

*Il est temps*

l'ESA  
avant **5** ans



watantweren.lu



 planning familial

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

✉ esa@pfl.lu

   www.planning.lu

avant

**5**  
ans

**5** objectifs

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.

**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 :

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

La police :  
**113**

+ 3 autres personnes

*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 !

**Estime de soi et empathie**

## *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.

**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.

**Communication**

## *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.

**Affectif**

## *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 « chuchotte ».

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...

**Égalité de genres et diversité**