne pas être moralisateur, mais d'être ferme dans les règles de la

maison et l'aspect illégal de sa consommation. Si Marco a plus de 18 ans, il est important de conserver une certaine ouverture d'esprit et de comprendre qu'il a un certain droit à l'usage de pornographie si sa consommation reste dans la légalité.

Il s'agira de guider Marco dans sa réflexion et de l'amener à reconnaître le besoin derrière sa consommation excessive et répétée de ce type de contenu. Puis de le guider vers des alternatives adaptées qui permettront de combler son besoin. Dans le cas de Marco, il est possible qu'il se sente isolé ou incompetent socialement. L'usage de pornographie peut possiblement apaiser son isolement ou son sentiment d'incompétence. Il est possible qu'il s'agisse d'un comportement adaptatif commis dans l'optique d'oublier quelques instants ses émotions négatives. De quelle façon Marco peut-il briser son isolement et se sentir plus compétent socialement? Il s'agit d'une question de réflexion à adapter en fonction du contexte de chaque intervention.

### 3.6 Conclusion

En bref, avec l'accès à Internet vient l'accès à de multiples images sexuelles. Ces images ne sont pas appropriées pour des enfants. C'est pourquoi il est important de considérer l'âge de la personne avec qui l'on intervient lorsqu'il est question de faire de l'éducation à la sexualité. En effet, l'intervention sera différente en fonction de l'âge. Chez les plus jeunes, la pornographie est un élément important à aborder afin de prévenir une sexualisation précoce. Il est important de comprendre que l'intervention ne doit pas viser à réprimander les jeunes ayant eu accès ou ayant usé de pornographie ou d'images sexuellement explicites. Il est possible de demander à l'enfant : « Selon toi, de quelle manière peut-on se sentir quand on voit ces images à ton âge? » L'idée est de normaliser les émotions (par exemple, malaise ou curiosité) et de ne pas oublier que pour la majorité des enfants c'est arriver involontairement, notamment à travers des *pop-up* (voir Duquet [2017] à la page 32 pour plus d'information sur les éléments de contenu proposés sur le sujet). Chez les plus vieux, le rapport à la pornographie sera probablement davantage abordé puisqu'il est difficile d'interdire son usage si la personne a plus de 18 ans. L'objectif est alors d'amener la personne à être critique face à la pornographie et à adopter de saines habitudes de consommation.

En tant qu'intervenant ou parent, il est possible de se questionner sur les façons de minimiser les risques. Il est possible d'instaurer des limites, par exemple en gérant l'accessibilité à Internet ou d'amorcer des discussions afin de susciter des réflexions. En ouvrant la discussion et en répondant à leurs questions, cela fait démonstration de votre soutien. Ainsi, ils pourront développer le réflexe de se tourner vers vous en cas de besoin. Plus souvent qu'autre chose, il est possible de naviguer sur Internet sans tomber sur du contenu pour adulte. Toutefois, il faut faire attention aux sites utilisés et aux *pop-ups*.

À travers le contenu de cette section, l'usage de la pornographie a été abordé en long et en large et diverses propositions d'interventions ont été proposées. Dans la même optique que les sections précédentes, il s'agit d'assurer la sécurité des plus jeunes (et des moins jeunes!). Les règles d'or sont : écoute, réflexion et respect. Lorsqu'il est question d'intervention, ce sont des éléments clés à ne pas oublier.

### 3.7 Messages clés

- Bien que la pornographie soit illégale pour les moins de 18 ans, elle est facilement accessible en ligne.
- La pornographie est regardée par les hommes et par les femmes.
- La pornographie n'est pas représentative de la réalité : c'est du cinéma!
- Il existe de la pornographie pour tous les goûts.
- En ce qui concerne la pornographie, il y a toujours l'intention de stimuler sexuellement l'auditoire.

L'usage problématique de pornographie cache souvent un besoin non comblé.



## 4 Vignettes cliniques

---

### 4.1 Vignette 1 : Personne autiste ou ayant une DI légère

*Soham est un jeune homme de 21 ans. Il vit toujours avec ses parents. Il sait bien naviguer sur les réseaux sociaux et passe de nombreuses heures en ligne à discuter avec des amis ou des connaissances. Récemment, il est tombé amoureux d'une femme dont il a fait la connaissance en ligne et qui vit en France. La relation a duré plusieurs mois et Soham était très investi émotionnellement dans la relation, jusqu'à ce que la femme lui demande de l'argent et que Soham réalise qu'elle essayait finalement de l'escroquer en lui soutirant de l'argent. Soham a vécu une décompensation importante : il a quitté son emploi et il vit maintenant une profonde peine d'amour. Vous recevez donc une demande afin de faire de la prévention auprès de Soham et de lui enseigner des connaissances relativement à l'escroquerie sur Internet.*

Au moment de l'intervention, divers éléments pourraient être abordés avec Soham. Cependant, il convient de garder en tête l'importance qu'il a accordée à cette relation virtuelle et de la considérer tout au long de l'intervention. En fait, il est possible qu'il n'ait pas pu être en mesure de reconnaître les signaux d'alerte et s'est laissé duper par cette femme. C'est pourquoi il serait idéal d'aborder différentes façons de reconnaître une escroquerie amoureuse. Afin d'établir un climat de confiance, il pourrait être intéressant de normaliser la situation et d'expliquer qu'il existe plusieurs personnes malintentionnées qui aiment prendre avantage de celles qui sont peu méfiantes. À ce moment, il serait pertinent d'inviter Soham à réfléchir à différents signes d'alerte à surveiller pour éviter que cela ne se reproduise. Ensemble, il s'agira de nommer des façons de reconnaître l'escroquerie amoureuse en ligne. Voir la section 2.5 de ce fascicule qui aborde les faux profils et les signaux d'alerte liés aux rencontres virtuelles. Une liste d'éléments à prendre en considération ou à surveiller est présentée avec des idées de contenus à aborder lors d'une intervention. En voici un bref résumé : 1) rythme de la relation; 2) demandes insistantes de renseignements personnels; 3) difficulté de rencontrer la personne; 4) demande d'argent; 5) absence d'informations sur l'autre.

À titre de référence, la section 1.4 de ce fascicule aborde la capacité à juger de l'honnêteté de l'interlocuteur en ligne. Les pistes de discussions présentées permettent d'aborder les risques qu'une personne encoure lorsqu'elle établit une relation avec une personne inconnue de son cercle social habituel. Cette discussion débute par l'exploration des éléments connus des réseaux sociaux et des applications. Comme il est mentionné à la section 1.4, cela permet de mettre la base à la suite de l'intervention. Une fois les informations recueillies, la discussion pourra être dirigée vers les astuces de sécurité à maintenir ou à mettre en place lors d'une relation virtuelle. En voici un bref résumé :

- ▶ Se faire confiance;
- ▶ Viser la sécurité;
- ▶ Ne jamais donner d'informations personnelles à une personne en ligne ou envoyer d'images en contenant (par exemple, passeport, pièces d'identité, etc.);
- ▶ Ne jamais accepter d'argent ou donner de l'argent à une personne en ligne;

- ▶ Effectuer des recherches pour s'assurer que la personne est bel et bien ce qu'elle prétend être;
- ▶ Signaler la personne directement auprès de la plateforme utilisée, à la police et à l'institution bancaire;
- ▶ Demander de l'aide en cas de doute;
- ▶ Parler de la situation à une personne de confiance.

Tout au long de l'intervention, il s'agira de guider Soham dans sa réflexion et de l'amener à reconnaître différents signes d'alerte ou façons de discerner l'escroc. Tout en reconnaissant les avantages des réseaux sociaux, il est question de miser sur la sécurité. Ainsi, il est important de valider et de valoriser les comportements favorisant le respect et la sécurité. Lorsque possible, il s'agira de donner les moyens de poursuivre l'établissement d'un monde virtuel sécuritaire. Pour ce faire, différentes activités sont possibles :

- ▶ Jeu de rôle sur les signes d'alertes (voir section *Ateliers ou interventions à privilégier, Atelier no 1*);
- ▶ Jeu d'association sur les informations appropriées au partage en ligne (voir section *Ateliers ou interventions à privilégier, Atelier no 2*).

## 4.2 Vignette 2 : Personne autiste ou ayant une DI légère

*Hélène est une femme de 38 ans. Elle vit seule en appartement et n'a pas de réseaux sociaux. Depuis près d'un an, elle converse avec quelqu'un qui utilise le nom « Nick Carter » sur différentes plateformes. Bien entendu, ce n'est pas le vrai chanteur, mais l'individu en question lui laisse croire le contraire. Il lui fait toutes sortes de belles promesses, si bien qu'Hélène est tombée amoureuse de lui et elle entretient avec lui une relation qui frôle l'obsession. Elle lui envoie régulièrement des photos d'elle nue. Elle a même commencé à lui envoyer de l'argent. Il lui demande des montants d'argent, toujours en prétextant lui préparer une surprise ou avoir besoin d'aide pour payer quelque chose. Elle est maintenant dépendante de cette relation et ne sait pas comment s'en sortir.*

Tout comme le cas de Soham, différents éléments sont à aborder lors de l'intervention. Voici les principaux sujets d'éducation sociale sexuelle à aborder : la relation virtuelle, le sextage et l'importance de la relation virtuelle. D'abord, il est important d'avoir un vocabulaire simple, clair et concis. Puis l'utilisation de supports visuels (par exemple, graphiques, images, tableaux) est intéressante pour faciliter la compréhension d'Hélène tout au long de la discussion. Finalement, l'utilisation de mises en situation ou de jeux de rôle peut être bénéfique afin de faciliter l'apprentissage par l'expérience.

### Relation virtuelle

Comme cela a été mentionné précédemment, les personnes qui entretiennent des relations en ligne accordent de l'importance à ces dernières. Il est donc important de considérer et de respecter la détresse et l'état de dépendance dans lesquels peut se sentir Hélène par rapport à « Nick Carter ». En revanche, puisque l'homme en question demande de l'argent, il convient d'aider Hélène à comprendre l'escroquerie dont elle est victime. Ainsi, il serait idéal de l'amener à reconnaître les signaux d'alerte dont fait preuve monsieur « Carter ». Pour ce faire, il est possible de se référer à la section 1.4 de ce fascicule qui aborde la capacité à juger de l'honnêteté

de l'interlocuteur en ligne et à la section 2.5 qui aborde les faux profils. Ces deux sections abordent les risques encourus en ligne lors de l'établissement d'une nouvelle relation.

Comme mentionné précédemment, il est important de questionner Hélène par rapport à ses connaissances sur les réseaux sociaux. Cela représente l'étape de base permettant de guider la suite de l'intervention. En effet, son niveau de connaissances pourrait nous surprendre et influence les prochaines étapes.

- ▶ Si Hélène possède un bon niveau de connaissances sur le sujet, il serait important de réviser avec elle les signes d'alerte énoncés dans la section 2.5. En voici un bref résumé : 1) rythme de la relation; 2) demandes insistantes de renseignements personnels; 3) difficulté de rencontrer la personne; 4) demande d'argent; 5) absence d'informations sur l'autre.
- ▶ Si Hélène possède peu ou pas de connaissances sur le sujet, il serait important de l'aider à comprendre les cercles relationnels et de lui présenter les signaux d'alerte afin de l'aider à reconnaître la situation dans laquelle elle se trouve avec ce « Nick Carter ».

Par rapport à cet aspect de l'intervention, il convient de valoriser ou de développer des comportements et des attitudes en lien avec la sécurité en ligne. Ainsi, il est possible de rappeler à Hélène les éléments suivants :

- ▶ Ne jamais donner d'informations personnelles à une personne en ligne ou envoyer d'images en contenant (par exemple, passeport, pièces d'identité, etc.);
- ▶ Ne jamais accepter d'argent ou donner de l'argent à une personne en ligne;
- ▶ Effectuer des recherches pour s'assurer que la personne est bel et bien ce qu'elle prétend être;
- ▶ Signaler la personne directement auprès de la plateforme utilisée, à la police et à l'institution bancaire;
- ▶ Demander de l'aide en cas de doute;
- ▶ Parler de la situation à une personne de confiance.

Tout au long de l'intervention, il s'agira de guider Hélène dans sa réflexion et de l'amener à reconnaître différents signes d'alerte ou façons de discerner l'escroquerie derrière les paroles et les gestes de « Nick Carter ». Les activités suivantes peuvent être utilisées lors de l'intervention afin d'améliorer la compréhension et développer les connaissances d'Hélène :

- ▶ Jeu de rôle sur les signes d'alertes (voir section *Ateliers ou interventions à privilégiées, Atelier no 1*);
- ▶ Jeu d'association sur les informations appropriées au partage en ligne (voir section *Ateliers ou interventions à privilégiées, Atelier no 2*).

## Le sextage

Le second élément qui peut sembler préoccupant concernant la situation d'Hélène correspond au fait qu'elle envoie régulièrement des photos d'elle nue à « Nick Carter ». En effet, puisque « Nick Carter » semble ne pas être ce qu'il prétend être. Il est normal de se questionner par rapport à l'envoi de ce genre de messages. À ce moment, il est important de s'assurer qu'Hélène comprenne que ce qui est envoyé en ligne laisse des traces et qu'elle arrive à développer des habitudes sécuritaires. Ainsi, avant l'envoi de ce genre de message, il convient de se demander si la personne à qui le message est destiné (ici, « Nick Carter ») est une personne de confiance. Pour cela, il ne faut pas oublier les signaux d'alarme vus précédemment. Ensuite, il est important de se questionner sur le consentement. S'agit-il d'une demande insistante de la part de

l'interlocuteur? Quels sont les sentiments associés à l'envoi de ce genre de message : malaise, obligation, confort? À travers la discussion, il serait intéressant d'investiguer si Hélène envoie ces photos parce qu'elle s'y sent obligée ou parce qu'elle en a réellement envie. Dans le premier cas, il serait important de réviser la notion de consentement. Dans le deuxième cas, il serait intéressant de revenir sur les personnes de confiance et les signaux d'alarme puisque même si elle en avait envie, il ne s'agit peut-être pas d'une personne digne de ce type de message.

Voir la section **Activités** pour des idées d'activité à utiliser lors de l'intervention.

### L'importance de la relation virtuelle

Les deux premières étapes de l'intervention pourraient fortement confronter Hélène à la duperie dont elle est victime de la part de ce « Nick Carter ». Cependant, cela devrait amener Hélène à développer de nouvelles relations virtuelles saines et basées sur la sécurité et la confiance. La dernière étape serait d'aborder le besoin relationnel d'Hélène. En effet, la situation de dépendance relationnelle et l'obsession qu'entretient Hélène envers cet homme pourraient démontrer son désir d'entrer en relation avec d'autres, compte tenu de son réseau social faible ou inexistant. Ce besoin est quelque chose qui est important d'aborder auprès d'Hélène. En effet, elle semble ressentir l'envie de développer une relation intime et sexuelle avec un homme. Toutefois, l'homme choisi semble profiter de la situation. Il serait donc intéressant de lui laisser l'espace bienveillant de vivre ses émotions en lien avec cette relation. Puis, si tel est le cas, d'amener Hélène à trouver d'autres façons de rencontrer en ligne. Pour ce faire, il pourrait être intéressant de l'accompagner dans des groupes de partage d'intérêts.

### 4.3 Vignette 3 : Personne autiste ou ayant une DI légère

*Vlad est un jeune homme présentement en épisode de service spécialisé. Il est très isolé socialement : ses parents ne sont pas du tout présents et son frère, qui habite près de chez lui, n'entretient pas de lien avec Vlad prétextant qu'ils n'ont pas d'intérêt commun. Vlad habite seul en appartement et ne travaille pas parce qu'il vit trop d'anxiété en lien avec ses relations sociales. Il est toutefois très actif sur les réseaux sociaux, qui sont souvent la seule manière pour lui d'entrer en relation avec d'autres. Malheureusement, ces relations virtuelles finissent souvent très mal. De plus, Vlad croit être un « tiktokeur » professionnel. Il se met souvent dans des situations embarrassantes dues à des vidéos non appropriées qu'il publie en ligne. Certains de ses abonnés le critiquent vivement ou vont même jusqu'à l'intimider, ce qui cause parfois des idées suicidaires chez Vlad, qui prend ces critiques très à cœur.*

Tout comme les deux cas précédents, différents éléments sont à aborder lors de l'intervention. Voici les principaux sujets d'éducation sociosexuelle à aborder : l'utilisation des réseaux sociaux, la cyberintimidation et l'isolement social. D'abord, il est important d'avoir un vocabulaire simple, clair et concis. Puis l'utilisation de supports visuels (par exemple, graphiques, images, tableaux) est intéressante pour faciliter la compréhension de Vlad tout au long de la discussion. Finalement, l'utilisation de mises en situation ou de jeux de rôle peut être bénéfique afin de faciliter l'apprentissage par l'expérience.

## L'utilisation des réseaux sociaux

Tout d'abord, il semble important d'aborder avec Vlad son usage des réseaux sociaux à titre professionnel. Il est essentiel pour lui de comprendre les risques liés à ces plateformes, notamment en ce qui concerne son estime de soi, et d'y trouver un équilibre. Les réseaux sociaux offrent un certain anonymat et une certaine distance. C'est pourquoi il peut être facile pour certaines personnes de partager des messages et des commentaires négatifs. Quand on oublie cette distance, il est facile de se laisser atteindre par ces mots négatifs. Puisque Vlad utilise ces plateformes à titre professionnel, il est en hyperconnexion avec ses abonnés. C'est pourquoi il importe qu'il mette en place certaines règles d'hygiène vis-à-vis de son utilisation. Les sections suivantes peuvent être utilisées lors de l'intervention afin d'améliorer la compréhension et de développer les connaissances de Vlad :

- ▶ Section 1.4 qui aborde le sujet des personnes rencontrées sur Internet;
- ▶ Section 1.5 qui aborde le sujet des images intimes (lien avec le contenu inapproprié qu'il publie);
- ▶ Section 1.7 qui aborde les manières d'utiliser Internet de façon sécuritaire

## La cyberintimidation

Le second élément qui peut sembler préoccupant concernant la situation de Vlad correspond à l'intimidation dont il est victime et les idéations suicidaires. Il est crucial de considérer et d'évaluer sommairement le risque suicidaire. Si la situation est dangereuse pour Vlad, il est important de le diriger vers les personnes qui pourront voir à ses idéations de façon professionnelle et désamorcer la situation. Si la situation n'est pas dangereuse pour sa vie, il importe d'accueillir ses émotions et de lui offrir de l'écoute. Après quoi, un retour sur l'utilisation saine des réseaux sociaux peut être fait. Ici, il conviendrait de questionner Vlad sur les choses qu'il peut mettre en place pour diminuer, voire arrêter, la réception de tels commentaires négatifs :

- ▶ Que peux-tu faire pour arrêter de recevoir ces commentaires?
- ▶ Que peux-tu faire lorsque tu reçois un commentaire négatif?

Après quoi, il sera intéressant d'explorer les options et d'aider Vlad à mettre en place ces pistes d'actions.

## L'isolement social

La dernière étape serait d'aborder l'isolement social et l'anxiété relationnelle de Vlad. Les réseaux sociaux semblent apaiser l'anxiété de Vlad lors de ses interactions sociales. C'est pourquoi il semble investir ces plateformes de façon professionnelle, c'est-à-dire qu'il y passe beaucoup de temps. À force de passer du temps en ligne, il n'investit plus les relations de son réseau social hors du monde virtuel. Il a donc peu de soutien de ce côté-là, ce qui pourrait accentuer les idéations suicidaires et la détresse de Vlad. L'usage des réseaux sociaux dont fait Vlad pourrait démontrer un besoin de connexion à l'autre, un désir d'entrer en relation avec d'autre compte tenu de son réseau social faible ou inexistant et un besoin de se sentir compris et valorisé. C'est pourquoi il serait important d'aider Vlad à trouver des lieux de rencontre réels. Il pourrait être intéressant de l'accompagner dans sa relation avec sa fratrie ou dans le développement de nouvelles relations, notamment en travaillant sur l'anxiété qu'il ressent.



## 5 Activités

---

### 5.1 Activité 1 : Mises en situation sur les signaux d'alerte et drapeaux

#### Objectif

Comprendre les signaux d'alerte et les drapeaux verts ou rouges

#### Étapes

1. Présenter les signaux d'alerte et les drapeaux rouges à l'aide de la section 2.5 du présent fascicule;
2. Analyser le problème et explorer les façons de réagir;
3. Introduire la présente activité;
4. Choisir une scène en lien avec l'intervention désirée;
5. Lire la scène;
6. Après, discuter et évaluer les réactions possibles;
7. Poser les questions suivantes pour partager le vécu de l'activité et généraliser :
  - ▶ Que retiens-tu de cette activité?
  - ▶ Quel est, selon toi, le message derrière cette activité?

Il est possible de créer d'autres mises en situation. Pour ce faire, il est important que les situations correspondent autant que possible à la réalité pour que l'activité soit efficace (Descheneaux, Saint-Hilaire et Thabet, 2022).

**Scénario 1** : Sur Facebook, une personne que je ne connais pas fait une demande pour devenir mon ami. Je décide d'accepter la demande et d'aller voir son profil. Sur sa page, je remarque que la personne a une photo de profil d'un paysage et qu'elle n'a pas beaucoup d'amis. Après quelques minutes, la personne m'écrit et me pose plusieurs questions sur moi-même et insiste pour qu'on se rencontre en personne dans les prochaines heures. Comment est-ce que je réagis? Pourquoi?

**Scénario 2** : Je veux rencontrer une personne de mon âge, donc je suis allée sur un site de rencontre. Ça fait maintenant quelques semaines que j'échange des messages textes avec une personne. Elle m'intéresse, même si je ne connais pas beaucoup de choses sur elle. Sur son profil, il y a une photo de son chien et son prénom. Je lui propose de se rencontrer, la personne esquivé mes propositions. Comment est-ce que je réagis? Pourquoi?

**Scénario 3** : Depuis quelques jours, Sonia parle avec une personne qu'elle a rencontrée sur Tinder. Elle n'a jamais vu cette personne et elle ne lui a jamais parlé de vive voix. Il y a deux jours, la personne lui a demandé une photo osée d'elle. Sonia a accepté. Puis la personne a commencé à en demander plus et à poser des questions très personnelles. Sonia est mal à l'aise et ne veut pas répondre aux questions. La personne insiste et va même jusqu'à menacer Sonia de montrer la photo osée qu'elle avait partagée. Comment réagirais-tu à la place de Sonia? Pourquoi?

**Scénario 4** : Je parle avec une personne que j'ai ajoutée sur Facebook. Je ne la connaissais pas avant et j'ai trouvé son profil, par hasard, dans la liste des personnes que je pourrais peut-être connaître. J'ai plusieurs amis en commun avec elle. Cela fait plusieurs semaines qu'on s'écrit. On s'est appelé une fois. Ce matin, elle m'a demandé d'aller prendre un café. Comment est-ce que je réagis?

**Scénario 5** : J'ai « matché » avec une personne sur Tinder. Dès les premiers messages, elle me parle uniquement des choses qui lui déplaisent chez les autres, surtout chez son ex. J'ai continué de lui parler parce que j'avais envie de parler avec elle. On se parle maintenant par messages textes. Ça fait quelques semaines qu'on a changé de plateforme pour communiquer. J'aimerais vraiment partager notre « match » et nos échanges à mes amis, mais la personne ne veut pas que je parle d'elle à mon entourage. Elle dit qu'elle va se mettre en colère si j'en parle et que les choses vont mal tourner. Comment est-ce que je réagis?

## 5.2 Activité 2 : Classification des informations appropriées au partage en ligne

### Objectif

Comprendre le niveau de risque des informations partagées en ligne.

### Étapes

1. Présenter l'activité;
2. Nommer une information;
3. Demander à la personne de classer l'information dans l'une des trois catégories : vert, jaune ou rouge;
4. Fournir de l'information complémentaire (au besoin) après chaque réponse;
5. Poursuivre jusqu'à ce que toutes les informations soient classées.

Feu vert : OK, partage!	Feu jaune : Pose la question!	Feu rouge : Stop, ne partage pas!
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Une photo de ton animal de compagnie</li> <li>▶ Un message privé pour dire que tu es arrivé</li> <li>▶ Une photo de ton dernier voyage</li> <li>▶ Une photo de ton passe-temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Une nouvelle d'une autre personne (par exemple, ta cousine est enceinte, ton ami se fiance)</li> <li>▶ Une photo d'une autre personne</li> <li>▶ Une invitation à ton anniversaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Une photo de sa carte d'embarquement</li> <li>▶ Une photo de son passeport</li> <li>▶ Une photo de son chèque</li> <li>▶ Un courriel confidentiel</li> <li>▶ Un certificat de naissance</li> <li>▶ Des insultes</li> <li>▶ Des liens vers des images « pornos »</li> </ul>

*Pour compléter : voir le document « Pose-toi les 5 questions suivantes avant de publier un contenu sur Internet. » Tiré de Dayé (2018).*

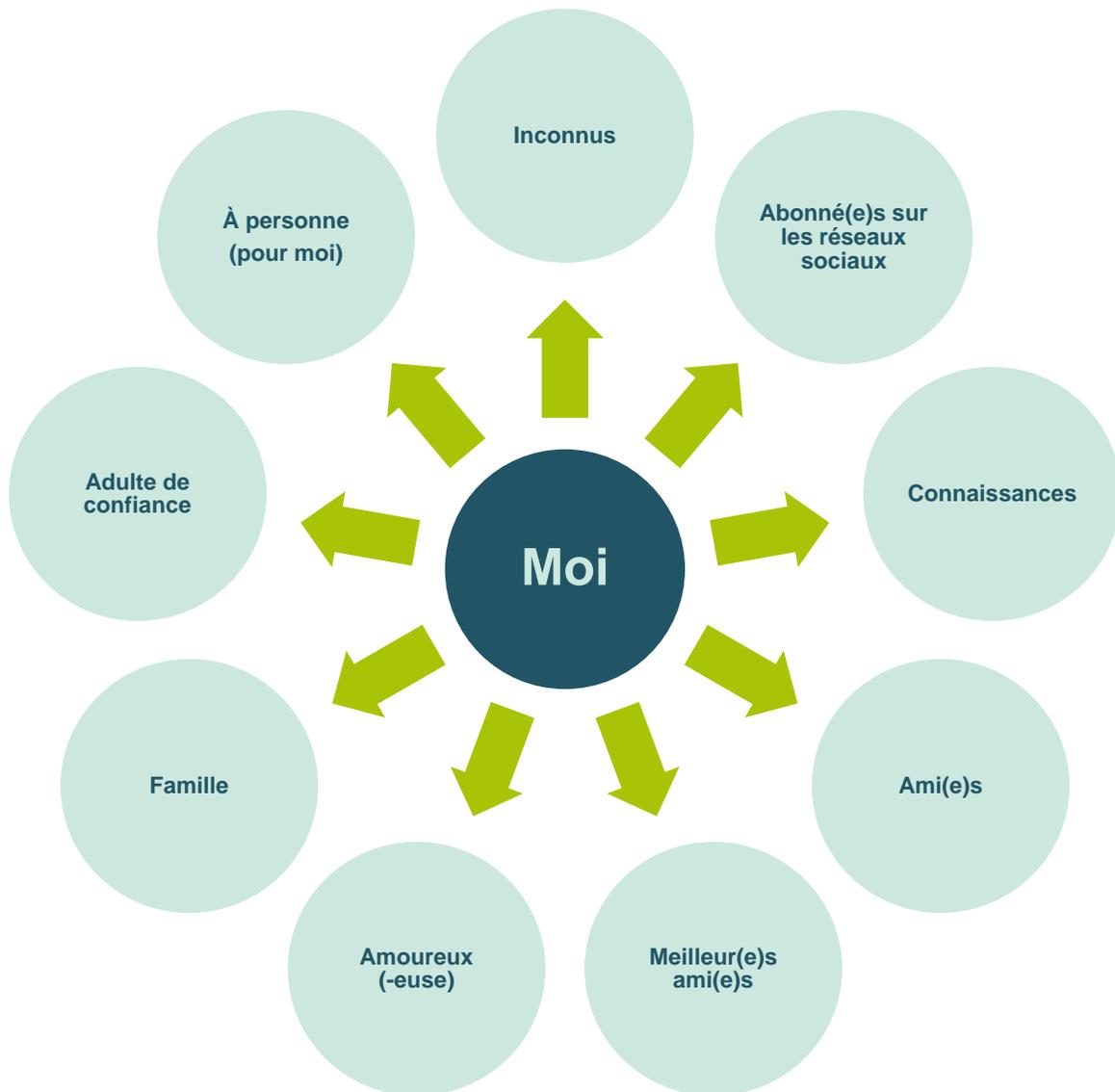
### 5.3 Activité 3 : Classification des cercles sociaux

#### Objectif

Reconnaître les différents niveaux relationnels.

#### Étapes

1. Présenter l'activité;
2. Lire une mise en situation;
3. Demander à la personne de classer la mise en situation en fonction du type de connexion :  
inconnu, connaissance, ami(e)s, meilleur(e)s ami(e)s ou amoureux(-euses);
4. Fournir de l'information complémentaire (au besoin) après chaque réponse;
5. Poursuivre jusqu'à ce que toutes les informations soient classées.



À qui aurais-tu envie de confier :

- ▶ Ton passe-temps?
- ▶ La séparation de tes parents?
- ▶ Ton *crush*?
- ▶ Que tu te sens en amour?
- ▶ Que tu as envoyé une photo de toi nue?
- ▶ Que tu aies fait une erreur?
- ▶ Que tu vis de l'intimidation sur les réseaux sociaux?
- ▶ Que tu aimerais rencontrer une personne en ligne?
- ▶ Que tu aies vu des photos de personnes nues et que ça t'a mise mal à l'aise?
- ▶ Ta couleur préférée?
- ▶ Ta saison préférée?
- ▶ Ta musique préférée?
- ▶ Ton livre préféré?
- ▶ Ton orientation sexuelle?
- ▶ Ton identité de genre?
- ▶ Que tu n'aimes pas le spaghetti?
- ▶ Que tu as triché à un jeu?
- ▶ Ton jeu préféré?
- ▶ Ta commande de pizza?

*Adapté de Duquet (2023)*

## Ressources et références

<b>Livres</b>	Les écrans et toi : guide pratique sympathique pour devenir un utilisateur cyber futé (Dayé et Cardinal, 2018) prix : 16,95 \$.
<b>Sites web</b>	<p>AidezMoiSVP.ca : <a href="https://aidezmoisvp.ca/app/fr/">https://aidezmoisvp.ca/app/fr/</a></p> <p>Parents cyberavertis : <a href="https://parents cyberavertis.ca/app/fr/">https://parents cyberavertis.ca/app/fr/</a></p> <p>Sécurité en ligne : Astuces pour adulte et jeune proche (Jeunesse, j'écoute, publié en 2019, mis à jour en 2023) : <a href="https://jeunessejecoute.ca/information/securite-en-ligne-astuces-pour-adulte-et-jeune-proche/">https://jeunessejecoute.ca/information/securite-en-ligne-astuces-pour-adulte-et-jeune-proche/</a></p> <p>Jeunes autistes : feuillets d'information sur la santé sexuelle (Sex Information &amp; Educational Council of Canada, 2023) : <a href="https://www.sieccan.org/ady-autistic-youth-infosheets-fr">https://www.sieccan.org/ady-autistic-youth-infosheets-fr</a></p> <p>Applications de rencontre • Kiosques ST2022 : <a href="https://les3sex.com/fr/st2022-kiosques-ar">https://les3sex.com/fr/st2022-kiosques-ar</a></p> <p>Éducaloi (2020) : <a href="https://educaloi.qc.ca/">https://educaloi.qc.ca/</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pornographie juvénile</li> <li>- Partager des images intimes : un crime</li> </ul> <p>Programme Étincelles (2023) : <a href="http://www.etincelles.uqam.ca">www.etincelles.uqam.ca</a></p> <p>Tel-jeunes (2023a, 2023 b, 2023 c, 2023 d, 2023e, 2023f) : <a href="https://www.teljeunes.com/">https://www.teljeunes.com/</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-ce que je développe une cyberdépendance?</li> <li>- L'amour en ligne : rêve ou réalité?</li> <li>- Les relations à distance</li> <li>- Pornographie</li> <li>- Sextos</li> <li>- Technos</li> </ul> <p>The Porn Conversation: <a href="https://thepornconversation.org/">https://thepornconversation.org/</a></p>
<b>Vidéos</b>	<p>Qu'est-ce que la cyberviolence? (Association québécoise Plaidoyer-Victimes, 2019) : <a href="https://youtu.be/q0lv4JLiw5k?si=qXi3Ebk1QVRh6jCF">https://youtu.be/q0lv4JLiw5k?si=qXi3Ebk1QVRh6jCF</a></p> <p>Porn Sex vs Real Sex: The Differences Explained With Food (kbcreativelab, 2013): <a href="https://youtu.be/q64hTNEj6KQ?si=DE9BIdu5wrYM5Hcj">https://youtu.be/q64hTNEj6KQ?si=DE9BIdu5wrYM5Hcj</a></p>

<p><b>Pour les parents</b></p>	<p>Être parents de préadolescents ou d'adolescents à l'ère numérique (Centre canadien de protection de l'enfance inc. 2018)</p> <p>Connais-tu les personnes avec qui tu échanges en ligne? : Prévention pour les adolescents (Fondation Marie-Vincent, 2020)</p> <p>La cyberviolence dans les relations amoureuses des jeunes : guide pour les parents (Poupart, 2019)</p> <p>Accompagnez vos enfants dans leur visionnement — fiche-conseil (HabiloMédias, 2014a)</p> <p>Parler de pornographie à vos enfants — fiche-conseil (HabiloMédias, 2018) : <a href="https://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/parler-de-pornographie-%C3%A0-vos-enfants-%E2%80%93-fiche-conseils">https://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/parler-de-pornographie-%C3%A0-vos-enfants-%E2%80%93-fiche-conseils</a></p> <p>Parler de sextage avec vos enfants — fiche-conseil (HabiloMédias, 2014b) : <a href="https://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/parler-de-sextage-avec-vos-enfants-%E2%80%93-fiche-conseils">https://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/parler-de-sextage-avec-vos-enfants-%E2%80%93-fiche-conseils</a></p> <p>Les médias sociaux : ce que les parents devraient savoir : <a href="https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/behavior-and-development/social_media">https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/behavior-and-development/social_media</a></p>
<p><b>Pour les intervenants</b></p>	<p>PÉSSADI, le thème 10 : Cyberprévention (Boucher et al, 2016)</p> <p>On est encore des enfants! Programme de prévention de la sexualisation précoce pour des enfants de 3e cycle du primaire (Duquet, 2017)</p> <p>Séduction, sentiments amoureux et intimité : quand ça nous transporte ou quand ça dérape... Projet outiller les jeunes faces à l'hyper sexualisation (Duquet et al, 2020)</p> <p>Oser être soi-même, 2<sup>e</sup> éd. (Duquet et al, 2023)</p> <p>Publie ou ne publie pas? (Dayé, 2018);</p> <p>Fiches pédagogiques « Les écrans et toi » (Dayé et Cardinal, 2018);</p> <p>Capsules d'information et de sensibilisation • Tel-Jeunes (Plourde, 2018);</p> <p><a href="https://www.associationdessexologues.com/">https://www.associationdessexologues.com/</a></p> <p><a href="https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/clsc/">https://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/clsc/</a></p> <p><a href="https://www.lappui.org/fr/je-suis-aidant/etre-proche-aidant/faciliter-mon-quotidien/lignes-telephoniques-d-aide/">https://www.lappui.org/fr/je-suis-aidant/etre-proche-aidant/faciliter-mon-quotidien/lignes-telephoniques-d-aide/</a></p>

## Bibliographie

---

- Association québécoise Plaidoyer-Victimes. (2023). *La cyberviolence dans les relations amoureuses des jeunes*. <https://aqpv.ca/la-cyberviolence-dans-les-relations-amoureuses-des-jeunes/>
- Association québécoise Plaidoyer-Victimes. (2019, 26 mars). *Qu'est-ce que la cyberviolence?* [Vidéo]. YouTube. <https://youtu.be/q0lv4JLiw5k?si=qXi3Ebk1QVRh6jCF>
- Beauchamp, M et Ranger, N. (2013). *Lexique des médias sociaux*. <https://www.enssib.fr/bibliotheque-numerique/documents/61094-lexique-des-medias-sociaux.pdf>
- Boucher, C., Côté, C., Tremblay, G, et Labbé, L. (2016). CIUSSS MCQ. *Programme d'éducation à la santé sexuelle pour les adolescents présentant une déficience intellectuelle. Thème 10 : Cyberprévention*. Collections de l'Institut universitaire en déficience intellectuelle et en trouble du spectre de l'autisme.
- Bourget, C. et Couturier, J. (2022). La famille numérique. *NETendances* 2022, 13(6).
- Bourget, C., Couturier, J. et Bourque, T. (2021). Actualités en ligne, réseaux sociaux et balados. *NETendances* 2021, 12(8).
- Brown, M. (2019). *I wish i had learn to keep myself safe: Sexuality and relationships education (SRE) for pupils with autistic spectrum condition* [thèse de doctorat, University of Kent]. Kent Academic Repository. <https://kar.kent.ac.uk/id/eprint/79502>
- Centre canadien de protection de l'enfance inc. (2018). *Être parents de préados ou d'ados à l'ère numérique*. [https://parentscyberavertis.ca/pdfs/C3P\\_ParentingintheDigitalWorld\\_fr.pdf](https://parentscyberavertis.ca/pdfs/C3P_ParentingintheDigitalWorld_fr.pdf)
- Code criminel. L.R.C. (1985), ch. C-46. <https://laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/C-46/>
- Duquet, F. (2017). *On est encore des enfants! Programme de prévention de la sexualisation précoce pour des enfants de 3e cycle du primaire*. Université du Québec à Montréal. <https://hypersexualisation.uqam.ca/volets/volet-3-outils-pedagogiques-education-a-sexualite/programme-3e-cycle-primaire-on-enfants/>
- Duquet, F., Bérard, A. M., Grenon, J., Lefort, I., Lemieux, S., Fluckiger, V., Bellefeuille, C., Mohsen, R. et Teasdale-Raymond, J. (2020). *Séduction, sentiments amoureux et intimité : quand ça nous transporte ou quand ça dérape... Projet outiller les jeunes faces à l'hyper sexualisation*. Université du Québec à Montréal. <https://hypersexualisation.uqam.ca/volets/volet-3-outils-pedagogiques-education-a-sexualite/seduction-sentiments-amoureux-et-intimite-quand-ca-nous-transporte-ou-quand-ca-derape/>
- Duquet, F., Rouleau, L., Prince, A., Blais, J., Lemieux, S., Painchaud-Robert, L., Lindsay, M. et Radeschi, C. (2023). *Oser être soi-même* (2e éd.). Outils didactiques en éducation à la sexualité pour contrer l'hyper sexualisation précoce auprès des jeunes de 12 à 17 ans. Projet outiller les jeunes faces à l'hyper sexualisation. Université du Québec à Montréal, 806 p. <https://hypersexualisation.uqam.ca/volet-3-outils-pedagogiques-education-a-sexualite/programme-secondaire-osser-etre-soi-meme/>
-

- Dayé. (2018). *Publie ou ne publie pas?* Éditions Midi trente.  
<https://www.miditrente.ca/fr/produit/publie-ou-publie-pas-a-telecharger>
- Dayé, M. et Cardinal, J. (dir.). (2018). *Les écrans et toi : guide pratique sympathique pour devenir un utilisateur cyber futé.* Éditions Midi trente.  
<https://www.miditrente.ca/fr/produit/les-ecrans-et-toi>
- Deschenaux, J., St Hilaire, M. et Thabet, C. (2022). Stratégies d'interventions sexologiques : notes de cours, SEX2250. Université du Québec à Montréal, département de sexologie.
- Dubé, K., Bussièrès, E.-L. et Poulin, M.-H. (2022). Développement harmonieux de la sexualité chez les jeunes ayant un TSA : Revue systématique et méta-analyse des pratiques favorables [Harmonious development of sexuality in young people with ASD: A systematic review and meta-analysis of supportive practices]. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 63(1), 56–68. <https://doi.org/10.1037/cap0000261>
- Educaloi. (2020a). *La pornographie juvénile.* <https://educaloi.qc.ca/capsules/la-pornographie-juvenile/>
- Educaloi. (2020b). *Partager des images intimes : un crime.*  
<https://educaloi.qc.ca/capsules/partager-des-images-intimes-un-crime/>
- Fondation Marie-Vincent. (2020). *Connais-tu les personnes avec qui tu échanges en ligne?*  
<https://marie-vincent.org/articles-prevention/connais-tu-les-personnes-avec-qui-tu-echanges-en-ligne/>
- Garneau, V. (2021a). Niveaux de pornographie [document inédit].
- Garneau, V. (2021b). Pornographie Hentaï [document inédit].
- Gouvernement du Québec. (Février 2023). *Vocabulaire de la, cybersécurité.*  
<https://www.quebec.ca/gouvernement/politiques-orientations/vitrine-numeriqc/politique-gouvernementale-de-cybersecurite/definitions>
- HabiloMédias. (2014). *Parler de pornographie à vos enfants — fiche-conseil.*  
<https://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/parler-de-pornographie-%C3%A0-vos-enfants-%E2%80%93-fiche-conseils>
- HabiloMédias. (2014b). *Accompagnez vos enfants dans leur visionnement — fiche-conseil.*  
[https://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/tip-sheet/fiche-conseil\\_accompagnez\\_enfants\\_dans\\_visionnement.pdf](https://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/tip-sheet/fiche-conseil_accompagnez_enfants_dans_visionnement.pdf)
- HabiloMédias. (2018). *Parler de sextage avec vos enfants — fiche-conseil.*  
<https://habilomedias.ca/ressources-p%C3%A9dagogiques/parler-de-sextage-avec-vos-enfants-%E2%80%93-fiche-conseils>
- Hébert, M. et l'équipe du projet Étincelles. (2023). Programme Étincelles : Pour des parcours amoureux et intimes positifs — site web. Chaire de recherche du Canada sur les traumatismes interpersonnels et la résilience, Université du Québec à Montréal.  
[www.etincelles.uqam.ca](http://www.etincelles.uqam.ca)
- Hénault, I. (2006). *Asperger's syndrome and sexuality: From adolescence through adulthood.* Jessica Kingsley Publishers.

- Hootsuite. (2021, 24 juin). *Glossaire des médias sociaux : toutes les définitions à connaître en 2021*. Hootsuite. <https://blog.hootsuite.com/fr/glossaire-des-medias-sociaux/>
- Kbcreativelab (2013, 29 juillet). Porn Sex vs Real Sex: The Differences Explained with Food [Vidéo]. YouTube. <https://youtu.be/q64hTNEj6KQ?si=cFUgtcQ0ss8ShDVe>
- Les 3 sex\*. (2023). Applications de rencontre • Kiosques ST2022. <https://les3sex.com/fr/st2022-kiosques-ar>
- Lust, E., Dobner, P., Clarke, A. L. et Laureano, B. I. (2022). *The Porn Conversation*. <https://thepornconversation.org/>
- Plourde, P. (2018). Capsules d'information et de sensibilisation • Tel-Jeunes. Les 3 sex\*. <https://les3sex.com/fr/news/314/capsules-d-information-et-de-sensibilisation-tel-jeunes>
- Magill, F. N. (1995). Pornography. Dans F. N. Magill, H. L. Delgado et A. Sica (dir.), *International encyclopedia of sociology* (p. 985–988). Fitzroy Dearborn.
- Office québécois de la langue française. (2017). *Divulgence de données personnelles*. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/26543807/divulgence-de-donnees-personnelles>
- Poupart, L. (2019). *La cyberviolence dans les relations amoureuses des jeunes : guide pour les parents*. Association québécoise Plaidoyer-Victimes. [https://aqpv.ca/wp-content/uploads/aqpv\\_guide\\_cyberviolence\\_parents.pdf](https://aqpv.ca/wp-content/uploads/aqpv_guide_cyberviolence_parents.pdf)
- Robertson, J. R. (2002). *La pornographie (84-3F)*. <https://publications.gc.ca/Collection-R/LoPBdP/CIR/843-f.htm>
- Sallafranque St-Louis, F (2015). *L'utilisation d'Internet et la sollicitation sexuelle sur le web auprès des personnes avec une déficience intellectuelle (DI) ou un trouble du spectre de l'autisme (TSA)* [thèse de doctorat, Université du Québec en Outaouais]. Dépôt institutionnel de l'UQO <https://di.uqo.ca/id/eprint/818>
- Séguin, L. (2022). *Peut-on développer une dépendance à la pornographie?* Club Sexu. [https://clubsexu.com/peut-on-developper-une-dependance-a-la-pornographie/?gclid=Cj0KCQjw9MCnBhCYARIsAB1WQVXI6od7gjVeSsmH6uRHcKxRbBzwdW40yA8o9Fv-tSqRUeBac2DXGxlaAtkBEALw\\_wcB](https://clubsexu.com/peut-on-developper-une-dependance-a-la-pornographie/?gclid=Cj0KCQjw9MCnBhCYARIsAB1WQVXI6od7gjVeSsmH6uRHcKxRbBzwdW40yA8o9Fv-tSqRUeBac2DXGxlaAtkBEALw_wcB)
- Sergerie, M. et Corneau, S. (2017). Usage problématique de la pornographie : conceptualisation, évaluation et traitement. *Revue québécoise de psychologie*. <https://doi.org/10.7202/1040079ar>
- Simonato, I., Lussier-Desrochers, D., Normand, C. L., Romero-Torres, A. et Lachapelle, Y. (2020). Développer l'autonomie numérique chez de jeunes adultes trisomiques. *Revue francophone de la déficience intellectuelle*, 30(spécial), 42–54. <https://doi.org/10.7202/1075354ar>
- Société canadienne de pédiatrie. (2023). *Les médias sociaux : ce que les parents devraient savoir*. Soins de nos enfants.cps.ca [https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/behavior-and-development/social\\_media](https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/behavior-and-development/social_media)

- Tel-jeunes. (2023a). *Est-ce que je développe une cyberdépendance?* <https://www.teljeunes.com/fr/jeunes/sante-mentale/cyberdependance/est-ce-que-je-developpe-une-cyberdependance>
- Tel-jeunes. (2023b). *L'amour en ligne : rêve ou réalité?* <https://www.teljeunes.com/fr/jeunes/amour/etre-en-relation/l-amour-en-ligne-reve-ou-realite>
- Tel-jeunes. (2023c). *Les relations à distance.* <https://www.teljeunes.com/fr/jeunes/amour/etre-en-relation/les-relations-a-distance>
- Tel-jeunes. (2023d). *Pornographie.* <https://www.teljeunes.com/fr/jeunes/sexualite/pornographie>
- Tel-jeunes. (2023e). *Sextos.* <https://www.teljeunes.com/fr/jeunes/sexualite/sextos>
- Tel-jeunes. (2023f). *Technos.* <https://www.teljeunes.com/fr/parents/technos>

# sexo

Vie affective et sexuelle

---

**INSTITUT UNIVERSITAIRE  
EN DÉFICIENCE INTELLECTUELLE  
ET EN TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME**

---

**[institutditsa.ca](http://institutditsa.ca)**

**Centre intégré universitaire  
de santé et de services sociaux  
de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec**

**Centre administratif Notre-Dame Est**

20, rue Notre-Dame Est  
Trois-Rivières (Québec) G8T 9J1

---

**[www.ciusssmcq.ca](http://www.ciusssmcq.ca)**

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Mauricie-et-  
du-Centre-du-Québec*

**Québec** 