

## Ressources spécifiques pour les jeunes

### Aidez-moi SVP: Tes droits

[aidezmoisvp.ca/fr/#tes-droits](http://aidezmoisvp.ca/fr/#tes-droits)

### Ressources de soutien pour la cyberintimidation:

[canada.ca/fr/securite-publique-canada/campagnes/cyberintimidation/cyberintimidation-jeunes/obtiens-aide-informe-toi-sujet-cyberintimidation.html](http://canada.ca/fr/securite-publique-canada/campagnes/cyberintimidation/cyberintimidation-jeunes/obtiens-aide-informe-toi-sujet-cyberintimidation.html)

### Le PlaMP (2020): Guide de sensibilisation au sexting

[piamp.net/wp-content/uploads/2020/10/SextingPiampSiteInternetFR.pdf](http://piamp.net/wp-content/uploads/2020/10/SextingPiampSiteInternetFR.pdf)

### Tel-jeunes: Les sextos

[teljeunes.com/fr/jeunes/sexualite/sextos](http://teljeunes.com/fr/jeunes/sexualite/sextos)

### Jeunesse, J'écoute (2023): Les principes de base du sextage pour rester en sécurité

[jeunessejecoute.ca/information/principes-base-sextage-rester-en-securite](http://jeunessejecoute.ca/information/principes-base-sextage-rester-en-securite)

## Plus d'info



# La Cybersexualité

Comprendre

Prévenir

Intervenir

## Comprendre la cybersexualité

La cybersexualité, c'est l'ensemble des comportements sexuels en ligne. Elle peut se vivre de façon plus passive (ex. recherche d'informations, consommation de pornographie) et de façon plus interactive (ex. sextage, jeux interactifs à caractère sexuel en ligne). Mieux comprendre ces réalités permet d'accompagner les jeunes avec bienveillance et discernement.

## Mieux comprendre le recours à la cybersexualité

L'adolescence est une période clé où les jeunes cherchent à mieux comprendre et connaître leur corps, leur sexualité, leur orientation sexuelle et leur identité de genre. La cybersexualité peut leur permettre entre autres de :

- Explorer leurs désirs et leurs limites
- Tester leur pouvoir de séduction
- Renforcer leur estime personnelle
- Créer de l'intimité
- Affirmer leur identité
- Contrôler leur image numérique
- Répondre/se conformer à des pressions sociales

## Le sextage: entre exploration et risques

Ce que ça peut permettre:

- Exploration de sa sexualité à son rythme
- Expression de ses désirs ou de son identité

Ce que ça peut entraîner:

- Partage non consenti
- Harcèlement (cyberintimidation)
- Chantage (sextorsion)
- Pressions sociales ou relationnelles

## Sextage à moindre risque

- Vérifier le consentement explicite de la personne
- Protéger son identité: pas de visage, tatouages ou autres signes distinctifs
- Définir des règles communes claires (confidentialité, limites)
- Utiliser des plateformes sécurisées qui utilisent le chiffrement de bout en bout



## Ressources pour l'intervention

**Alterado:** Outils d'animation et de vidéos sur les saines relations à l'ère des réseaux sociaux

[rmjq.org/projets/alterados](http://rmjq.org/projets/alterados)

**Cyberaide.ca:** Agression sexuelle facilitée par la technologie

[cyberaide.ca/app/fr/infos-agressionsexuelle](http://cyberaide.ca/app/fr/infos-agressionsexuelle)

**INSPQ - L'exploitation sexuelle des enfants et des jeunes en ligne**

[inspq.qc.ca/violence-sexuelle/contextes/exploitation-en-ligne](http://inspq.qc.ca/violence-sexuelle/contextes/exploitation-en-ligne)

**HabiloMédias:** Parler de sextage avec les enfants

[habilomedias.ca/sites/default/files/tip-sheet/fiche-conseil\\_parler\\_de\\_sextage\\_avec\\_enfants.pdf](http://habilomedias.ca/sites/default/files/tip-sheet/fiche-conseil_parler_de_sextage_avec_enfants.pdf)

## Pour aller plus loin:

Consultez les outils et ressources sur la cybersexualité à l'adresse suivante:

[santepubliquemontreal.ca/professionnels-et-partenaires/thematiques-de-sante-publique/sante-sexuelle/cybersexualites](http://santepubliquemontreal.ca/professionnels-et-partenaires/thematiques-de-sante-publique/sante-sexuelle/cybersexualites)

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal

Québec

## SE POSER DES QUESTIONS AVANT D'ENVOYER UNE IMAGE DE SOI:



Est-ce que je sais quoi faire si une photo de moi est partagée sans mon consentement?



Est-ce que je connais d'autres façons moins risquées de charmer une personne?



Comment est-ce que je me sentirais si d'autres personnes voyaient cette image de moi?



Quelle est la pire chose qui peut arriver si je partage cette image de moi?



## Pourquoi la cybersexualité, ça peut être préoccupant?

Plusieurs personnes se tournent vers la cybersexualité par curiosité, sans en connaître tous les paramètres ni les enjeux que ça comporte. Certaines expériences de cybersexualité peuvent être très positives et permettre une exploration sexuelle et identitaire saine alors que d'autres peuvent être désagréables et même destructrices.

## Cyberviolences à caractère sexuel

C'est une forme de violence réalisée au moyen des différentes technologies numériques disponibles. Elle s'inscrit dans une dynamique de contrôle, de pouvoir et de transgression des limites personnelles en ligne. Ce type de violence a des impacts réels sur la santé mentale, la vie sociale, la vie professionnelle et la vie académique des jeunes. Elle peut se manifester de diverses façons, dont:

**Pornodivulgateion (revenge porn):**  
Partage non consentuel d'images ou de vidéos à caractère sexuel dans le but de nuire à une autre personne, souvent par vengeance

**Sextorsion:**  
Forme de chantage où une personne menace de diffuser un contenu intime en échange d'argent ou de faveurs

**Hypertrucage (Deepfake):**  
Utilisation de l'intelligence artificielle pour modifier l'image ou la voix d'une personne sans son consentement (peut-être utilisé pour créer du contenu pornographique par exemple)

**Harcèlement sexuel en ligne:**  
Envoi répétitif de messages sexuellement explicites, non sollicités, offensants ou menaçants dans la sphère numérique

**Conditionnement (grooming) et leurre d'enfants:**  
Stratégies de manipulation psychologique utilisées par des adultes envers des personnes mineures pour établir une relation de confiance dans le but de les exploiter sexuellement

**Attouchements en ligne via avatars:**  
Actions à caractère sexuel non consenties commises à travers des moyens numériques, comme des attouchements simulés entre avatars dans les jeux en ligne ou l'exposition à des contenus sexuels non sollicités

## Cadre légal

Pour des jeunes d'âge mineur, le cadre légal entourant la cybersexualité est un enjeu central, notamment en ce qui concerne le partage d'images intimes.

- Tout partage d'image intime sans consentement est un acte criminel
- Toute production, partage ou distribution d'image à caractère sexuel d'une personne de moins de 18 ans est illégal et est considéré comme de la pornographie juvénile
- Le sextage entre mineur.es soulève des questions juridiques: il est interdit par la loi, même si les cas portés devant les tribunaux sont rares

## Conséquences judiciaires

Moins de 18 ans	18 ans ou plus
Saisie d'appareils électroniques, amendes, dossiers LSJPA, etc	Saisie d'appareils électroniques, emprisonnement, casier judiciaire, inscription au registre des délinquants sexuels, etc



## La permanence numérique: ce qui est en ligne reste en ligne

Tout contenu partagé peut rester accessible indéfiniment et nuire à la réputation, aux relations ou à l'avenir professionnel de la personne concernée. Les gestes posés en ligne sont parfois impulsifs, mais leurs effets peuvent être durables. Il est crucial de sensibiliser les jeunes à ces réalités.

## Stratégies pour une meilleure sécurité en ligne

- Vérifier que les paramètres de confidentialité de chaque application sont activés
- Utiliser des applications sécurisées et chiffrées de bout en bout

## Comment intervenir?

Afin de bien soutenir et accompagner les jeunes dans l'univers de la cybersexualité, certaines postures d'intervention sont à recommander pour faciliter la création d'un climat de confiance:

- Être curieux.se et poser des questions sans jugement sur les pratiques numériques des jeunes
- Créer des espaces de discussion sur le sujet
- Reconnaître l'expertise et la réalité des jeunes dans l'univers numérique
- Intégrer les enjeux de la permanence numérique à toute activité tournant autour de la sexualité et des relations intimes
- Présenter des cas réels, sans moraliser
- Reconnaître que les expériences vécues en ligne peuvent être tout aussi significatives ou bouleversantes que celles vécues hors ligne
- Faire preuve d'humilité et référer vers les ressources spécialisées au besoin

**Le numérique fait partie de la réalité des jeunes: écoutons-les, accompagnons-les**