



15 min de
lecture

CONSTRUIRE LA SÉCURITÉ ÉMOTIONNELLE RELATIONNELLE ET CORPORELLE DE SON ENFANT



Dans cet e-book vous découvrirez les notions fondamentales à la compréhension de la sexualité infantile.

Vous pourrez enfin commencer à enseigner la protection à votre enfant de manière ludique !



Audrey Daoui

Consultante et formatrice en prévention des violences sexuelles infantiles et en éducation sexuelle adéquate et ludique.

Trop de vies sont brisées et d'enfances volées à cause du "vide au niveau de l'éducation sexuelle" disait Samira Belil. Aujourd'hui tout le monde peut combler ce vide grâce à la connaissance et la formation, pour le bonheur des enfants.

Il n'y a pas que la peur qui doit guider à offrir une éducation corporelle saine et adéquate, mais aussi la volonté d'offrir à son enfant toutes les clés pour grandir et se développer sainement en respectant les étapes de son développement psychosexuel.

Je suis formée en éducation sexuelle selon la méthode et pédagogie de la psychologue de renommée internationale Leiliane Rocha, par Joana Romba.

J'ai acquis des connaissances approfondies en psychotraumatismes, psychopathologie des maltraitances et violences intrafamiliales auprès des DR Luis Alvarez et Flavia Rémo.

Je continue à me former continuellement sur ces sujets.

Il y a urgence d'agir auprès des enfants, mais pas n'importe comment !
Ma mission est d'aider les parents à savoir protéger leurs enfants de manière adéquate, ludique et efficace.

SOMMAIRE

1. INTRODUCTION
2. LA VIOLENCE SEXUELLE
3. LA SEXUALITÉ
4. APPRENDRE PAR LE JEU : 3 ACTIVITÉS
5. PROTÉGER LES ENFANTS

*“L'ÉDUCATION EST L'ARME LA PLUS PUISSANTE
QUE L'ON AIT À DISPOSITION POUR CHANGER
LE MONDE”.*

NELSON MANDELA



1 INTRODUCTION

Plus de **160 000** enfants/an sont victimes de violences sexuelle.(VS)

Toutes les **3** minutes, 1 enfant est victime d'inceste, de viol ou d'agression sexuelle en France.

Ce sont **3 à 5 enfants par classe**.

1 enfant sur **5** en Europe.

Les VS commises par des mineurs représentent près de **1** affaire sur **2** dans les cas de viols ou d'agressions sexuelles sur **des jeunes victimes**.

Les enfants en situation de handicap ont **3 fois plus** de risque d'être victimes de violences sexuelles.

1 victime d'inceste sur **4** avait **moins de 5 ans** au moment des faits.

Dans **81%** des cas, l'agresseur est un membre de la famille.

Dans un peu plus d'**1 cas sur 10 (11%)**, les violences sexuelles sont commises dans un cadre institutionnel par un adulte, le plus souvent.

8% des violences sexuelles sont commises par un inconnu, dans l'espace public (rue, transports en commun, etc).

Dans la majorité des cas, l'agresseur est un homme (97%). Le plus souvent, les agresseurs sont les pères (27%), les frères (19%), les oncles (13%), les amis des parents (8%) ou les voisins de la famille (5%).

Une plainte n'est déposée que dans **19%** des cas de violences sexuelles et **12%** dans les cas d'inceste.

3% des viols et agressions sexuelles sur des enfants font l'objet d'une condamnation des agresseurs et **1%** dans les cas d'inceste.



2 LA VIOLENCE SEXUELLE

Un adulte ou un adolescent mêle un enfant dans une activité sexuelle, forcée ou non (manipulation, séduction), dans le but d'obtenir du plaisir sexuel. Mais l'agresseur ne le fait pas toujours à cette fin.

Il y a toujours une relation de pouvoir inégal (âge, capacités, différence notable physique, psychologique et émotionnelle entre les deux personnes).

Il existe plusieurs types de violences sexuelles infantile.

L'**inceste** représente plus de 80% des cas (tous les membres de la famille sont concernés).

La violence sexuelle peut être **extra familiale** (ami, voisin, médecin, animateur, éducateur, religieux, inconnu).

Elle peut s'exercer **avec** ou **sans contact physique**.

Dans le premier cas, l'agresseur touche physiquement l'enfant (la bouche, les parties intimes, la poitrine, etc.).

La violence sexuelle sans contact physique est très peu connue et quasiment impunie, pourtant elle revêt de multiples formes :

- ✘ Stimuler l'enfant à pratiquer des actes sexuels avec d'autres personnes (adulte ou enfant), peut se faire par téléphone, message ou lors d'une conversation avec l'enfant.
- ✘ L'agresseur peut raconter des histoires érotiques à l'enfant pour le stimuler ou le choquer. Ces histoires vont érotiser précocément l'enfant et créer une excitation chez lui qu'il n'a pas la capacité de gérer à cause de son immaturité cérébrale. Cela le traumatise et a des répercussions à court, moyen et long terme.
- ✘ Faire des remarques à caractères sexuels avec un registre d'adulte, sur le corps de l'enfant.
- ✘ S'exposer nu à l'enfant, lui demander de se mettre nu, l'espionner dans sa douche, aux WC ou lorsqu'il se change, car cela excite l'adulte.
- ✘ Exposer l'enfant à voir ou entendre un acte sexuel.
- ✘ Se masturber devant un enfant et l'inviter à regarder. Le faire visualiser des images pornographiques, séduire l'enfant physiquement ou virtuellement.



2 LA VIOLENCE SEXUELLE

Tout ce qui permet à l'adulte d'assouvir son désir sexuel avec un enfant est une violence qui le traumatise et provoque d'énormes conséquences dans toutes les sphères de sa vie. L'agresseur profite à la fois de la vulnérabilité et de la curiosité naturelle de l'enfant (notamment concernant son corps et sa sexualité) pour arriver à ses fins.

À partir d'environ 2-3 ans, l'enfant développe une curiosité naturelle pour son corps et celui des autres, et pose les premières questions sur les différences anatomiques.

S'il n'obtient pas de réponses auprès de sa figure d'attachement, il ira les chercher ailleurs. Dans la majorité des cas, ce qu'il trouvera sera du contenu inadéquat. Il pourra aussi être renseigné par d'autres enfants, ou un adulte mal intentionné.

D'où l'importance que le parent soit la première source d'information de son enfant et qu'il ait les connaissances et la capacité à répondre à ses questions. Nous avons une grande responsabilité auprès de nos enfants et devons être guidé par la connaissance plutôt que par la peur et l'ignorance. Cependant, en fonction de chaque héritage éducatif et de chaque histoire, le parent peut ne pas se sentir capable (gêne, honte, peur, etc.) de parler de ces sujets. Il est alors tout à fait possible de déléguer cette mission à une personne de confiance.

Le meilleur moyen de protéger les enfants des violences sexuelles est de s'informer et de se former afin de leur offrir une éducation corporelle préventive, adéquate, adaptée à leur âge et qui soit ludique. En devenant la première source d'information de nos enfants, nous évitons qu'un agresseur ou l'industrie de la pornographie le soit à notre place.

Les livres (à lire avant de les présenter à l'enfant) peuvent vous servir de support et d'outil. Néanmoins, la connaissance est primordiale pour apporter les explications adéquates, en fonction de vos valeurs et de vos croyances.

Saisissez des situations du quotidien pour parler du corps et comment s'en occuper, comme le bain par exemple.

On peut expliquer à l'enfant qu'on ne met pas de shampoing dans les yeux car c'est désagréable, ça pique, ça brûle. L'œil étant une partie sensible.

Vous pouvez faire ce petit test : Gonfler les joues et tapoter les avec l'index. Demander si ça fait mal ? Non. Répéter l'opération sur la paupière. Aïe, ça fait mal ! car c'est une partie plus sensible, la peau est fine et l'œil, fragile. De la même manière on sensibilisera l'enfant sur le fait de ne pas se toucher les yeux avec des mains sales.

L'éducation à la sexualité c'est aussi ça ! Elle englobe le corps entier et n'est pas uniquement focalisée sur les parties intimes.

LA SEXUALITÉ...

C'est ce qui fait de nous des êtres vivants.

D'après les experts de la sexualité humaine, la sexualité c'est l'énergie qu'il y a dans l'être humain qui l'amène à chercher du plaisir dans tous les domaines de la vie.

Elle englobe tous les aspects de la vie: physiques, mentaux, spirituels, sociaux, financiers, etc. (jouer, avoir des amis, travailler, avoir des relations sexuelles (sauf les enfants)).

La sexualité est influencée par notre environnement. Tout ce qui nous procure du plaisir ou qui nous déplaît est totalement lié à notre sexualité.



...COMMENCE EN ENFANCE

La sexualité c'est aussi comment je me perçois en tant qu'individu et perçois les autres. Elle façonne notre dimension relationnelle inhérente à l'expression même de la vie sociale et donc notre façon d'agir, d'interagir avec les autres.

Dès la naissance, l'enfant a besoin d'interactions avec son environnement. Elles vont façonner son identité. Il développe ses habiletés sociales et sa façon d'entrer en relation avec les autres. Immature, sa sexualité ne cessera d'évoluer tout au long de sa vie.



NB : tout le monde a une sexualité mais tous ne pratiquent pas l'acte sexuel : ce qui est le cas des enfants et ce qui différencie la sexualité de l'enfant de celle de l'adulte !

4 APPRENDRE PAR LE JEU : 3 ACTIVITÉS

Parler de prévention à l'enfant n'a pas réellement d'impact.

Les informations sont rapidement oubliées et difficilement mises en pratique. Passer par le **jeu** est le moyen le plus efficace pour que l'enfant intègre des informations, car c'est son langage, très sérieux. L'affect, l'amour de son parent est la colle, le ciment de l'apprentissage.

Voilà comment faire de la prévention efficacement.

En offrant du temps d'écoute, d'échange et de connexion avec son enfant, vous allez pouvoir aborder et traiter en profondeur des sujets liés à la sexualité (émotions, comportements, relations aux autres, limites corporelles, consentement, etc.) L'essentiel étant de créer une expérience émotionnelle agréable dans laquelle l'enfant est acteur. Comme le disait Benjamin Franklin "Tu me dis, j'oublie. Tu m'enseignes, je me souviens. Tu m'implique, j'apprends."

Cette méthode consiste donc à jouer, faire des activités, des ateliers dans lesquels l'enfant est acteur pour lui apprendre à se protéger, de manière ludique et légère.

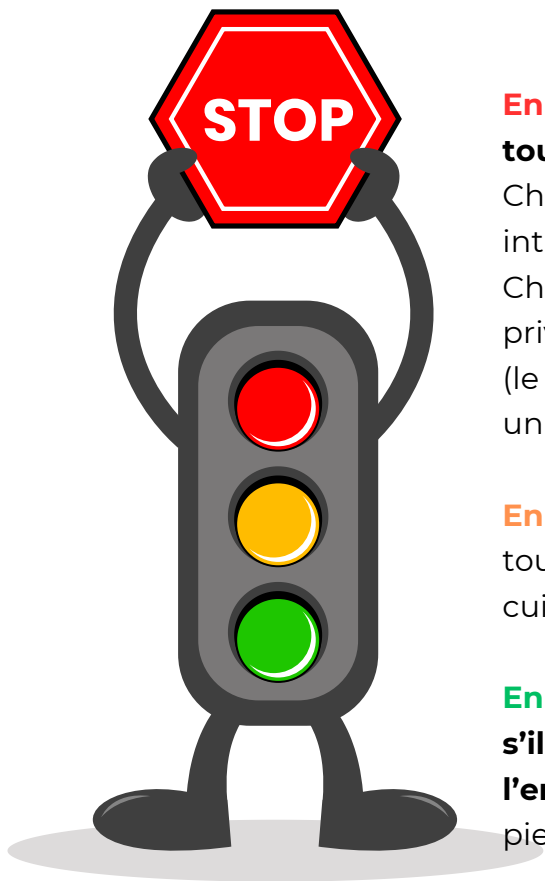
N'hésitez pas à faire preuve de créativité !

ACTIVITÉ 1 : LE FEU TRICOLORE DU TOUCHER

But : Connaître les limites corporelles, le consentement, les notions de privé/intime, le nom des parties du corps

Matériel : Le modèle à imprimer, des gommettes (vert, orange et rouge), un poupon (facultatif).

Déroulement : Positionner les gommettes sur les parties correspondantes du corps, en fonction des couleurs. Expliquer à l'enfant que le corps est précieux, que personne n'a le droit de toucher certaines parties du corps en particulier et que de ce fait, l'enfant lui-même ne peut pas non plus les toucher chez les autres (enfant, adulte). Que si quelqu'un le fait, il doit venir en parler à un adulte de confiance pour être protégé.



En rouge : Il s'agit des parties que **personne ne peut toucher**, et que l'enfant ne peut pas toucher chez les autres. Chez la fille : poitrine (partie intime), vulve - fesses (parties intimes), bouche (partie privée).

Chez le garçon : pénis - fesses (parties intimes), bouche (partie privée).

(le réseau de sécurité aura accès aux parties intimes du bébé uniquement pour soigner et/ou nettoyer).

En orange : Les parties qui doivent alerter lorsqu'elles sont touchées. "**Attention, sois vigilant**" : joues, épaules, ventre, cuisses.

En vert : Les parties qui peuvent être touchées chez les autres **s'ils sont d'accord** et que les autres peuvent toucher **si l'enfant est d'accord** (consentement) : tête, bras, mains, pieds.

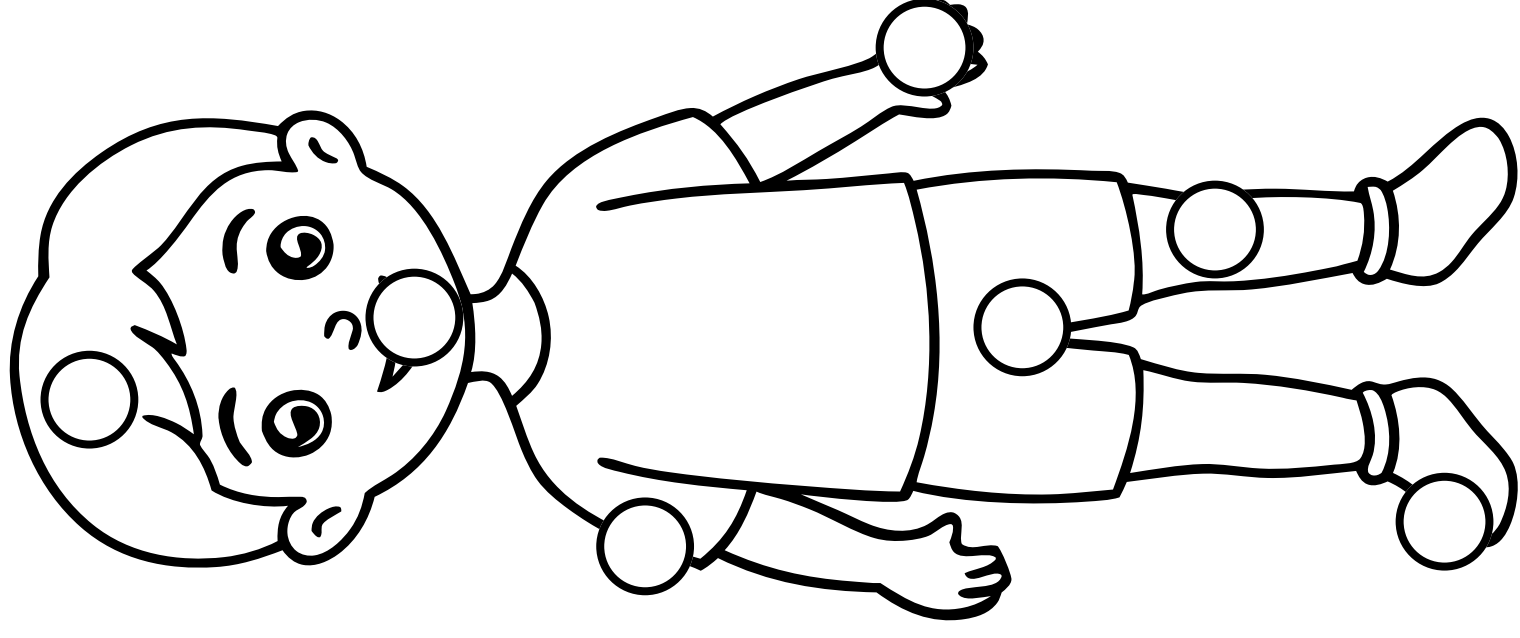
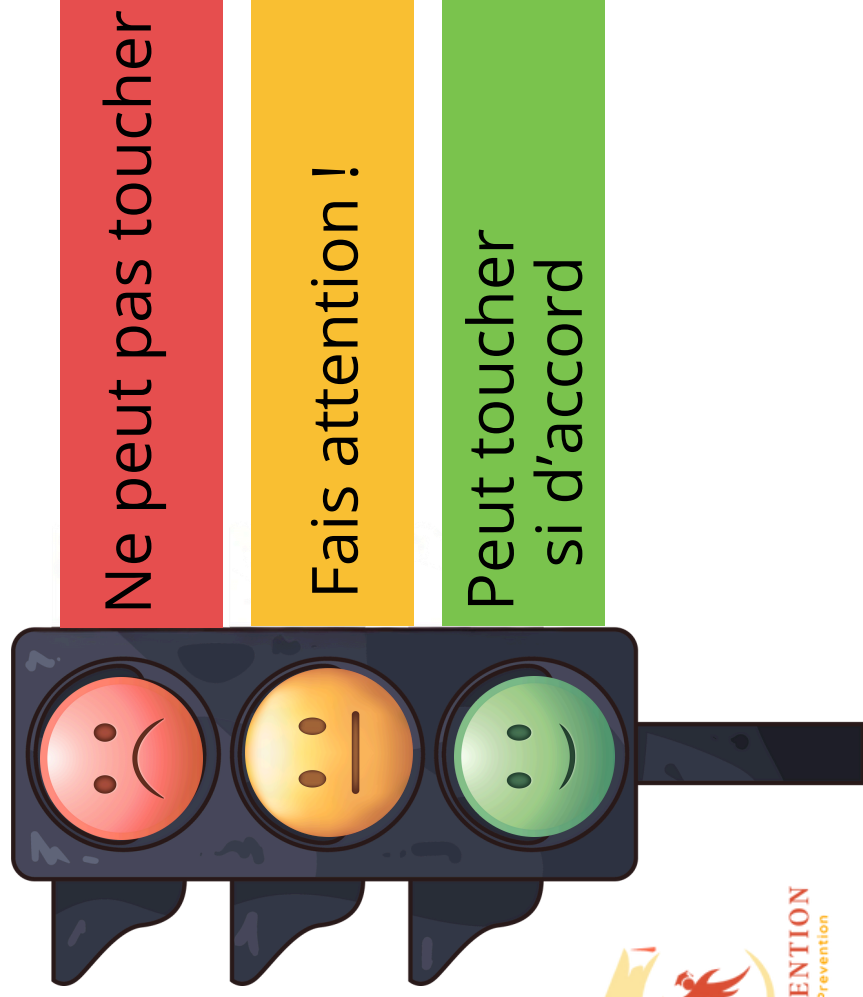
Pour cette activité, n'hésitez pas à nommer les différentes parties du corps de la fille et du garçon. Vous pouvez vous appuyer sur des livres pour les illustrations et des explications. Vous trouverez des suggestions d'ouvrages sur mon compte Instagram.

Si vous utilisez un poupon, vous pouvez alors coller les gommettes une par une sur les différentes parties du corps citées précédemment pour que votre enfant le fasse sur sa feuille en même temps que vous.

Pour les notions de privé/intime n'hésitez pas à utiliser des situations du quotidien pour en parler avec votre enfant (boîte aux lettres, voiture, chambre, salle de bain, etc.)

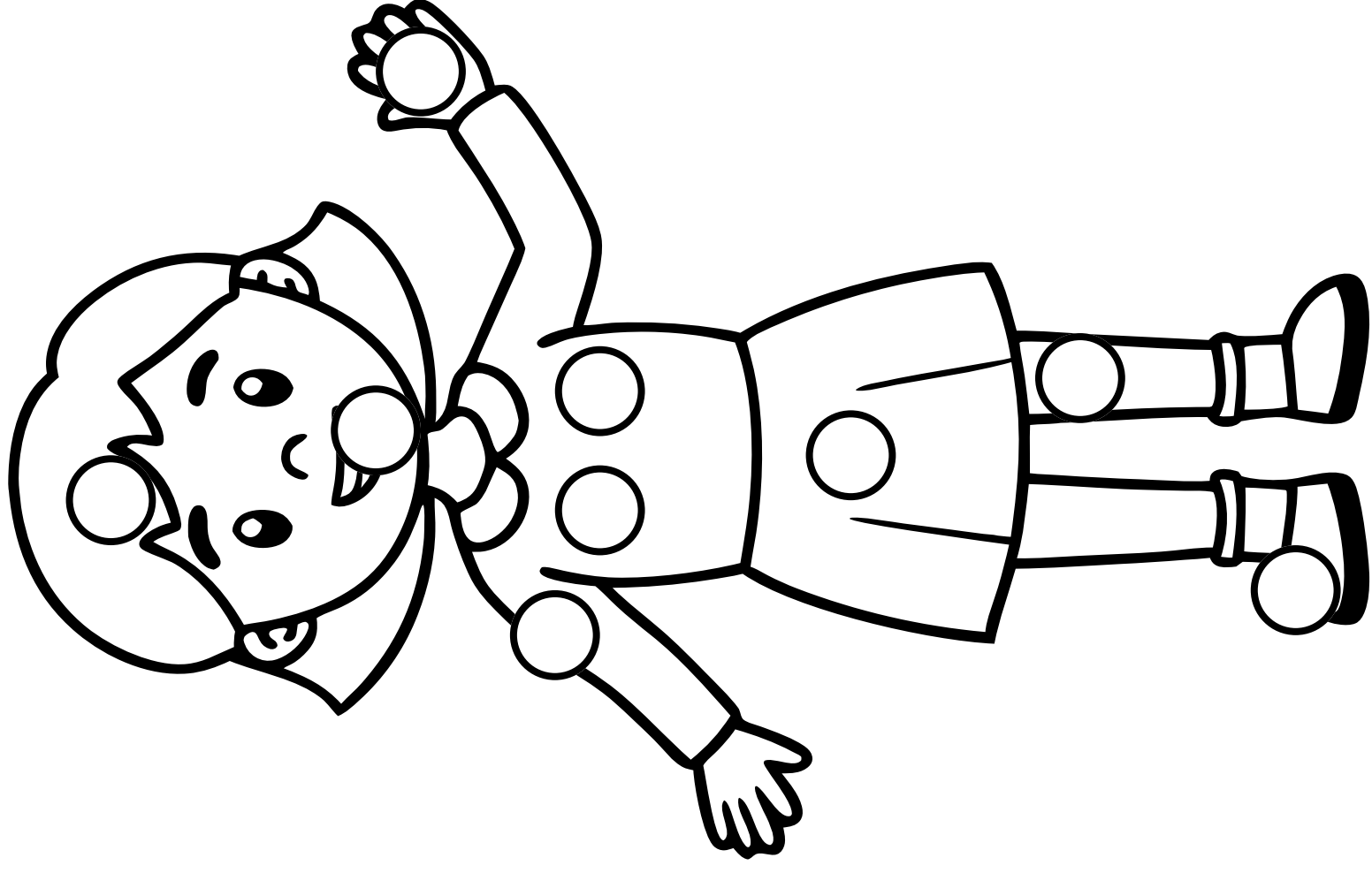
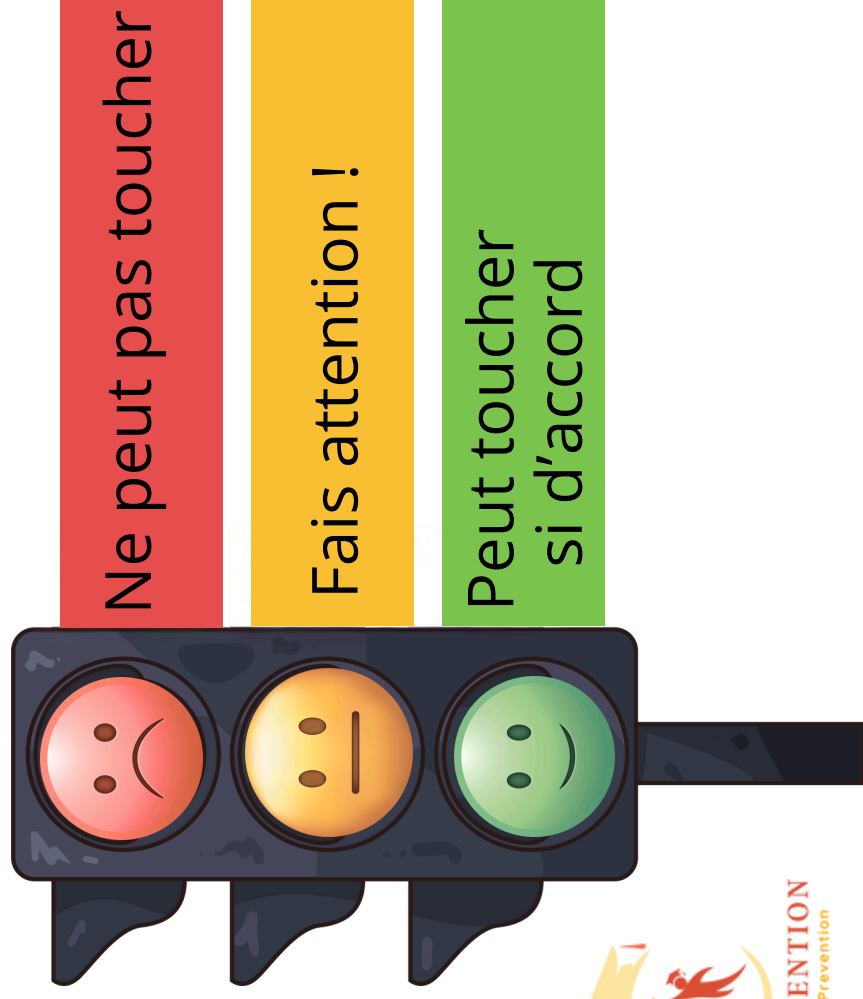
FEU TRICOLORRE DU TOUCHER

Prénom :



FEU TRICOLORRE DU TOUCHER

Prénom :



ACTIVITÉ 2 : LE BON ET LE MAUVAIS SECRET

Entre la manipulation et les menaces, le secret est utilisé par l'agresseur pour faire taire sa victime. En établissant des règles de base saines sur l'identification d'un bon et d'un mauvais secret, et en le pratiquant dans l'éducation de l'enfant, cela le rend moins vulnérable aux armes des agresseurs.

Le bon secret : Dure peu de temps, c'est-à-dire qu'il est gardé avec l'intention de le révéler rapidement ! Comme une surprise d'anniversaire par exemple.

Il rend heureux, met en joie et fait sourire. On est impatient de le révéler.

C'est le seul secret que l'on peut confier à l'enfant.

Tous les autres secrets, même les plus anodins, participent à la culture du silence des victimes.

Le mauvais secret : Quelqu'un demande de ne jamais le raconter et/ou menace pour qu'on ne le raconte pas. Le but étant que personne ne sache rien ni ne le découvre jamais.

Il rend triste, fait peur, inquiète, donne envie de pleurer.

On a mal au coeur, on se sent angoissé, le coeur bat fort, on peut ressentir une boule à la gorge ou à l'estomac.

On peut avoir du mal à se confier par peur de se faire punir, de décevoir, de perdre l'amour de ses parents, de créer des problèmes mais aussi par la peur de la menace et de la récurrence de l'agresseur.

NB : si le secret concerne le corps, c'est toujours un mauvais secret. Même si notre intimité c'est privé, il ne doit pas y avoir de secret à ce sujet.

ACTIVITÉ 2 : LE BON ET LE MAUVAIS SECRET



But : Différencier le bon du mauvais secret, apprendre à révéler un mauvais secret

Matériel : Papier, stylo, ciseaux, deux pots (facultatif)

Déroulement : Écrivez des exemples de bons et de mauvais secrets sur des morceaux de papier. Mélangez les et demandez à votre enfant de les trier et ranger dans le pot correspondant. Vous pouvez aussi réaliser une affiche avec les caractéristiques (citées plus haut) du bon et du mauvais secret.

ACTIVITÉ 2 : LE BON ET LE MAUVAIS SECRET

Voici quelques exemples :

BON SECRET

✂ C'est l'anniversaire de mamie et on va lui faire une surprise. On te demande de ne pas le raconter pour qu'au moment de la fête elle soit très heureuse. (L'enfant ne devra pas être disputé ni culpabilisé s'il raconte la surprise).

✂ Une sortie scolaire est organisée mais le lieu est gardé secret pour faire la surprise aux enfants. Seuls les parents sont au courant. Toi et tous les élèves le découvrirez le jour j.

✂ Certaines femmes enceintes ne veulent pas savoir si c'est une fille ou un garçon. Elles préfèrent attendre la naissance du bébé pour le découvrir. Le secret est gardé par le médecin ou un autre membre de la famille.

MAUVAIS SECRET

✂ Un adulte te donne de l'argent et te demande de ne pas le dire à tes parents.

✂ Un camarade de l'école te fait du mal (il te pousse, t'insulte, te dit des choses qui te rendent triste, te tape) et te dit de ne le raconter à personne.

✂ Un camarade te demande de l'argent ou des affaires et te menace pour ne pas que tu le racontes à tes parents ou au professeur.

✂ Une personne a touché tes parties intimes et te demande de ne jamais le raconter.

✂ Une personne t'a demandé d'enlever ton haut ou ton pantalon et de regarder tes parties intimes ou les siennes et te dit que c'est votre petit secret.

ACTIVITÉ 3 : CRÉATION D'UNE AFFICHE MON CORPS JE LE PROTÈGE GRÂCE À MES DROITS

But : Prendre le temps de discuter autour de la notion du corps, du consentement, de ce que l'enfant aime ou non pour son corps, écouter et respecter ses choix. Favoriser un moment de connexion parent-enfant.

Matériel : Feuille cartonnée (ou simple), des stylos et feutres, ou imprimante si vous souhaitez imprimer et utiliser les documents fournis.

Déroulement : Expliquer que tous les enfants méritent l'amour, le respect et la tolérance, qu'ils ont des droits, et que lorsque ceux-ci ne sont pas respectés, cela nuit à leur santé globale. Les adultes sont là pour veillez à ce que les droits des enfants soient respectés.

Beaucoup d'enfants souffrent de bisous ou de câlins **forcés**, majoritairement de la part d'adultes. Certaines personnes n'ont pas conscience que cela est délétère pour la protection de l'enfant. En effet, un enfant habitué à offrir ou recevoir des bisous de force (notamment pour dire bonjour ou au revoir) ne sera pas particulièrement **alerté** si une telle situation se produit de la part d'un agresseur. Rappelons le, l'agresseur utilise, dans la majorité des cas, la manipulation et la séduction, pas la violence.

D'autres parents, conscients, n'arrivent pas à imposer le refus de leur enfant face à un adulte, membre de la famille.

Cette activité permet de poser les bases et d'amener des explications sur les habitudes et agissements de chacun. L'enfant aura ainsi clairement l'espace et le cadre pour exprimer ce qu'il aime et souhaite. Vous pourrez par exemple, trouver une autre manière de dire bonjour. Vous pourrez aussi vous engager auprès de votre enfant pour affirmer son refus d'un bisou ou d'un câlin en utilisant, comme support, le document rempli.

Exemple de règle :

Pour dire bonjour/au revoir je fais un check de la main

Je me lave seul.e (en fonction de l'âge de l'enfant)

Personne ne rentre dans la salle de bain quand j'y suis

On toque avant d'entrer dans les lieux intimes (chambre, WC, sdb)

Personne n'a le droit de me taper, de me mettre une claque ou une fessée

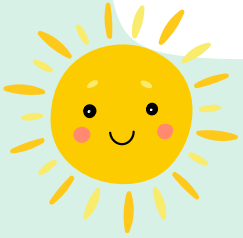
Ma parole a de l'importance et j'ai le droit d'être écouté

J'ai le droit de dire non

Prénom : _____

Date : _____

MON CORPS, MES DROITS



Écris 5 règles de sécurité pour ton corps

1

**MA PAROLE A DE L'IMPORTANCE
J'AI LE DROIT D'ÊTRE ÉCOUTÉ**

2

**JE NE VEUX PAS FAIRE DE BISOUS
J'AI LE DROIT DE DIRE BONJOUR AUTREMENT**

3

**J'AI LE DROIT DE PRÉSERVER MON INTIMITÉ ET MA
PUDEUR, ON TOQUE AVANT D'ENTRER DANS LES LIEUX
INTIMES (sdb, wc, chambre)**

4

**MON CORPS EST PRÉCIEUX ET MÉRITE LE RESPECT
PERSONNE N'A LE DROIT DE ME TAPER**

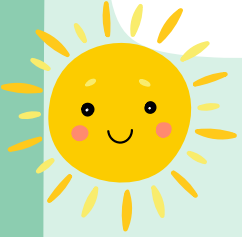
5

J'AI LE DROIT DE DIRE NON



Prénom :

MON CORPS, MES DROITS



Écris 5 règles de sécurité pour ton corps

1

2

3

4

5



CONNAISSEZ VOS DROITS !

Selon les Nations Unies, tous les enfants (âgés de 0 à 18 ans) ont droit à un ensemble spécial de droits, quels que soient leur sexe, leur race ou leur religion.



Vous avez le droit de naître dans de bonnes conditions, d'être nourri et soigné de la conception à la naissance.



Vous avez le droit à une famille attentionnée qui vous aime.



Vous avez le droit d'être élevé dans un bon environnement et de devenir un membre actif de votre propre communauté.



Vous avez droit aux besoins de base : nourriture, vêtements, logement et soins de santé.



Vous avez droit à ce qui est nécessaire pour avoir une bonne vie.



Vous avez droit à une éducation de qualité.



Vous avez le droit de jouer et de profiter de votre enfance.



Vous avez le droit d'être en sécurité et protégé contre tout danger.



Vous avez le droit de vivre dans un environnement où vous pouvez être inspiré pour grandir et apprendre davantage.



Vous avez le droit d'être pris en charge si vous ne pouvez pas vivre avec vos parents ou tuteurs.



Vous avez le droit à un gouvernement qui respecte et protège vos droits.



Vous avez droit à une vie de paix et de liberté.



5 PROTÉGER LES ENFANTS

Pour apprendre à se protéger, l'enfant a besoin de connaître son corps, les limites corporelles, ce qu'est le consentement, le bon et mauvais toucher et tant d'autres notions.

L'enfant a également besoin de comprendre les émotions qui le traversent et parfois le bouleversent.

Une éducation respectueuse du corps et des émotions de l'enfant est indissociable à une prévention efficace.

Croire l'enfant participe à sa protection.

Être conscient, engagé et savoir demander de l'aide, le cas échéant, est déjà largement satisfaisant. Chaque parent faisant de son mieux.

Beaucoup de parents m'ont rapporté que leurs enfants ne racontent pas leur journée d'école, ce qu'ils y ont fait ou ce qu'il s'est passé. Ils se questionnent alors de savoir comment leurs enfants pourront leur livrer un mal-être, une peur, une tristesse ou pire et ainsi être en mesure de les protéger ?

Il y a plusieurs éléments importants à considérer qui peuvent expliquer les raisons pour lesquelles un enfant ou une victime hésite à parler :

- ✦ **Protéger ses parents** : Ne pas les rendre triste, les inquiéter ou leur causer plus de problèmes qu'ils n'en ont déjà
- ✦ **Éviter les conflits** : Surtout si l'agresseur est un proche apprécié par les parents, ou un autre enfant
- ✦ **Habitudes éducatives** : Des relations familiales dans lesquelles l'adulte domine l'enfant avec la culture de la punition, peuvent faire craindre à l'enfant d'être à nouveau puni, de perdre l'amour de ses parents ou de ne pas être cru.
- ✦ **Tabou** : Les enfants parlent de ce dont on parle avec eux. Si la sexualité est un sujet tabou, l'enfant peut avoir honte et ne pas oser parler.
- ✦ **Non disponibilité du parent** : Indisponibilité émotionnelle, de l'esprit ou de temps, l'enfant le ressent. S'il sent que son parent n'est pas prêt à l'écouter activement, il attendra qu'il le soit, ou peut décider de rester dans un mutisme.



La protection des enfants passe avant tout par la protection du parent victime, en cas de violences conjugales. Les violences s'inscrivent chez un enfant à partir de ses 6 mois de vie. Certains spécialistes affirment même qu'il peut être traumatisé à partir de ses **7 mois de vie in utero** !

C'est un aspect absolument fondamental à prendre en considération car les conséquences des violences conjugales sur l'enfant sont énormes et occasionnent de nombreux troubles à court, moyen et long terme.

Les violences conjugales ne se limitent pas uniquement à la violence physique entre les parents mais aussi la violence psychique, les insultes, le dénigrement de l'autre parent, le chantage, les cris, les menaces proférées devant l'enfant.

Même si les violences se font en l'absence de l'enfant (il n'est pas là et ne le voit pas ce jour là), l'enfant arrive à les percevoir sur le visage du parent, épuisé, déprimé qui sera donc dans l'incapacité d'assurer son rôle et de répondre aux questions et aux besoins de son enfant.

Un article de 2013 du Dr Pierre Lévy-Soussan "l'enfant devant la violence parentale" révèle que **40% des violences conjugales commencent pendant la grossesse**. Elles ne feront que s'accroître par la suite et surtout à la naissance de l'enfant.

Cela s'explique par le fait que l'enfant devient le révélateur de toutes les failles parentales, en particulier celles qui sont liées à l'enfance douloureuse du parent violent. Il y a toute une systémie à considérer et les mécanismes psychiques qui vont être déclenchés sont très complexes et ne pourraient être expliqués ici.

Personne ne sait quel futur père/mère il sera, ni quel futur père/mère sera son conjoint.

Devenir parent peut complètement déstabiliser psychiquement l'adulte → **l'enfant étant le révélateur des blessures de l'enfance de ses propres parents.**

La formation est la clé pour y arriver. N'hésitez pas à consulter.

Prendre soin du parent, c'est prendre soin de l'enfant.



COMMENT AIDER MON ENFANT À ME PARLER ?



PREMIÈRE IMPRESSION

Lorsque ton enfant te pose une question, sans t'en rendre compte tu vas lui donner 2 réponses. La 1ère, celle qui va être déterminante et que ton enfant va capter en premier c'est le **non verbal** (l'expression de ton visage et de ta posture à la simple écoute de sa question). N'hésites pas à poser des mots sur tes ressentis et à te préparer, c'est la clé !



LES MOTS MAGIQUES

Remercie ton enfant pour chaque question importante qu'il te pose. Cela renforce sa confiance en lui et lui montre ton intérêt envers ce qu'il dit. "Merci de me poser cette question, elle est très intéressante".



LES MISES EN SCÈNE

N'hésites pas à exprimer tes propres émotions et ce que tu as vécu dans la journée (sans adultiser l'enfant). Ce que les enfants entendent ils le normalisent. Ce qu'ils voient, ils le reproduisent. Par mimétisme ton enfant pourra se livrer à son tour. Fais preuve de créativité en faisant jouer ses personnages préférés, en créant un monde imaginaire ou en dessinant par exemple.



CULTIVER L'AMOUR ET L'AFFECT

Seule une véritable relation de confiance, basée sur l'affect et le respect, permet de maximiser les chances que ton enfant vienne te parler en cas de difficulté. Il est essentiel de passer du temps de qualité avec son enfant (c'est à dire de connexion) au moins 20 min/jours et de rappeler à son enfant qu'en tant que parent nous serons toujours là pour l'écouter, l'aider, le protéger et que nous l'aimons de manière inconditionnelle.

Tu viens de franchir une étape essentielle : celle de t'informer. Chaque page lue est un pas de plus vers un monde où les enfants sont mieux entendus, mieux accompagnés et mieux protégés

Le jeu est le langage naturel de l'enfant : quand on apprend par le jeu, il comprend mieux, retient plus, et ose davantage dire, demander, penser, choisir.

C'est l'outil le plus puissant pour lui apprendre à se protéger avec confiance et sans peur.

Mon conseil est simple : entraîne ton enfant au quotidien et grâce aux jeux.

C'est dans ces moments de jeux et de connexion qu'il intègre des compétences qu'il pourra utiliser, si un jour la situation se présente, ou lui permettront de venir te raconter.

J'enseigne des dizaines d'autres jeux et outils qui permettent d'ouvrir le dialogue, d'aborder le consentement, les limites corporelles, le secret, la sécurité relationnelle, etc.

Te former, c'est d'abord offrir à ton enfant un espace où il peut grandir sans peur, comprendre ce qu'il vit, et développer les compétences dont il aura besoin toute sa vie.

Se former "à froid", loin de l'urgence et des émotions, c'est se donner la capacité de réagir avec plus de recul, d'assurance et de justesse. Car nos émotions brouillent toujours notre vision — et celle des enfants aussi. Une vision troublée entraîne presque toujours une réaction moins adaptée... alors qu'une préparation solide permet d'agir avec clarté.

N'exclus aucune possibilité : qu'il puisse être témoin, agressé ou, malgré toi, agresseur.

L'enjeu n'est pas d'imaginer le pire mais de vous donner les ressources pour ne pas violenter, pour se défendre, pour reconnaître ce qui est sain et respectueux de ce qui ne l'est pas, et pour construire des relations saines.

Et si tu veux aller plus loin — si tu veux renforcer ta posture, trouver les bons mots, savoir quoi répondre aux questions gênantes de ton enfant, t'entraîner, et lui offrir un bagage encore plus complet — alors ma **formation "Safe Game"** ou mon **accompagnement "Accompagner sans peur"** sont là pour ça : pour t'aider à devenir un adulte ressource, un repère solide, une présence qui protège sans peur et éduque avec conscience.

Parce que ce travail n'est pas seulement fait pour rassurer les adultes.

Il est fait pour donner à l'enfant le pouvoir de grandir en sécurité.

Et ça... c'est peut-être le plus beau cadeau que tu puisses lui offrir.

Les enfants d'aujourd'hui sont les adultes de demain. Si nous voulons un monde différent, sans violences, nous devons éduquer et agir différemment.

Si vous êtes témoins de violences ou en cas de doute vous pouvez contacter :

119 (France) ou **116 111** (Europe) : Enfance en danger

3018 : Harcèlement scolaire

114 : par sms pour les personnes malentendantes ou dans des situations d'urgence particulières


3919 : violence conjugale

“ Chaque histoire laisse une trace à jamais. Et parfois, se laisser épauler aide à avancer. ”

Audrey.

Formation | Consultation | Ateliers | Accompagnement | Conférence

*Pour aller plus loin, rdv sur les réseaux ou sur mon site.
N'hésitez pas à me solliciter pour toute demande.*

 @ad_prevention

 www.adpreventionenfance.fr

 contact.adprevention@gmail.com





AD PRÉVENTION
Education & Prevention



AD PRÉVENTION
Education & Prevention