

**UN LIVRET À DESTINATION  
DES PARENTS  
ET DES PROFESSIONNELLS**



**Isabelle Fillozat  
Margot Fried-Fillozat**

# *Sexpérience*

Les réponses aux questions  
des ados





## Questions d'ados

« Il va me quitter si je ne couche pas avec lui, mais je ne me sens pas prête. Que faire ? Comment savoir si je suis prête ? »

« À quel âge faut-il faire sa première fois ? »

« Peut-on vraiment tomber enceinte la première fois ? »

« Pourquoi mon copain aime-t-il tellement le sexe alors que moi, ça me fait mal ? »

« La sodomie, c'est courant ? »

« À partir de quel diamètre peut-on réussir à défoncer le vagin d'une fille ? »

« J'ai peur de tout ce que je vais devoir lui faire... »

QUESTIONS D'ÉLÈVES ÂGÉS DE 13 À 16 ANS, POSÉES ANONYMEMENT  
PAR ÉCRIT À MARGOT AVANT SES INTERVENTIONS.

# Ils ont besoin de réponses...

Le sujet de la sexualité des ados est délicat, qu'on soit parent, prof, infirmière... Nous, les adultes, ne savons pas toujours comment l'aborder. Que dire, comment le dire ? Qu'est-ce que les ados ont besoin de savoir ? Le sujet est vaste et les ressources souvent insuffisantes.

*Sexpérience* répond aux questions que les ados se posent, et à celles qu'ils devraient se poser. Le livre aborde sans tabous ni ambages les aspects fondamentaux de la relation à l'autre et à son propre corps.

**Il est nécessaire et urgent de fournir aux jeunes des ressources pratiques et utiles dès qu'ils sont en âge d'avoir leurs premiers rapports.**



# ... et surtout de savoir « comment faire »

**POUR :**

• DIRE NON

• SE PROTÉGER

• PARLER À  
SON/SA PARTENAIRE

• GÉRER LA FRUSTRATION  
ET SAVOIR S'ARRÊTER...

Les comportements à risques émergent lorsque les ados n'ont pas la pleine maîtrise de la situation. Quand il se laisse embarquer par la pression du groupe, quand elle cède sous l'insistance de son copain...



**Sexpérience propose aux ados des stratégies  
concrètes pour les aider à naviguer dans ces moments  
difficiles à gérer.**

# Pornographie : une situation préoccupante

Avant même leur premier baiser, leur première histoire d'amour, nombre d'ados ont déjà en tête des images de la sexualité bien loin des contes de fées. Les scènes sont violentes, dégradantes, et la tendresse, le respect et le plaisir y sont inexistantes.



• À 12 ans, près d'un ado sur trois a déjà vu une vidéo pornographique.

• Un adolescent sur dix a vu son premier film X avant 11 ans.

Les informations sur la vraie sexualité manquant cruellement, les jeunes, livrés à eux-mêmes, vont chercher des réponses à leurs questions sur internet. Leur curiosité est naturelle. Les réponses qu'ils trouvent ne le sont pas.

**Ils sont 22 % à avoir tenté au moins une fois de reproduire une pratique ou une scène vues dans un film pornographique.**

# À partir de 13 ans

Lire *Sexpérience* ne veut pas dire qu'on a déjà des rapports sexuels, ni qu'on en aura bientôt. Mais pourquoi attendre d'être face à une situation pour y réfléchir et s'informer ? Ce livre, outil de prévention, fournit aux jeunes les informations dont ils ont besoin afin que leurs débuts amoureux se passent dans les meilleures conditions, en y étant prêts et préparés.

À 13 ans, ils sont déjà nombreux à savoir ce que signifient les expressions « éjac' faciale », « tournante » ou « sodomie »... Il n'est pas trop tôt pour contrebalancer cette « culture » avec des informations imprégnées de valeurs humaines et de respect pour l'autre, de tendresse et d'amour.

*Sexpérience* s'adresse aux filles...  
tout autant qu'aux garçons.



**Le livre que nous aurions tous voulu lire  
quand nous étions ados.**

# Notre responsabilité d'adultes

Bien intentionnés, voulant protéger nos ados, nous pouvons être tentés de leur faire la morale. Seulement, la morale ne fait pas le poids face aux normes sociales, aux images visibles sur internet ou à la pression des pairs. En tant qu'adultes, il est de notre responsabilité d'aider les jeunes à développer leurs compétences émotionnelles et sociales, de les informer et de les faire réfléchir sur la sexualité et ses enjeux.



• UNE CHOSE EST SÛRE :  
LE SUJET EST INCONTOURNABLE.

**La médiation d'un livre est particulièrement utile pour ce sujet parfois difficile à aborder entre parent et enfant ou entre équipe éducative et élève.**

On laisse traîner *Sexpérience* sur la table du salon pour que l'ado s'en empare, on l'offre directement si la relation le permet, on l'utilise comme support pédagogique.

# UN OUTIL DE PRÉVENTION POUR TOUS LES ADOS ET LES JEUNES ADULTES

Marre des images trash du porno ? Besoin d'infos fiables ? C'est ici ! Un livre qui parle de la vraie sexualité, celle où l'on s'épanouit dans la tendresse et le respect de l'autre.

Isabelle Filliozat et Margot Fried-Filliozat, mère et fille, ont uni leurs talents pour apporter aux jeunes les connaissances, valeurs humaines et compétences émotionnelles et sociales fondamentales sur ce sujet si sensible.

Corps, amour, communication, désir, orientation sexuelle, première fois, consentement, plaisir, porno, viol... : sans ambages, avec clarté et simplicité, *Sexpérience* aborde tous les sujets de la sexualité des jeunes et de la relation à l'autre.

## DATE DE PUBLICATION

12 septembre 2019

Robert Laffont, collection « Réponses »

## CONTACTS

Presse :

Marie-Laure Defretin : 01.53.67.14.51

Marie-laure.defretin@robert-laffont.com

Commercial :

Laetitia Beauvillain : 01.53.67.14.19

Laetitia.beauvillain@robert-laffont.com

Signatures et salons :

Alix de Cazotte : 01.53.67.14.73

Alix.de-cazotte@robert-laffont.com

ISABELLE FILLIOZAT  
MARGOT FRIED-FILLIOZAT

Psychothérapeute, Isabelle Filliozat a écrit plus de trente ouvrages sur les émotions, les relations et la parentalité. Elle est l'auteure n°1 en France en matière d'éducation.

Margot Fried-Filliozat est coach en relations intimes et sexuelles. Elle intervient dans les collèges et lycées en éducation sexuelle et affective et sur les questions du vivre-ensemble.

**À partir de 13 ans**

**ATTENTION, certaines images peuvent heurter  
la sensibilité des plus jeunes  
ainsi que des personnes non averties.**

Illustrations d'Audrey Malfione