

**Mary Sharpe, directrice générale, et Darryl Mead, président de la Reward Foundation, Édimbourg, Écosse.**

### **Une question de santé publique?**

Après des recherches poussées, la Reward Foundation conclut que la grande disponibilité de la pornographie sur Internet et sa facilité d'accès sont directement liées à l'augmentation des troubles de santé mentale chez les adolescents, des problèmes de santé physique comme la dysfonction sexuelle chez les hommes de moins de quarante ans et des dépendances comportementales attribuables à la pornographie en général. Cela constitue un problème de santé publique. L'augmentation sans précédent des crimes sexuels, particulièrement les agressions sexuelles entre enfants et la possession d'images dépeignant de la violence envers les enfants, est causée en partie par la dépendance à la pornographie. Ce fléau rend la société moins sûre et contribue dans l'ensemble à davantage de séparations chez les couples.

Mind Geek, le propriétaire de Pornhub, le plus important distributeur de ce genre de matériel au monde, est établi au Canada. Le Royaume-Uni représente le deuxième marché en importance de Pornhub. Notre analyse, qui sera bientôt publiée, montre qu'à l'heure actuelle, Pornhub diffuse quelque 7 millions de séquences vidéo pornographiques chaque jour au Royaume-Uni, un pays qui compte 64 millions d'habitants. Ce qui se passe au Canada se répercute donc au Royaume-Uni et ailleurs dans le monde.

Le fait que la diffusion en continu sur Internet soit facilement accessible, surtout aux enfants et aux adolescents, simplifie le visionnement d'images pornographiques en tout genre (Mead 2016). Auparavant, les utilisateurs de documents imprimés ou de DVD devaient investir beaucoup de temps, de ressources et d'efforts pour se procurer ce matériel. S'ils souhaitaient en acquérir une grande quantité, ils devaient souvent se rendre chez les distributeurs dans les grandes villes et investir des sommes importantes. Au début, les documents imprimés peuvent représenter un stimulus sexuel efficace, mais la personne s'en lasse rapidement. Avec Internet, ces limites n'existent plus : le matériel est disponible gratuitement, il est facilement accessible partout où il y a une connexion rapide et les nouveautés sont illimitées.

### **Les méfaits de la pornographie sur les gens, particulièrement sur les adolescents**

En quelques clics, les clients ont instantanément accès à des vidéos pornographiques montrant des scènes en tout genre répondant à tous les goûts. Les méfaits sur la vie sociale, la santé et l'apprentissage ont été analysés dans différentes études comme celles menées par Owens (2012), Peter (2016) et Lim (2016).

La pornographie sur Internet est devenue la source d'éducation sexuelle par défaut. Si elle peut libérer quelqu'un de ses inhibitions, elle peut aussi mener à des comportements à risque. Les modèles sexuels que propose la pornographie ne tiennent habituellement pas compte de la santé; ils présentent des relations sexuelles sans condom et avec des partenaires multiples. Les attributs physiques des acteurs sont souvent amplifiés et les protagonistes exagèrent leurs comportements. Des données établissent une corrélation entre l'augmentation de la pratique du coït anal chez les hétérosexuels et la représentation fréquente de ce comportement dans la pornographie populaire. Les cliniques de santé sexuelle indiquent une augmentation des lésions découlant de cette pratique, surtout chez les jeunes femmes.

Une longue liste de méfaits est à l'étude, par exemple l'isolement social, la dépression, la léthargie, la reproduction de comportements violents et coercitifs, les troubles érectiles et la perte d'intérêt envers un partenaire réel. Il existe un lien entre la consommation précoce de pornographie sur Internet, les

premiers rapports sexuels à un âge précoce et un large éventail d'indicateurs de comportements antisociaux (Pullman et Seto 2012; Ma et Shek 2013; Mattebo 2014, Kastbom et coll. 2015; Pratt et Fernandes 2015; Rothman et coll. 2015; Walker et coll. 2015).

Le libre accès à la pornographie sur Internet peut faire en sorte qu'une personne vierge consomme de telles images pendant des années avant de s'engager dans une relation sexuelle avec un partenaire. Pour certains, la pornographie peut devenir un substitut aux relations sexuelles avec une autre personne. Par l'entremise d'un conditionnement sexuel inconscient, la pornographie peut également faciliter le développement d'un intérêt pour le voyeurisme et le fétichisme et ainsi entraîner une escalade vers différents genres, qui pourraient comprendre la pornographie juvénile. L'escalade peut être en partie attribuable au besoin de se sentir excité sur le plan sexuel lorsque les troubles érectiles découlant de la pornographie s'installent (Wilson et Jack 2014). Ces troubles sont le résultat de la désensibilisation, l'une des particularités de la dépendance. La forte consommation peut en outre engendrer une confusion par rapport à l'orientation sexuelle : le consommateur blasé passe à un autre genre de pornographie, qui ne cadre pas avec son orientation naturelle. Par exemple, un hétérosexuel regarde de la pornographie homosexuelle pour s'exciter, et vice versa (Downing et coll. 2016).

À la fin de 2015, la toute première méta-analyse (une étude combinant les résultats de différentes études pour obtenir un plus vaste échantillon) des méfaits de la pornographie comme facteur déterminant en matière d'agression sexuelle a été publiée. Elle ne portait que sur les répercussions sur la population générale et non sur les enfants. Il n'existe aucune recherche semblable sur les moins de 18 ans. Selon cette méta-analyse :

« Les analyses transversales et longitudinales montrent que les agressions sexuelles aux États-Unis et dans le monde, tant chez les hommes que chez les femmes, sont associées à la consommation. Cette association est plus marquée en ce qui concerne les agressions sexuelles verbales que physiques, bien que les résultats relatifs aux deux types soient importants. Le profil des résultats donne à penser que la violence du contenu est un facteur aggravant. »

[TRADUCTION] (Wright et coll. 2015)

Le plus récent sujet de préoccupation concerne le potentiel addictif de la pornographie sur Internet chez les grands consommateurs (Wilson et Jack 2014). Selon une étude portant sur la dépendance à Internet (Love et coll. 2015), la consommation compulsive de pornographie correspond à la définition d'un comportement addictif tel que l'entend l'American Society of Addiction Medicine. Des recherches de l'Université de Cambridge (Voon et coll. 2014) indiquent que la consommation compulsive de pornographie sur Internet entraîne les mêmes modifications cérébrales que celles observées chez les personnes dépendantes à la cocaïne et chez les alcooliques. La consommation de pornographique est peut-être gratuite, mais elle n'est pas sans risques.

### **Les répercussions qu'entraîne la facilité d'accès sur les délinquants sexuels**

Un autre aspect de l'accès illimité à la pornographie en ligne dont il faut tenir compte à l'échelle de la société, ce sont ses effets continus et potentiellement néfastes sur certains délinquants sexuels et la menace à la sûreté que représente leur appartenance à la société civile. La majorité des délinquants sexuels présents dans Internet :

« [...] reconnaissent le processus de désensibilisation et un puissant processus addictif dans leurs comportements en tant qu'internautes [...] La prolifération de la pornographie dans Internet permet aux délinquants de personnaliser leurs recherches et de les diriger vers des scènes indécentes, déviantes et troublantes. Dans ce monde, le flux et la dépendance s'unissent

d'une tout autre manière que celle habituellement observée dans les infractions d'ordre sexuel du monde réel. Cette situation peut grandement entraver le traitement des délinquants. Certains auteurs sont d'avis que si on ne reconnaît pas ce problème et qu'on ne le règle pas, il est fort probable que les délinquants récidivent. » [TRADUCTION] (Davies, Sharpe et Wilcox, 2017 : 124)

Ce qu'il faut comprendre, c'est que les hommes qui consomment de la pornographie juvénile doivent passer à un genre toujours plus dur pour obtenir leur « dose ». À l'instar du toxicomane qui a besoin d'une dose de plus en plus importante pour maintenir la même sensation d'euphorie, la personne dépendante à la pornographie a besoin de nouvelles images, toujours plus choquantes, pour s'exciter sexuellement puisque son cerveau se désensibilise au fur et à mesure que la dépendance s'accroît. Parallèlement, le lobe frontal, qui aide à inhiber les comportements à risque, cesse temporairement de fonctionner et d'envoyer des signaux. Ainsi, la personne dépendante perd la capacité de se rendre compte à quel point elle commet une illégalité dès qu'elle commence à s'aventurer dans la pornographie juvénile.

### **La compréhension de la neuroscience et les stratégies de prévention efficaces**

Mary Sharpe s'est concentrée sur les stratégies de prévention pour éviter les problèmes de santé découlant de la consommation de pornographie en décourageant cette dernière dès le départ. Ces stratégies s'articulent autour de différentes interventions éducatives à la maison et à l'école (Sharpe 2016).

Toute méthode éducative adoptée dans un cadre juridique doit d'abord permettre aux citoyens de mieux comprendre la façon dont fonctionne le cerveau pour qu'il y ait une base commune grâce à laquelle envisager les méfaits de la consommation en ligne de matériel violent, dégradant et explicite, quel que soit le groupe d'âge, le sexe, l'orientation sexuelle ou l'ethnie. L'utilisation d'un modèle axé sur le cerveau a le pouvoir de lever les barrières religieuses, morales et sociales qui pourraient s'avérer litigieuses, et permet de s'attaquer aux méfaits sans culpabilité ni honte.

Le système de récompense est la partie du cerveau où se créent les dépendances, que ce soit à des substances ou à des comportements. Ce sont les adolescents qui y sont le plus vulnérables en raison du stade de développement de leur cerveau. C'est aussi le système de récompense qui nous permet de tisser des liens avec les autres, de faire preuve de compassion et de tomber amoureux. C'est là où se produisent les lésions dans le processus menant à la dépendance. C'est aussi à l'adolescence que la plupart des maladies mentales commencent à se développer, entraînant de graves conséquences. Songeons à la perte de productivité ou au manque de ressources en soins de santé à l'âge adulte par exemple. Les jeunes aiment mieux apprendre de quoi relève la science derrière ces enjeux que simplement se faire dire de ne pas faire ceci ou cela.

La Reward Foundation fait des présentations dans les écoles (jusqu'à maintenant, auprès de jeunes de 14 à 18 ans) sur la vulnérabilité du cerveau des adolescents face aux méfaits de la pornographie qu'on trouve sur Internet. Nous insistons sur la façon dont l'évolution a préparé le cerveau pour qu'à ce stade, il recherche les expériences sexuelles et qu'il se conditionne à mesure que le modèle d'excitation sexuelle se développe en fonction des expériences. Le contenu pornographique hyper stimulant qui se démarque principalement par des actes violents, agressifs et coercitifs à l'endroit des femmes n'est pas la meilleure source d'excitation sexuelle pour qui que ce soit, à plus forte raison pour un adolescent inexpérimenté. Nous favorisons des stratégies de rétablissement et nous mettons l'accent sur la neuroplasticité, c'est-à-dire la capacité du cerveau à recouvrer sa sensibilité et à guérir.

## **Gestion du risque**

La pierre angulaire de la gestion du risque, c'est le principe de prudence. Là où le risque n'a pas encore été établi, c'est à ceux qui posent le geste potentiellement néfaste qu'il incombe de prouver l'absence de danger. La consommation de pornographie chez les adolescents tombe dans cette catégorie, d'où la nécessité de faire preuve de prudence pour ainsi éviter toute possibilité de risque jusqu'à ce que les chercheurs puissent prouver, le cas échéant, que la pornographie sur Internet est sans danger ou ne représente qu'un faible risque acceptable. Or, à l'heure actuelle, toutes les recherches montrent le contraire, c'est-à-dire les effets néfastes sur la santé des consommateurs, surtout les jeunes (Mead 2016).

## **Stratégies de prévention**

L'un des programmes proposés pour atténuer les méfaits du matériel en ligne serait l'adoption d'une loi fédérale obligeant l'affichage automatique d'une brève mise en garde s'adressant à tous ceux qui ouvrent une session dans un site pornographique commercial depuis une adresse IP canadienne. Ce pourrait être un moyen efficace et relativement peu coûteux de prendre en compte les effets de la consommation de matériel sexuellement explicite en ligne sur la santé.

### *Le mécanisme*

Aujourd'hui, la technologie permettant de faire passer ce qui est essentiellement une annonce au début d'une vidéo est déjà éprouvée et n'implique que des coûts minimes. YouTube, Vimeo et les autres sites de lecture en continu l'utilisent continuellement. La mise en garde spécifique à une séance donnée pourrait être déterminée au hasard à partir d'une banque de messages possibles. Les mises en garde touchant la santé pourraient porter sur un vaste éventail d'enjeux, par exemple :

- demander au spectateur s'il a l'impression de regarder trop de pornographie sur Internet
- donner le nom d'organismes offrant des services de counseling si le consommateur se pose des questions
- offrir de l'aide au rétablissement
- donner des liens vers des recherches sur les méfaits de la pornographie
- afficher des avertissements pour éviter l'escalade vers le matériel illicite, comme le matériel lié à l'exploitation sexuelle des enfants.

Les mises en garde visant à prévenir des dangers de la pornographie pourraient être affichées par les sites pornographiques eux-mêmes ou par les FAI par qui passe le contenu avant de se rendre aux consommateurs à partir de l'adresse IP des sites pornographiques couramment fréquentés. Le Canada pourrait faire figure de chef de file en participant à la création de normes internationales dans ce domaine.

## **Recommandations**

1. Créer une campagne de sensibilisation à la santé publique sur la façon dont le système de récompense du cerveau crée les dépendances, surtout en ce qui concerne la pornographie sur Internet. Appuyer cette campagne en diffusant les connaissances sur les comportements compulsifs dans les cours d'éducation sexuelle à l'école.
2. Le gouvernement du Canada devrait envisager le financement de recherches visant à déterminer quelles sont les conséquences de la consommation de pornographie en ligne sur la santé.

3. La loi devrait pouvoir obliger les fournisseurs de pornographie commerciale à fournir des mises en garde aux consommateurs au début des séances de visionnement.

### **La Reward Foundation**

La Reward Foundation – Our Brain on Love and Sex [EN ANGLAIS SEULEMENT] est un organisme de bienfaisance, constitué en personne morale, ayant été fondé en Écosse, le 23 juin 2014. Nous avons pour objectifs de faire avancer l'éducation en sensibilisant le public aux circuits cérébraux associés à la récompense et à la façon dont le cerveau interagit avec l'environnement; d'améliorer la santé en aidant le public à mieux comprendre comment développer sa résilience face au stress. Nous enseignons et nous militons en faveur de la prévention des méfaits de la surconsommation de pornographie en ligne. Notre site Web ([www.rewardfoundation.org](http://www.rewardfoundation.org), [EN ANGLAIS SEULEMENT]) présente un guide à l'intention du non initié portant sur les répercussions de la consommation de pornographie d'un point de vue juridique, sanitaire, pédagogique et relationnel, il traite plus particulièrement de la prévention des méfaits et des stratégies de rétablissement. Notre public cible est formé d'enseignants, de professionnels de la santé et de la justice pénale, de parents et toute personne souhaitant comprendre comment la pornographie sur Internet est susceptible d'affecter notre comportement.

### **Sources**

Davies, S., Sharpe, M., et Wilcox, D. T. « The Internet Flow Model and Sexual Offending ». Dans Wilcox, D. T., M. L., Donathy, R. Gray, et Baim, C. (dir.), *Working with Sex Offenders: A Guide for Practitioners* (2017), Routledge, Abingdon, Royaume-Uni.

Downing, M. J., E. W. Schrimshaw, R. Scheinmann et coll. « Sexually Explicit Media Use by Sexual Identity: A Comparative Analysis of Gay, Bisexual, and Heterosexual Men in the United States », *Arch Sex Behav*, 2016, p. 1 à 14, DOI :10.1007/s10508-016-0837-9.

Kastbom, A. A.; G. Sydsjö; M. Bladh; G. Priebe; C.G Svedin. « Sexual debut before the age of 14 leads to poorer psychosocial health and risky behaviour in later life », *Acta Paediatrica, International Journal of Paediatrics*, vol. 104, 2015, p. 91-100.

LIM, M.S.C., E.R Carrotte, et M. E. Hellard. « The impact of pornography on gender-based violence, sexual health and well-being: what do we know? », *J Epidemiol Community Health*; vol. 70, n° 3, 2016, p. 5.

Love, T.; C. Laier; M. Brand; L. Hatch et R. Hajela. « Neuroscience of internet pornography addiction: A review and update », *Behav Sci (Basel)*, vol. 5, 2015, p. 388-433.

MA, C. M. S. et D. T. L. Shek. « Consumption of pornographic materials in early adolescents in Hong Kong », *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, vol. 26, 2013, S18-S25.

Mattebo, M. *Use of pornography and its associations with sexual experiences, lifestyles and health among adolescents*, Digital Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations, Uppsala University, Uppsala, 2014.

Mead, D. The Risks Young People Face As Porn Consumers. In Dinç, M., Olaş, A. Z., Oymacı, H. Kalkan, K. N. et Deniz, R. (dir.). *The final book of the international congress of technology addiction*, (p. 79-92), 2016. Tiré du site [http://technologyaddiction.org/wp-content/uploads/2017/02/teknoloji\\_sempozyum\\_bildiriler\\_kitabi\\_2016.pdf](http://technologyaddiction.org/wp-content/uploads/2017/02/teknoloji_sempozyum_bildiriler_kitabi_2016.pdf) [EN ANGLAIS SEULEMENT].

Owens, E. W.; R. Behun; J. C. Manning, et R. C Reid. The impact of internet pornography on adolescents: A review of the research. *Sexual Addiction and Compulsivity*, vol. 19, 2012, p. 99-122.

Peter, J. et P. M. Valkenburg. « Adolescents and Pornography: A Review of 20 Years of Research », *The Journal of Sex Research*, vol. 53, n<sup>os</sup> 4-5, 2016.

Pratt, R. et C. Fernandes. « How pornography may distort risk assessment of children and adolescents who sexually harm », *Children Australia*, vol. 40, 2015, p. 232-241.

Pullman L. E., et .M. C Seto. *Distinguishing adolescent sexually offenders by criminal trajectory. Presented at the 31st Annual Conference of the Association for the Treatment of Sexual Abusers*, Denver, Colorado, 2012. Tiré du site <http://www.atsa.com/pdfs/Conf2012/F-10.pdf> [EN ANGLAIS SEULEMENT].

Rothman, E. F.; C. Kaczmarzky; N. Burke; E. Jansen; A. Baughman. « "Without porn...I wouldn't know half the things I know now" : A qualitative study of pornography use among a sample of urban, low-income, black and hispanic youth », *Journal of Sex Research*, vol. 52, 2015, p. 736-746.

Sharpe, M. Strategies to Prevent Internet Pornography Addiction, dans Dinç, M., A. Z Olaş, H. Oymacı, K. N. Kalkan et R. Deniz (dir.). *The final book of the international congress of technology addiction*, p. 105-116, 2016. Tiré du site [http://technologyaddiction.org/wp-content/uploads/2017/02/teknoloji\\_sempozyum\\_bildiriler\\_kitabi\\_2016.pdf](http://technologyaddiction.org/wp-content/uploads/2017/02/teknoloji_sempozyum_bildiriler_kitabi_2016.pdf) [EN ANGLAIS SEULEMENT].

Voon, V.; T. B. Mole; P. Banca; L. Porter; L. Morris; S. Mitchell; T. R. Lapa; J. Karr; N. A. Harrison; M. N. Potenza et coll. « Neural correlates of sexual cue reactivity in individuals with and without compulsive sexual behaviours », *PloS one*, vol. 9, 2014.

Walker, S.; M. Temple-Smith; P. Higgs et L. Sanci. « 'It's always just there in your face' : Young people's views on porn », *Sex Health*, vol. 12, 2015, p. 200-206.

Wilson, G. et A. Jack. *Your brain on porn: Internet pornography and the emerging science of addiction*. Margate, Commonwealth Publishing, 2014.

Wright, P. J., R. S. Tokunaga et A. Kraus. « A Meta-Analysis of Pornography Consumption and Actual Acts of Sexual Aggression in General Population Studies », *Journal of Communication*, vol. 66, n<sup>o</sup> 1, 2015, p. 183-205. Cet article a d'abord été publié en ligne : 29 décembre 2015, DOI : 10.1111/jcom.12201.