

MON CORPS, C'EST MON CORPS



Guide familial

Un programme de films destinés à prémunir
l'enfant contre les abus sexuels
Une production de l'Office national du film du Canada,
Studio de Vancouver



Office
national du film
du Canada

National
Film Board
of Canada

MON CORPS, C'EST MON CORPS est un programme éprouvé qui a été conçu de manière à donner à l'enfant les éléments de connaissance essentiels pour lui permettre de se prémunir contre les abus sexuels. Il met de l'avant une approche nouvelle qui a obtenu à ce jour des résultats exceptionnels.

Ce programme comporte deux films. Le premier est une introduction de 28 minutes destinée aux parents, aux professeurs et aux professionnels intéressés à la protection de l'enfance; il fait état des objectifs et des méthodes du programme. Le deuxième, divisé en trois parties de 15 minutes chacune, définit l'abus sexuel et enseigne aux enfants âgés de six à douze ans les règles de base d'auto-protection.

MON CORPS, C'EST MON CORPS repose sur les dernières données en matière de psychologie du développement. Si le programme est présenté et expliqué par des parents et des professeurs soucieux d'aider l'enfant, ce dernier adoptera une attitude positive face à ce qu'il ressent sexuellement. La méthode pédagogique, s'appuyant sur une chanson entraînante et des comédiens de talent, est empreinte de chaleur et de compréhension. Le contenu de chaque partie du film, découlant de l'information livrée dans la partie précédente, amène progressivement l'enfant à apprendre à veiller le mieux possible à sa propre protection.

Ce guide se veut un résumé du vocabulaire et des définitions du programme. Les parents* y trouveront également des conseils sur la marche à suivre en cas d'abus sexuel de leur enfant et des suggestions sur la manière de lui venir en aide s'il en a besoin.

** Un guide d'utilisation spécial a été conçu à l'intention des professeurs et autres professionnels intéressés à la protection de l'enfance.*

DÉFINITION DE L'ABUS SEXUEL

Par abus sexuel, on entend l'exploitation sexuelle d'un enfant qui, en raison de son jeune âge, est incapable de comprendre la nature d'un contact et d'y opposer une résistance; c'est aussi l'exploitation sexuelle d'un enfant ou d'un adolescent qui est psychologiquement dépendant de son agresseur.

L'abus sexuel de l'enfant peut revêtir diverses formes : exhibitionnisme, caresses, pratiques sexuelles buccales, sodomie, pénétration et pornographie.

CERTAINS FAITS CONCERNANT L'ABUS SEXUEL

On croit généralement que :

L'abus sexuel d'un enfant est un phénomène rare.

Cependant :

Des recherches récentes démontrent qu'une fille sur trois et qu'un garçon sur cinq sont victimes d'abus sexuels avant d'avoir dix-huit ans.

On croit généralement que :

Les victimes d'abus sexuels sont des adolescents.

Cependant :

Même si les jeunes de tout âge peuvent être victimes d'abus sexuels (sans distinction de sexe), les enfants agressés ont généralement de quatre à onze ans et 22 p. cent d'entre eux ont moins de six ans.

On croit généralement que :

L'agresseur est un inconnu.

Cependant :

Dans 85 p. cent des cas, l'enfant connaît son agresseur, que ce soit un parent, un ami de la famille ou encore un voisin. Dans 40 p. cent des cas, l'agresseur est le père ou celui qui joue ce rôle; 3 p. cent des agressions sont commises par des femmes.

On croit généralement que :

L'agression est brutale, laissant l'enfant couvert de blessures.

Cependant :

Habituellement, elle ne comporte aucune violence physique. L'agresseur utilise plutôt la persuasion, les menaces et la corruption.

On croit généralement que :

L'abus sexuel de l'enfant est un incident isolé qui ne se reproduit pas.

Cependant :

Dans 88 p. cent des cas dénoncés, l'enfant est victime d'abus sexuels répétés. Comme l'agresseur réussit la plupart du temps à le convaincre de garder leurs relations secrètes, la situation peut perdurer jusqu'à l'adolescence.

On croit généralement que :

L'agression se produit dans les bois, les parcs et les terrains de jeux.

Cependant :

Elle a très souvent lieu dans un environnement familial à l'enfant, que ce soit dans sa propre demeure ou dans celle d'un parent ou d'un ami de la famille.

On croit généralement que :

L'enfant invente des histoires d'abus sexuels.

Cependant :

Il n'existe aucun témoignage d'enfant ayant menti à ce sujet. L'enfant sait très bien que s'il le faisait, cela lui attirerait beaucoup d'ennuis. Lorsqu'il ment, c'est habituellement pour se sortir du pétrin, non pour s'y précipiter.

COMMENT RECONNAÎTRE L'ENFANT VICTIME D'ABUS SEXUEL

L'enfant agressé n'est pas toujours capable de le dire à ses parents. Des changements de comportement peuvent cependant vous signaler que quelque chose s'est produit et vous mettre sur une piste :

- l'enfant peut accepter à contrecœur de se rendre à un endroit donné. Il peut lui répugner de côtoyer une personne en particulier;
- il peut porter un intérêt soudain aux parties génitales des gens ou des animaux. Il peut chercher à exprimer son affection de manière exagérée en vous donnant des baisers prolongés ou en touchant votre sexe;
- il peut être atteint d'une maladie vénérienne. Cette maladie lui a évidemment été transmise par quelqu'un, enfant ou adulte;
- Il peut avoir un sommeil agité, faire des cauchemars, mouiller son lit, avoir peur de dormir seul, avoir besoin d'une veilleuse;
- Il peut refuser de se dévêtir en public alors que tout le monde le fait, à la piscine ou au vestiaire des joueurs, par exemple;
- il peut rechercher la solitude;
- il peut craindre les salles de bain, les douches, les portes closes;
- il peut soudainement perdre l'appétit ou, au contraire, avoir une faim insatiable;
- il peut développer des phobies, demandant que vous le rassuriez davantage que par le passé;
- Il peut hésiter à revenir à la maison après l'école ou s'enfuir fréquemment du foyer;
- il peut faire des dessins montrant explicitement les parties génitales ou incluant des détails d'ordre sexuel.

Ces comportements indiquent généralement qu'il est perturbé; la cause, toutefois, peut être toute autre que l'abus sexuel. Il convient d'être prudent. Seules la combinaison de ces comportements, leur fréquence et leur durée peuvent avoir une signification quelconque.

Personne ne sait exactement quelles sont, à long terme, les conséquences émotives de l'abus sexuel. Il semble cependant que l'enfant en sera moins marqué si l'attitude de l'adulte à qui il se confie est franche et compréhensive.

CINQ ATTITUDES À ADOPTER LORSQUE VOTRE ENFANT VOUS DIT QU'IL A ÉTÉ VICTIME D'ABUS SEXUEL

Premièrement : **ÉCOUTEZ-LE**

Prenez-le à part. Demandez-lui de tout vous raconter, dans ses propres mots. Essayez d'évaluer ce qu'il comprend de l'anatomie et adoptez ensuite son vocabulaire. Des diagrammes, des photos et des poupées peuvent l'aider à expliquer ce qui lui est arrivé.

Deuxièmement : **CROYEZ-LE**

Rassurez-le en lui disant :

- que vous croyez ce qu'il vous a raconté;
- que vous êtes persuadé que ce n'est pas sa faute;
- que vous êtes heureux qu'il vous ait parlé;
- que vous êtes désolé que ce soit arrivé;
- que vous l'aidez à obtenir toute l'aide dont il a besoin.

Aidez-le à dénoncer la situation. Rappelez-vous qu'il ne vous appartient pas de déterminer si elle est vraie ou fausse. Souvenez-vous que l'enfant ment rarement lorsqu'il est question d'abus sexuel. Si vous refusez de le croire, vous risquez d'aggraver le traumatisme causé par l'agression.

Troisièmement : **SOYEZ COMPRÉHENSIF**

L'enfant victime d'abus sexuel éprouve toute une gamme d'émotions : tristesse, colère, peur, angoisse ou dépression. Quelles que soient ses émotions, soyez compréhensif et évitez de suggérer ce qu'elles pourraient ou devraient être. Évitez de chercher la cause de l'agression. N'étouffez pas l'enfant de vos «pourquoi?».

N'essayez pas d'identifier l'agresseur. Ne demandez pas : «Qui l'a fait?» Votre enfant peut ne pas être prêt à vous le dire pour le moment.

Ne portez pas de jugement prématuré sur ce que vous dit votre enfant. Ne présumez pas que son expérience ait pu être mauvaise ou douloureuse; il a pu au contraire y être indifférent ou même y prendre plaisir.

Ne prenez pas pour acquis que votre enfant puisse ressentir des sentiments de colère ou de culpabilité; il peut ne rien éprouver de semblable. Évitez toujours de projeter vos propres réactions sur lui.

Quatrièmement : **RAPPORTEZ L'AGRESSION**

Selon les lois en vigueur dans votre province, vous pouvez être légalement tenu de dénoncer un abus sexuel. Que ce soit ou non le cas, il est important que l'incident soit rapporté aux autorités compétentes afin d'assurer la protection de la jeune victime aussi bien que celle des enfants du voisinage.

Notez ici le nom des personnes à contacter :

Cinquièmement : **AIDEZ-LE**

Il est très rare que l'abus sexuel laisse des lésions corporelles permanentes. Par contre, votre enfant ne retrouvera son équilibre émotif que si vous le soutenez jour après jour.

- Vous devez avoir confiance en lui et ne pas le blâmer.
- Vous devez consulter votre médecin de famille ou un service médical spécialisé et lui assurer les soins dont il a besoin.
- Vous devez lui demander de vous prévenir immédiatement si l'agresseur tente à nouveau d'abuser de lui.
- Vous devez le rassurer en lui répétant qu'il est en sécurité.
- S'il vous pose des questions ou exprime des émotions relativement à l'abus sexuel dont il a été victime, vous devez lui répondre posément et simplement. Ne le poussez pas à en parler.

-
- Vous devez le protéger des curieux. Soyez vous-même discret et n'autorisez pas de questions indues.
 - Vous devez respecter la routine familiale habituelle (heures des repas, des devoirs, etc.).
 - Vous devez informer vos autres enfants de ce qui est arrivé à leur frère ou à leur sœur en leur laissant savoir que le danger est écarté et que la vie continue. Ne leur donnez pas trop de détails sur l'abus sexuel lui-même mais assurez-vous que chacun d'entre eux a suffisamment d'information pour pouvoir, le cas échéant, se protéger.
 - Vous devez parler de vos inquiétudes, de vos réactions et de vos sentiments avec quelqu'un en qui vous avez confiance. Ne tentez pas de passer seul à travers cette épreuve et, surtout, évitez d'en discuter encore et encore en présence de vos enfants.

PRÉVENTION

L'enfant aux prises avec un problème ne devrait pas être troublé, s'interroger sur ce qu'il doit faire ou se demander à qui se confier. Il devrait avoir un réflexe qui lui fasse dire haut et clair : «Le sentiment que j'éprouve est *agréable* (ou *désagréable*).» — «J'ai le droit de dire *oui* (ou *non*).» — «Je vais raconter immédiatement ce qui est arrivé à mes parents (mon professeur, mon ami).» Ce réflexe lui aura été lentement inculqué par des expériences qui lui auront appris :

1. Que son corps lui appartient et qu'il est le seul à savoir ce qu'il ressent.
2. Qu'on le croira et l'acceptera lorsqu'il exprimera ses émotions.
3. Qu'il existe un vocabulaire facile à utiliser pour les faire connaître.

Chaque enfant possède une «petite voix intérieure». Celle-ci sera nette et forte dans la mesure où elle sera écoutée et encouragée tant par l'enfant que par ses parents, professeurs et amis.

Nous vous présentons ici une série d'énoncés tirés du film pour enfants, ainsi que des définitions, des analyses et des suggestions de renforcement du comportement. Si vous suivez cette méthode, vous apporterez à votre enfant l'aide et le soutien nécessaires pour lui apprendre à se prémunir contre les abus sexuels.

1. AUTO-PROTECTION

Énoncé : Je suis responsable de ma santé et de mon bien-être.

Analyse : L'enfant a besoin qu'on lui accorde la faculté de veiller à sa propre protection. Ce pouvoir lui donne confiance en lui-même et le rassure; il peut alors se fier à sa «voix intérieure» pour prendre des décisions adéquates, en l'absence d'une personne en qui il a confiance.

Renforcement :

- Apprenez à votre enfant qu'il est maître de son corps et seul juge de ses sentiments.
- Enseignez-lui que son bien-être physique est un droit fondamental et que **personne** n'est autorisé à l'agresser, de quelque manière que ce soit.
- Aidez-le à reconnaître sa capacité d'agir en lui demandant, mine de rien, de compléter une de ces phrases tous les jours (lorsque vous aurez épuisé celles-ci, composez-en vous-même) :
«Ce que je fais bien, c'est _____ »

-
- «Ce que je fais mieux, c'est _____»
 «Je peux _____»
 «Je peux aider les autres à _____»
 «J'ai enseigné à quelqu'un comment _____»
 «J'ai besoin d'aide pour _____»
 «J'apprends à _____»
 «Je me sens important lorsque _____»
 «J'ai le pouvoir de _____»
 «Je n'aime pas qu'on m'aide à _____»
 «Ce que je peux faire tout seul, c'est _____»
 «Personne ne peut m'obliger à _____»
 «J'ai l'impression d'être respecté lorsque je _____»
 «Je voudrais être capable de _____»
 «Je n'ai pas peur de _____»
 «Ce que je peux faire aujourd'hui mais que j'étais incapable de faire l'année dernière, c'est _____»
 «J'ai été un chef le jour où _____»

- Faites de votre foyer un lieu où votre enfant trouve sécurité et encouragement. Il doit sentir qu'il y reçoit beaucoup d'amour et de réconfort, qu'il y est valorisé et qu'il peut faire confiance aux autres membres de la famille au point de pouvoir exprimer ouvertement ses sentiments sans crainte d'être ridiculisé.
- Ayez toujours une attitude encourageante envers lui.
- Faites-lui connaître votre satisfaction aussi souvent que vous le pouvez.

2. RÈGLES D'AUTO-PROTECTION

- Énoncé :** Je dois poser des gestes pour assurer ma propre protection.
- Analyse :** Pour veiller à sa protection, l'enfant doit être capable d'identifier les gestes qu'il posera lorsque surviendra une situation problématique. Ce peut être d'après une règle établie telle que «regarder des deux côtés de la rue avant de traverser», ou encore d'après un mécanisme mental qui mène à une décision telle que le «test des trois questions».
- Renforcement :**
- Jouez avec votre enfant au jeu-questionnaire «*Que ferais-tu si ... ?*» :
 - «*Que ferais-tu si ton ami te demandait des allumettes pour faire une expérience?*»
 - «*Que ferais-tu si, en revenant de l'école, tu devais traverser une rue achalandée et que les feux de circulation étaient hors d'usage?*»
-

-
- «*Que ferais-tu si on frappait à la porte alors que tu es seul à la maison?*»
 - «*Que ferais-tu si tu étais sur le chemin du retour à la maison et que, soudainement, tu avais peur?*»

3. SENTIMENT «AGRÉABLE» ; SENTIMENT «DÉSAGRÉABLE»

Énoncé :

Ce que je ressens lorsqu'il m'arrive quelque chose que j'aime est un sentiment «agréable»; ce que je ressens lorsqu'il m'arrive quelque chose que je n'aime pas est un sentiment «désagréable».

Analyse :

Le sentiment de sécurité de l'enfant grandit à mesure que s'accroît sa capacité d'identifier ses sentiments et de s'y fier. Savoir distinguer les sentiments «agréables» des sentiments «désagréables» est un moyen qui lui permet de se protéger.

Renforcement :

- Montrez à votre enfant que ses sentiments vous intéressent et que vous désirez les connaître. En l'écoutant sérieusement et en lui posant des questions directes, vous l'incitez à identifier progressivement toute une gamme de sentiments.
- «Que ressens-tu?» — «À quoi songes-tu?» — «Je suis vraiment intéressé par ce que tu dis.» — «Que puis-je faire pour t'aider?» — «Qu'est-ce qui te préoccupe tant?».
- Ne portez pas de jugement sur ce qu'il éprouve et ne le ridiculisez jamais.
- Encouragez-le à prendre conscience de ses sentiments et à les exprimer ouvertement.
- Aidez-le à identifier ses sentiments «agréables» et à dire «oui» lorsqu'il les éprouve.
- Aidez-le à identifier ses sentiments «désagréables» et à dire «non» lorsqu'il les éprouve. Si après avoir dit «non», votre enfant ne se sent pas à l'aise, encouragez-le à en parler à un adulte en qui il a confiance.
- Aidez-le à voir l'image qu'il se fait de lui-même et montrez-lui comment cette image se modifie de jour en jour. Incitez-le à accepter les sentiments et les émotions qui l'habitent.
- Apprenez-lui que ce n'est pas parce que les adultes sont des adultes qu'ils ont toujours raison. Donnez-lui la possibilité de pouvoir se fier à ses sentiments pour décider ce qu'il doit ou ne doit pas faire.

— Demandez-lui de compléter une des phrases suivantes, en laissant jaillir les mots qui lui viennent spontanément à l'esprit :

- «Lorsque je suis triste, _____»
 «J'ai peur lorsque _____»
 «Ce que j'aimerais bien avoir mais que je n'ose pas demander, c'est _____»
 «J'aime faire _____»
 «Ce que je fais bien, c'est _____»
 «Je suis inquiet au sujet de _____»
 «Je pense souvent à _____»
 «Plus que tout au monde, j'aimerais _____»
 «Si je pouvais faire un souhait, ce serait de _____»
 «Je suis l'enfant le plus heureux du monde lorsque _____»
 «Je suis l'enfant le plus triste du monde lorsque _____»
 «Je suis la personne la plus importante lorsque _____»

4. EXPRESSION CORPORELLE

Énoncé : La façon dont j'utilise mon corps montre ce que je ressens.

Analyse : Le sentiment de sécurité de l'enfant grandit à mesure que s'accroît sa capacité d'exprimer clairement ses sentiments. L'enfant qui communique bien court moins de risques d'être agressé.

Renforcement : — Aidez votre enfant à s'exercer à dire «oui» et «non» avec assurance.

Le tableau qui suit pourra vous guider.

Expression corporelle	«Non!» clair et net	«Oui!» clair et net
Position	très droite	très droite
Expression du visage	sérieuse	souriante
Yeux	yeux dans les yeux	yeux dans les yeux
Tête	mouvement négatif	mouvement affirmatif
Mains	sur les côtés, immobiles	tendues, ouvertes
Mots	«Non!»	«Oui!»
- ton de la voix	- dur et bas	- doux et clair
- volume	- voix forte	- voix forte
- répétition	- «Non!»	- «Oui!»

-
- Demandez à votre enfant de répondre «oui» ou «non» à des questions commençant par «*Que ferais-tu si ... ?*». Par exemple :
 - «*Que ferais-tu si un adolescent te disait de lui donner ton argent ?*»
 - «*Que ferais-tu si tante Julie te demandait de l'embrasser et que tu n'en aies pas envie ?*»
 - «*Que ferais-tu si je t'offrais une glace au chocolat ?*»

5. ABUS SEXUEL

Énoncé :

Un abus sexuel, c'est lorsque quelqu'un me donne un sentiment «désagréable» en touchant ma poitrine, mon vagin ou mes fesses si je suis une fille, ou en touchant mon pénis ou mes fesses si je suis un garçon; c'est aussi lorsqu'il me force à toucher ou à regarder ces mêmes parties de son corps.

Analyse :

Comme nous désirons ne pas effrayer l'enfant, trop souvent nous ne lui donnons pas toute l'information nécessaire. Une règle comme «Ne parle jamais aux inconnus» a souvent l'effet contraire à celui que l'on souhaite, puisque l'enfant ignore ce qu'elle implique. Les choses qu'il imagine alors peuvent causer bien plus de tort que la vérité. En définissant l'abus sexuel, nous lui donnons non seulement une compréhension claire et non menaçante de cette réalité, mais nous lui enseignons également un vocabulaire qui le rend capable de parler des diverses parties de son corps.

Renforcement :

- N'hésitez pas à aborder le sujet de l'abus sexuel avec votre enfant. Dites-lui que vous le faites pour l'aider à se protéger lui-même.
- Il est possible que vous soyez gêné ou mal à l'aise d'en parler. Si c'est le cas, avouez-le; si votre enfant rit, riez avec lui; si, malgré toute votre bonne volonté, vous n'y arrivez pas, n'abandonnez pas! Demandez à quelqu'un d'autre de le faire à votre place ou invitez une tierce personne à se joindre à votre conversation.
- Répondez clairement et simplement aux questions de votre enfant. Il est inutile d'être trop explicite.
- Définissez patiemment les termes. Ne prenez pas pour acquis qu'il comprend tous les mots que vous employez.

-
- L'enfant sait que certains adultes sont incapables de se contrôler (par exemple, qu'ils boivent trop ou se laissent facilement emporter). Il est donc relativement facile de lui faire comprendre que les personnes qui commettent des abus sexuels sont des êtres qui ont eux-mêmes des problèmes. Vous pouvez lui prouver qu'il s'agit d'exceptions à la règle en vous entourant de bons et fidèles amis.
 - Apprenez à votre enfant à reconnaître et à nommer les parties de son corps. Le vocabulaire ainsi acquis vous permettra de discuter ensemble de sexualité, de menstruations et d'abus sexuels.
 - Écoutez-le lorsqu'il vous dit quels sont les aspects de son corps qu'il aime ou n'aime pas. Aidez-le à s'accepter totalement et à percevoir son corps comme une chose unique et merveilleuse.

6. TEST DES TROIS QUESTIONS

Énoncé :

Les trois questions que je dois me poser si un inconnu me dit ou me demande de faire quelque chose sont :

- «**En dedans, est-ce que ça fait «oui» ou est-ce que ça fait «non»?**»
 - «**Si je fais ce que cet inconnu me demande, est-ce que quelqu'un en qui j'ai confiance saura où me trouver, si ça va mal?**»
 - «**Si je fais ce que cet inconnu me demande, est-ce que je peux être certain de trouver de l'aide, s'il le faut?**»
- Si je répons «non» à l'une de ces questions, je dois dire «non!» et raconter immédiatement ce qui s'est passé à un adulte que j'aime bien.**

Analyse :

Le «test des trois questions» donne à l'enfant la faculté de reconnaître la plupart des situations dangereuses lorsqu'il se trouve en présence de personnes inconnues.

Renforcement :

- Aidez votre enfant à pratiquer le «test des trois questions» en jouant au jeu-questionnaire «*Que ferais-tu si ...?*». Par exemple :
- «*Que ferais-tu si, en rentrant de l'école, tu croisais un inconnu qui te demandait de l'aider à retrouver son gentil chien?*»
- «*Que ferais-tu si un inconnu t'offrait cinq dollars pour l'aider à nettoyer son sous-sol?*»
- «*Que ferais-tu si un inconnu te demandait l'heure?*»

N'acceptez que des réponses claires et précises, «oui» ou «non». Demandez à l'enfant d'inventer lui-même des questions.

7. INCONNU

- Énoncé :* **Un inconnu, c'est une personne qui ne m'a pas été présentée par un adulte en qui j'ai confiance.**
- Analyse :* L'enfant doit saisir la notion de «personne inconnue» pour pouvoir utiliser le «test des trois questions».
- Renforcement :* — Demandez à votre enfant de désigner des personnes qu'il considère comme des inconnus.

8. PERSONNES-RESSOURCES

- Énoncé :* **Il y a, dans mon voisinage, des personnes qui peuvent m'aider si j'ai un problème.**
- Analyse :* L'enfant doit savoir où aller et à qui se confier.
- Renforcement :* — Avec votre enfant, dressez une liste de personnes-ressources (policiers, pompiers, services téléphoniques spéciaux, etc.) avec qui communiquer en cas d'urgence. Joignez-y les adresses et les numéros de téléphone. Insistez pour qu'il ait toujours cette liste sur lui.
- Répétez-lui qu'il devrait s'adresser à ces personnes s'il ne pouvait vous rejoindre. Expliquez-lui cependant que ces mêmes personnes pourraient, au moment de l'appel à l'aide, ne pas être en mesure de solutionner ses problèmes. Recommandez-lui, si cela arrivait, de continuer à chercher jusqu'à ce qu'il trouve quelqu'un qui agisse.

9. CINQ RÉPONSES ACCEPTABLES

- Énoncé :* **Les cinq réponses que j'attends d'un adulte à qui je demande de l'aide sont :**
- «Je te crois.»
 - «Ce n'est pas ta faute.»
 - «Je suis désolé que ça te soit arrivé.»
 - «Je suis heureux que tu sois venu m'en parler.»
 - «Je vais t'aider.»

Si l'adulte ne me donne pas une de ces réponses, je devrai chercher ailleurs, jusqu'à ce que l'un d'entre eux me dise «tu as bien fait de venir me voir, je vais faire tout mon possible pour t'aider».

Analyse : L'enfant croit souvent que n'importe quel adulte l'aidera. La connaissance des «cinq réponses acceptables» lui permet de déterminer s'il a frappé à la bonne porte.

Renforcement : — Si votre enfant vous confie un problème, utilisez vous-même une des «réponses acceptables», même s'il semble s'être mis volontairement dans une situation fâcheuse (par exemple, s'il vous dit : «Jean m'a donné une gifle mais je lui en ai donné une en premier!») Vous devez comprendre que c'est alors la *conduite* de l'enfant qui est fautive, non *l'enfant*. Dans ce cas-ci, vous pourriez le blâmer, remettre en cause son choix, lui faire admettre qu'il a mal agi... mais vous ne devez jamais lui dire qu'il est un «mauvais enfant».

10. «J'AI BESOIN D'AIDE PARCE QUE...»

Énoncé : **Je dois dire à la personne à qui je demande de l'aide :**
— **ce que je ressens;**
— **quel est mon problème;**
— **ce que j'attends d'elle.**

Analyse : Pouvoir exprimer clairement ses besoins est une habilité que l'enfant doit développer pour s'assurer une meilleure protection car l'adulte ne sait pas forcément ce pour quoi on fait appel à lui.

Renforcement : — Habituez votre enfant à énoncer ses attentes lorsqu'il a besoin de vous dans sa vie quotidienne.

11. SENTIMENTS «DÉSAGRÉABLES» DIFFICILES À DIRE

Énoncé : **Il y a des sentiments «désagréables» dont j'ai très peur de parler.**

Analyse : Les sentiments «désagréables» les plus difficiles à confier sont ceux qui ont trait à la ruse, à la tricherie, à la menace, à la duperie, au mensonge, au secret et à la culpabilité. La plupart du temps, on retrouve l'un de ces sentiments, quelquefois tous, chez un enfant abusé sexuellement. C'est pourquoi celui-ci a besoin de savoir qu'il peut toujours demander de l'aide à un adulte en qui il a confiance, même s'il croit avoir contribué à créer la situation problématique.

-
- Renforcement :
- Créez un climat de confiance et de franchise à la maison.
 - Soyez compréhensif s'il a une mauvaise conduite. Montrez-lui plutôt quels choix il pourrait faire si de pareilles occasions se présentaient à nouveau.
 - Évitez de l'inciter à enfreindre les règles d'auto-protection que vous lui avez inculquées en lui jetant des phrases impérieuses du genre : «Fais ce que te dit ta gardienne» ou «Les adultes savent ce qui te convient le mieux.»
 - Faites la différence entre *mauvaise conduite* et *faute*. Par exemple, si votre enfant vous dit qu'il est allé au parc sans votre permission et qu'il y a rencontré un exhibitionniste, vous devez répondre : «Je sais que tu me dis la vérité et je suis vraiment désolé qu'on ait pu te faire cela. Nous appellerons la police. ce n'est pas ta *faute* si on a sexuellement abusé de toi, même si tu ne devais pas aller au parc. Personne n'a le droit de te faire cela. J'espère cependant que tu auras une *meilleure conduite* à l'avenir et que tu apprendras à obéir aux consignes d'auto-protection. Je te les ai enseignées pour t'aider à te protéger. Je suis fâché que tu ne les aies pas suivies, mais je suis content que tu m'en aies parlé.»

Lorsque nous sommes réellement ouverts avec nos enfants et que nous les acceptons tels qu'ils sont, ils commencent alors à s'accepter et à reconnaître qu'ils sont dignes d'amour et d'attention... dignes de réclamer le droit d'exprimer leurs sentiments et de se protéger contre tout préjudice éventuel.

BIBLIOGRAPHIE

- Pour les enfants* *C'est bien de dire non*, Cahier d'activités, Collection *Je veux savoir*, Édition Héritage, 300, rue Arran, St-Lambert (Québec) J4R 1K5, 1985.
- Les agressions sexuelles faites aux enfants : parlons-en pour mieux les prévenir*, Parents anonymes du Québec, Case postale 186, Succ. «Place d'Armes», Montréal (Québec) H2Y 3G7, 1985.
- Morgan, K. *My Feelings, a Story Colouring Book*, (ages 4 to 10), Migima Designs, P.O. Box 70064, Eugene, Oregon 97401. (Disponible en français)
- Pour les adultes* **Abus sexuels à l'égard des enfants*. Response — Journal of the Center for Women Policy Studies, novembre - décembre 1982.
- Beaulieu, Nicole. *L'Inceste, le triangle du silence*, Justice, vol. 5, n° 8, octobre 1983.
- Brockman, Christine. *Dossier. Abus sexuels, abus de confiance*, Droit de passage, vol. 6(2), novembre 1985.
- Foucault, Pierre. *Conséquences psychologiques d'un inceste*, Revue québécoise de psychologie, vol. 1, n° 2, mai 1980.
- L'Inceste ordinaire*, Chatelaine, septembre 1984, — *Infractions sexuelles à l'égard des enfants*, (Rapport Badgley) Approvisionnement et Services Canada, 1984.
- Jehu, Derek et Gazan, Marjorie. **L'Adaptation psychosociale des femmes victimes d'exploitation sexuelle dans l'enfance ou l'adolescence*, Canadian Journal of Community Mental Health, vol. 2(2), pp. 71-82, septembre 1983. (Disponible au CNIVF, Santé et Bien-être social Canada, Ottawa K1A 7B5.)
- Jeliu, Gloria. **Le Syndrome de l'enfant maltraité : perspectives* tiré de *L'Enfant : explorations récentes en psychologie du développement*. Les Presses de l'Université de Montréal, janvier 1980. Article reproduit par le Centre d'information sur la violence dans la famille, Santé et Bien-être social Canada.
- Labrèche, Julianne. *L'Inceste, un sujet tabou à sortir de l'ombre*, Readers Digest, 1983.
- Lemieux, Michel. *L'Inceste, un défi surmontable*, Convergence, vol. 1, n° 5, Montréal, 1981.
- Marois, Michelle, Messier, Camille et Perreault, Louise. *L'Inceste, une histoire à trois et plus... apprendre à les aider...*, études recherches, cahier 3, Ministère de la Justice, Comité de la protection de la jeunesse, Bibliothèque nationale du Québec, 1982.

-
- Messier, Camille. *L'abus sexuel, comment s'occupe-t-on des victimes*, Carrefour des affaires sociales, vol. 6, n° 4, automne 1984.
- Messier, Camille. *Les Abus sexuels d'enfants*, Relations, juillet-août 1984.
- Messier, Camille et De Champlain, Jean. *La protection sociale des enfants victimes d'abus sexuels, et où en sommes-nous au Québec?*, études recherches, cahier 5, Ministère de la Justice, Comité de la protection de la jeunesse, Bibliothèque nationale du Québec, 1984.
- Toulouse, F., Lemarc, B., Roussey, M. et al. *Hypothèses sur le rôle de l'inceste dans la famille à propos de 4 observations*, Journal de génétique humaine, pp. 255-262, 1982.
- Wells, Mary. **Lignes directrices pour l'entrevue exploratoire avec l'enfant victime d'agression sexuelle*, Centre national d'information sur la violence dans la famille, Santé et Bien-être social Canada, mai 1984.

Diaporama

Ma chère Julie, il est difficile à dire mon gros secret, Services de communication des centres de services sociaux. Le CSS Repentigny, 630, rue Marseille, Repentigny (Québec) J6A 7A3.

* Ces textes sont disponibles au Centre national sur la violence dans la famille, Santé et Bien-être social Canada, pièce 940, Édifice Brooke Claxton, Ottawa (Ontario) K1A 1B5.

NOTES :

Textes : Wendy Van Riesen

Conseillers : Fran Grunberg, Judith Mastai D. Ed., Moira Simpson,
Esther Schatz, ainsi que des éducateurs de l'école élémentaire
Henry Hudson de Vancouver

Adaptation française : Danièle Bellehumeur

This guide is also available under the title
Feeling Yes, Feeling No.

© Office national du film du Canada 1986
C.P. 6100, Succursale A
Montréal (Québec) H3C 3H5
Imprimé au Canada

ISBN : 0-7722-0113-7

BUREAUX DE L'OFFICE NATIONAL DU FILM DU CANADA

Région du Pacifique

Bureau régional :
1161, rue Georgia ouest
Vancouver, C.-B. V6E 3G4
545, rue Québec
Prince George, C.-B.
V2L 1W6
811, rue Wharf
Victoria, C.-B. V8W 1T2

Région des Prairies

Bureau régional :
245, rue Main
Winnipeg, Manitoba
R3C 1A7
222, 1^{re} Rue S.-E.
Succursale «M»
Calgary, Alberta T2P 3C3
Édifice du Centenaire
10031, 103^e Avenue
Edmonton, Alberta T5J 0G9
2001, rue Cornwall
Bureau 111
Regina, Saskatchewan
S4P 2K6
424, 21^e Rue est
Saskatoon, Saskatchewan
S7K 0C2

Région de l'Ontario

Bureau régional :
Édifice Mackenzie
1, rue Lombard
Toronto, Ontario M5C 1J6
First Place Hamilton
10 West Avenue South
Hamilton, Ontario L8N 3Y8
Nouvel Édifice fédéral
Rue Clarence
Kingston, Ontario K7L 1X0
659, rue King est
Bureau 205
Kitchener, Ontario N2G 2M4
366, rue Oxford est
London, Ontario N6A 1V7
195, 1^{re} Avenue ouest
North Bay, Ontario P1B 3B8
910, avenue Victoria
Thunder Bay, Ontario
P7C 1B4

Région de la Capitale nationale

150, rue Kent
Bureau 642
Ottawa, Ontario K1A 0M9

Région du Québec

Bureau régional :
Complexe Guy-Favreau
Tour est, Bureau 102
200, boul. Dorchester ouest
Montréal, Québec H2Z 1X4
530, rue Jacques-Cartier est
Chicoutimi, Québec
G7H 1Z5
350, rue Saint-Joseph est
Québec, Québec G1K 3B2
207, avenue de la Cathédrale
Rimouski, Québec G5L 5J1
42, rue Mgr-Rhéaume est
Rouyn, Québec J9X 3J5
315, rue King ouest
Bureau 03
Sherbrooke, Québec
J1H 1R2
Édifice Pollack, Bureau 502
140, rue Saint-Antoine
Trois-Rivières, Québec
G9A 5N6

Région de l'Atlantique

Bureau régional :
1572, rue Barrington
Halifax, Nouvelle-Écosse
B3J 1Z6
Centre d'achats Sydney
Rue Prince
Sydney, Nouvelle-Écosse
B1P 5K8
1, Market Square
3^e étage
Saint John
Nouveau-Brunswick E2L 4Z6
Édifice Terminal Plaza
1222, rue Main
Moncton, Nouveau-Brunswick
E1C 1H6
Édifice 205, Pleasantville
St. John's, Terre-Neuve
A1A 1S8
10, rue Main
Corner Brook, Terre-Neuve
A2H 1C1
202, rue Richmond
Charlottetown, Î.-P.-É.
C1A 1J2
