

# Mon corps est à moi!

Exposition interactive proposée  
par Protection de l'enfance  
Suisse, visant à prévenir la violence  
sexuelle envers les enfants

Pour les élèves de la 2<sup>e</sup>  
à la 4<sup>e</sup> année primaire



**Informations destinées aux parents  
et aux personnes qui s'occupent d'enfants**

# Mon corps **est à moi!**

**Une prestation fournie par Protection de l'enfance Suisse  
pour des élèves de la 2<sup>e</sup> à la 4<sup>e</sup> année primaire.**

L'exposition interactive visant à prévenir la violence sexuelle envers les enfants est une adaptation de l'exposition «Echt Klasse!» conçue par le bureau de prévention PETZE à Kiel; cette dernière a remporté un très vif succès en Allemagne. Protection de l'enfance Suisse remercie PETZE pour son précieux soutien et l'octroi des droits.

L'adaptation de l'exposition et du matériel pédagogique qui l'accompagne a été confiée au service Limita, à Zurich, [www.limita-zh.ch](http://www.limita-zh.ch)

© 2006 Präventionsbüro PETZE, Kiel/Protection de l'enfance Suisse,  
Berne

Autres informations:

Protection de l'enfance Suisse

Schlösslistrasse 9a, 3008 Berne, Téléphone +41 31 384 29 29

[info@protectionenfance.ch](mailto:info@protectionenfance.ch), [www.protectionenfance.ch](http://www.protectionenfance.ch)

**Protéger les enfants, conforter les enfants!**

**Votre don aide Protection de l'enfance Suisse dans ce sens.**

**Compte de chèque postal 30-12478-8**

**Merci beaucoup!**

Version Oktober 2018/française

# Aider les enfants **à être forts** **afin de mieux les protéger** **contre les violences sexuelles**

Exploitation sexuelle d'un enfant signifie qu'une personne adulte ou un-e jeune abuse de son pouvoir pour satisfaire ses besoins personnels. La naïveté et la dépendance de l'enfant sont exploitées pour le convaincre de se livrer à des pratiques sexuelles ou l'y forcer. Il est généralement admis aujourd'hui qu'une fille sur quatre et un garçon sur dix sont victimes de violences sexuelles au cours de leur enfance. De nombreux parents se sentent démunis face à cette problématique et ne savent pas comment aborder le sujet avec leurs enfants.

Le parcours interactif «Mon corps est à moi!» proposé par Protection de l'enfance Suisse a pour but de renforcer l'assurance des enfants et de soutenir leurs stratégies de défense. Au cours de six postes interactifs, filles et garçons apprennent en jouant, sous une forme adaptée à leur âge, des éléments importants concernant la «violence sexuelle» – sans pour autant être déstabilisés. Ce type de sensibilisation adaptée à l'âge du jeune public ainsi que l'information quant aux moyens d'action et à l'aide existante améliorent la protection des enfants contre la violence sexuelle. Mais pour que la prévention soit efficace, il faut avant tout que les parents, les enseignant-e-s et les autres personnes qui s'occupent des enfants soient sensibilisés à la problématique des abus sexuels et intègrent au quotidien les différentes composantes de la prévention.

...d von wem du angefasst werden möchtest.»

...kierten Wörter  
...ilen zu!

...inen Magnete da,  
...hrt werden möchtest,  
...en Magnete da, wo du  
...rt werden willst.



# Mon corps **est à moi!**

Une perception positive de leur corps et une éducation sexuelle adaptée à leur âge sont essentielles pour que les enfants développent une saine estime de soi: ce sont là des aspects importants de la prévention. Quand les enfants possèdent des connaissances complètes concernant leur corps et qu'ils ont les mots justes pour parler de sexualité, il leur est plus facile, le cas échéant, de repérer la violence sexuelle et d'en parler. En encourageant une image positive de leur corps, nous permettons aux filles et aux garçons d'en être fiers, de prendre conscience qu'ils sont uniques et précieux. Une bonne estime de soi et une image positive de leur corps aident les enfants à mieux voir quand des limites risquent d'être dépassées et à se défendre.

## Je fais confiance **à mes sentiments!**

Il est important de familiariser les filles et les garçons avec la diversité de leurs sentiments et de les encourager à y être attentifs et à les exprimer. Car les enfants qui subissent des agressions sexuelles doutent souvent fortement de la validité de leurs sentiments; les abuseurs ou, dans de rares cas, les abuseuses nient en effet systématiquement leurs sentiments ou les déforment. Les enfants qui se fient à leurs sentiments ne se laissent pas décontenancer et arrivent mieux à dire que quelque chose est bizarre, dégoûtant ou désagréable. Les filles et les garçons qui ont appris à être attentifs à ce qu'ils ressentent et à s'y fier ne se laissent pas facilement convaincre de se livrer à des pratiques sexuelles ou sont en mesure de demander de l'aide.

## Certains touchers **sont agréables, d'autres sont déplaisants ou bizarres!**

Les enfants ont le droit de décider comment, quand, où et par qui ils souhaitent être touchés. Ils doivent être encouragés à prendre conscience qu'il existe différentes façons de toucher et à se demander lesquelles leur conviennent et lesquelles les dérangent.





Il est important de leur donner expressément l'autorisation de refuser des façons de toucher qu'ils trouvent déplaisantes ou bizarres. Les filles et les garçons doivent savoir que personne n'a le droit de leur toucher la vulve, le pénis, les fesses ou la poitrine (des parties «privées»). Aucun enfant ne doit être poussé ou forcé à toucher le sexe d'une autre personne. Mais les enfants doivent aussi savoir que parfois, on ne peut pas éviter des touchers désagréables, par exemple chez le médecin ou à l'hôpital.

# J'ai le droit **de dire non!**

Dans certaines situations, les enfants ont le droit de fixer des limites et de dire «non». Il est donc important que les enfants soient encouragés à sentir leurs propres limites et celles des autres et à les respecter. Les filles et les garçons doivent apprendre qu'ils ont le droit de dire «non» à des adultes et à des jeunes plus âgés lorsque ces derniers ne respectent pas les limites. Il est possible de réfléchir avec les enfants et de se demander avec eux dans quelles situations il est utile de ne pas obéir et comment il leur est possible de se défendre. Mais les enfants doivent aussi être préparés au fait qu'il existe des situations dans lesquelles ils ne peuvent pas se défendre et où leur «non» est ignoré. Dans ce cas, il est important de les encourager à demander de l'aide.

## Je fais la différence **entre les bons et les mauvais secrets !**

Les filles et les garçons adorent les secrets, car ils sont palpitants. En général, les enfants possèdent un code d'honneur très développé et ils ne sont pas prêts à «rapporter» et à trahir un secret. Les abuseurs et les abuseuses le savent bien; ils profitent de l'attrait exercé par les secrets pour raconter aux enfants qu'ils vont leur montrer quelque chose qu'ils seront les seuls à savoir. Ils obligent les enfants à ne rien dire des actes d'ordre sexuel auxquels ils se sont livrés; souvent aussi, ils accentuent la pression du secret à garder en menaçant les enfants ou en leur offrant des cadeaux. Il est donc important que les enfants apprennent à faire la différence entre les bons et les mauvais secrets. Il faut qu'ils sachent qu'ils doivent absolument dévoiler les mauvais secrets et qu'ils ne sont aucunement responsables de ce qui s'est passé.

## Je suis intelligent(e), **je sais où trouver de l'aide!**

En général, les enfants ne peuvent pas empêcher tout seuls une agression sexuelle. Il est donc important d'expliquer aux filles et aux garçons qu'ils doivent chercher de l'aide en cas de difficultés et parler du problème avec une personne de leur choix. Les enfants doivent savoir qu'avoir besoin d'aide n'est pas un signe de faiblesse. Au contraire: il est juste et intelligent de chercher de l'aide dans des situations difficiles. Les enfants doivent aussi savoir que parfois, il faut beaucoup de courage pour parler d'une expérience pénible. Si l'enfant n'y arrive pas (du premier coup) il ne faut pas non plus qu'il ait le sentiment d'être moins «futé» ou courageux que les autres enfants; il est important de souligner aussi qu'un enfant n'est jamais coupable – ni de la violence sexuelle qui lui a été infligée ni du fait qu'il n'avait peut-être pas assez de courage ou de force pour demander de l'aide.

Il arrive aussi que les enfants ne trouvent pas du premier coup l'aide dont ils ont besoin. Dans de tels cas, il est important de ne pas abandonner et de continuer de chercher jusqu'à ce que quelqu'un les aide. Il convient de pousser les filles et les garçons à se demander comment ils peuvent s'entraider et à quels adultes ils peuvent se confier. Quand les enfants connaissent des personnes auxquelles ils font confiance et des services auxquels ils peuvent s'adresser, il leur est plus facile de trouver de l'aide.



# Cours Parents Plus®

## Plus de plaisir en famille, avec les enfants

Être parent est une tâche ardue: hésitez-vous parfois quant à la bonne façon de réagir dans une situation donnée? Pensez-vous que dans les autres familles, tout fonctionne mieux?

Le cours Parents Plus® destiné aux parents cherche à transmettre le modèle d'une éducation constructive et vous aide:

- à vous sentir plus à l'aise face aux questions d'éducation
- à mieux comprendre votre enfant
- à définir les valeurs importantes pour votre famille
- à fixer des limites
- à aborder et à résoudre les problèmes et les conflits
- à améliorer le climat au sein de la famille

Des animateurs et animatrices de cours formés et certifiés vous transmettent des outils et des méthodes testés dans la pratique, utiles dans la vie courante, que vous pouvez ajuster aux besoins de votre famille.

Un cours de compose en général de huit parties (unités) réparties sur plusieurs soirées ou journées; il s'étend sur 16 heures au minimum.

Le cours Parents Plus® s'adresse à des parents d'enfants d'âge différent. Il existe des cours pour les grands-parents et les professionnels de l'éducation ainsi que pour les parents d'enfants en bas âge et d'adolescents.



Vous trouverez d'autres informations sur l'offre, la durée, le coût et les cours organisés dans votre région sur le site: **[www.parents-plus.ch](http://www.parents-plus.ch)**

Le cours Parents Plus® est proposé par Protection de l'enfance Suisse et a été mis au point par la fédération allemande de la protection de l'enfant.

**Protection de l'enfance Suisse**

Schlösslistrasse 9a | 3008 Berne

Téléphone +41 31 384 29 29

info@protectionenfance.ch | www.protectionenfance.ch

www.facebook.com/protectionenfancesuisse | www.twitter.com/kinderschutz\_ch

Présenté par (tampon):