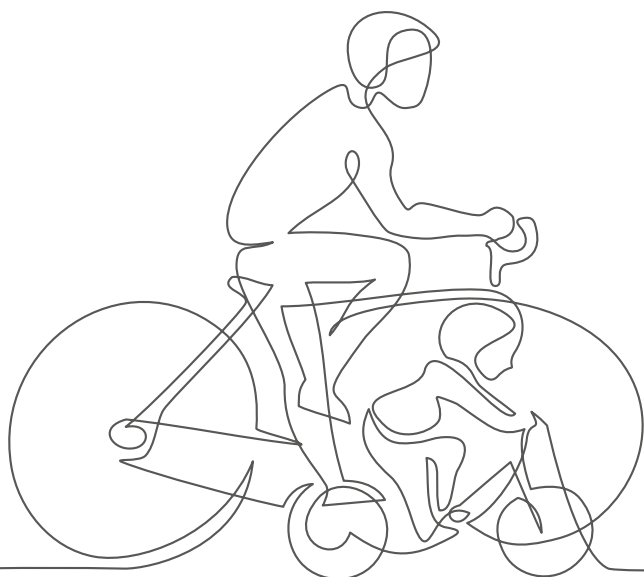


Fiche n°2

Comment répondre?

WAT äntwieren?



La sexualité fait partie de notre vie à tou-tes. Comme nous apprenons à marcher, nager, lire, écrire, faire du vélo... nous apprenons à vivre notre sexualité. Il se peut que nous nous sentions dérangé-es face aux questions de nos enfants qui abordent la sexualité. Elles nous troublent et parfois, nous déstabilisent. C'est tout à fait normal.

Faites-vous confiance

Le fait de vous sentir à l'aise vous permettra d'y répondre adéquatement. Savoir vous-même ce qui se cache derrière telle ou telle question vous permettra de gagner en assurance.

Plus on attend, plus c'est difficile d'en parler

Il vaut mieux ne pas attendre que vos enfants soient adolescent-es pour leur parler de sexualité.

Dans notre société moderne, les jeunes sont exposé-es à toutes sortes d'informations provenant de sources qui ne sont pas toujours fiables. Les laisser s'éduquer «eux-elles-mêmes» sur la question n'est donc pas suffisant. Il faut les accompagner.

Mais de quoi s'agit-il au juste ?

L'éducation affective et sexuelle ne se contente pas de résumer des données factuelles sur la reproduction et la prévention des maladies. Elle aide l'enfant à développer ses sens ; à percevoir l'image de son corps ; à renforcer sa confiance en lui-elle et son autodétermination ; à se comporter de manière responsable envers lui-elle-même et autrui.

Les 3 grands principes de base

- 1 Mettez-vous à leur niveau.** Qu'est-ce qui les intéresse vraiment? Qu'est-ce qui les gêne? Quel est leur niveau de connaissances de la sexualité? Examinez la manière dont ils-elles parlent, utilisez un vocabulaire adapté pour répondre à leurs questions.
- 2 Dites la vérité.** En tant qu'adulte, lorsqu'un-e enfant nous pose une question délicate, lui répondre de manière exacte se heurte parfois à son niveau de maturité: est-il-elle assez mûr-e pour comprendre? On peut commencer par énoncer des faits très simples et en complétant l'information au fur et à mesure que l'enfant grandit. Le mieux, c'est de parler avec sincérité.
- 3 Établissez une relation de confiance mutuelle.** S'il vous semble difficile de répondre à certaines questions, demandez de l'aide à votre conjoint-e (ou une personne de confiance), achetez/empruntez des livres adaptés à l'âge et complétez par la suite s'il y a encore des interrogations.

Pensons à enlever nos lunettes «hétéronormatives». Une société hétéronormative reconnaît l'hétérosexualité, les sexes et les rôles de genre qui y sont traditionnellement associés comme seuls comportements socialement acceptables. Les jeunes enfants se posent des questions sans filtre et sans stéréotype. N'en construisons pas.

Premiers conseils

- Laissez toujours la porte ouverte au dialogue même en situation de tension ou de stress.
- Laissez les questions venir d'elles-mêmes. Pour éviter de devoir y répondre de manière frontale, anticipez:
 - Accueillez la question: pour bien l'entendre, il faut l'écouter.
 - Valorisez la question: «C'est courageux de poser cette question, je te félicite».
 - Entendez l'état d'émotion de votre enfant: «Je sens que tu es...»; «Souhaites-tu que nous en discutions ensemble?»
 - Ne sursuragissez pas, mais ne sous-réagissez pas non plus: une question peut cacher des signaux «d'alarme».
 - Décaler votre réponse si nécessaire: «Ta question est très importante pour moi. Je préfère y réfléchir avant de te répondre», «Je ne connais pas la réponse à ta question, mais je vais me renseigner pour que nous puissions en discuter ensemble».
- Faites leur confiance, responsabilisez-les (en fonction de leur âge).
- Il ne faut pas tout dire, la frustration fait partie de l'éducation. (Mais il faut se dire qu'on ne peut pas répondre à toutes les attentes d'un-e enfant. «Tout donner, c'est trop donner».) **Répondez aux questions en étapes en fonction de l'âge (tout en gardant un esprit ouvert à la diversité et à la curiosité). Ils ne veulent pas tout savoir en même temps.**
- Pour les plus âgé-e-s, respectez leur individualité. Peut-être que vous n'appréciez pas du tout les cheveux bleus de votre ado, mais qu'il-elle en a besoin pour se sentir exister.
- Parlez, dialoguez. La discussion entre l'adulte et l'enfant est primordiale. Il faut l'inviter à s'exprimer pour comprendre ses souhaits, ses projets...
- Assumez votre propre part émotionnelle. Montrez-vous particulièrement attentif-ve aux comportements et émotions de l'enfant. Vous pouvez essayer de comprendre le pourquoi de votre réaction, qui est sans doute liée à votre tempérament, votre propre histoire et votre contexte relationnel actuel. Un «pourquoi» qu'il n'est pas toujours facile de décoder seul-e: l'aide et les suggestions de votre conjoint-e, d'un-e ami-e, d'un-e professionnel-le peuvent s'avérer précieuses.



Proposez l'une et l'autre réponse, mais sans chercher à saturer l'enfant ni à éteindre sa créativité.

Avant de répondre directement aux questions posées par votre enfant, faites-le-la réfléchir. Peut-être trouvera-t-il-elle la réponse par lui-d'elle-même! Une question peut aussi parfois en cacher une autre. Lorsqu'il s'agit de sexualité, les enfants prennent souvent des chemins détournés pour faire comprendre que quelque chose les tourmente. Il est important de ne pas rire des théories sexuelles qu'ils-elles peuvent inventer.

Pour aller plus loin

- Actualisez vos connaissances.
- www.cesas.lu/perch/resources/guide-ltasfrweb.pdf
- Amorcez le dialogue dès la petite enfance.
- Expliquez ce qu'est un véritable consentement et l'importance de consentir.
- Insistez sur la notion d'égalité entre les sexes/les genres.
- Pensez à déposer des préservatifs à la portée des adolescent-e-s. Cela ne traduit pas une incitation de votre part, mais un comportement cohérent de parent.

Soyez attentif-ve au comportement de votre enfant si vous remarquez

- Une précocité dans de nombreuses questions ou expériences de votre enfant.
- Des autoagressions corporelles ou violences envers les autres.
- De grandes tensions, des angoisses persistantes.
- L'incapacité totale à chercher l'intimité malgré vos discussions.
- Des sollicitations sexuelles faites à des grand-e-s adolescent-e-s ou à des adultes ou faites à des individus plus «faibles» (âge, handicap, immaturité, etc.) par votre enfant.

Comment réagir ?

Expliquer et interdire peut suffire, mais nous vous conseillons de prendre contact avec un-e professionnel-le.

À éviter :

- Donner un cours technique sur les sciences de la vie. Laissez cela au cours de biologie.
- Utiliser des mots vulgaires pour «faire jeune».
- Juger votre enfant.



planning familial

Bibliothèque d'outils, lexique, bibliographie, adresses utiles,... Retrouvez tous nos outils dans les fiches «annexes» sur le site www.watantweren.lu

