

*Il est temps*

L'ESA  
avant **5** ans



watantweren.lu



 **planning familial**

Pour toutes questions, formations,  
outils, conseils, projets, séances...

✉ [esa@pfl.lu](mailto:esa@pfl.lu)



[www.planning.lu](http://www.planning.lu)

avant  
**5**  
ans

**5** objectifs

**5** personnes  
de confiance

Il est important que l'enfant  
connaisse sur le bout des  
doigts trois à cinq personnes de  
confiance, vers lesquelles  
il peut se tourner en cas  
de problèmes :

L'éducation  
sexuelle affective est un  
droit humain et est essentielle  
pour accompagner les enfants  
dans leur développement.

Elle leur permet de mieux  
comprendre leur corps, leurs  
émotions et leurs relations,  
tout en les protégeant.

(KJT) Kanner-  
Jugendtelefon :  
**11 6 111**

+ **3** autres  
personnes

La police :  
**113**



*Il est temps*

## Sa connaissance de lui-même

L'enfant apprend à reconnaître ses émotions et celles des autres.

L'adulte l'accompagne en mettant des mots sur les émotions exprimées.

L'adulte lui parle d'amitié, d'amour, de tristesse, etc.

L'adulte exprime les émotions et les sentiments de manière authentique et positive.

L'enfant apprend à exprimer ses besoins et ses envies dans le respect de lui-même et des autres.

L'enfant est entouré d'adultes qui se montrent capables d'une écoute bienveillante.

Chaque enfant détient en lui sa propre carte aux trésors (qualités, passions, etc.) à découvrir et il n'y en a pas deux pareilles !

## Son corps

Le contact corporel est important. Des touchers doux et des câlins respectueux donnent à l'enfant un sentiment de sécurité et de chaleur.

L'adulte aide l'enfant à intégrer « C'est ton corps, il t'appartient ».

L'enfant apprend à nommer les parties de son corps avec des mots justes.

### Autostimulation :

L'autostimulation fait partie du développement normal de l'enfant.

Elle ne doit pas être compulsive.

Elle ne peut pas gêner les autres enfants.

Elle doit être sans violence.

L'adulte explique à l'enfant la notion d'intimité.

## Ses compétences interpersonnelles

Apprendre à dire NON :



Pouvoir dire non aux bisous et aux câlins imposés est essentiel !

L'adulte est un exemple, il s'exprime donc avec clarté et respect.

L'adulte adapte toujours ses réponses aux questions en fonction de l'âge de l'enfant.

Il est primordial d'expliquer à l'enfant la différence entre un bon et un mauvais secret.

Pour apprendre comment résoudre les conflits de manière positive, le rôle de l'adulte est important.

L'adulte renforce la confiance de l'enfant en le laissant faire ses propres choix et en le soutenant dans ceux-ci.

## Ses relations

Les douleurs exprimées par l'enfant lors de toute séparation affective sont à prendre au sérieux par l'adulte

Les 1<sup>er</sup> sentiments amoureux arrivent en général entre 5 et 7 ans.

Face à la violence, le message est toujours « NON ».

Signalement Protection Jeunesse :



### Les jeux « du Docteur-e » :

Jeux normaux dans le développement de l'enfant.

Les enfants doivent être du même âge (< 2 ans), et de même maturité.

Le jeu doit être volontaire, sans violence, sans coercition et sans rien introduire.

Le jeu ne peut pas reproduire des scènes dites de la sexualité des adultes.

## Son identité

Les trucs de filles et de garçons, cela n'existe pas !

Éviter les stéréotypes (rose pour les filles et bleu pour les garçons).

« Un garçon peut avoir peur, être triste, une fille peut avoir des colères et être sportive... ».

Il n'existe pas de « garçon manqué », de « petite fille modèle » ou de « chochette ».

Le déguisement est une activité que les enfants peuvent partager sans stéréotypes.

L'adulte peut mixer les histoires pour enfants (changer les héros).

L'adulte peut réécrire aussi les chansons, les comptines...

Estime de soi  
et empathie

Intimité

Communication

Affectif

Égalité de genres  
et diversité