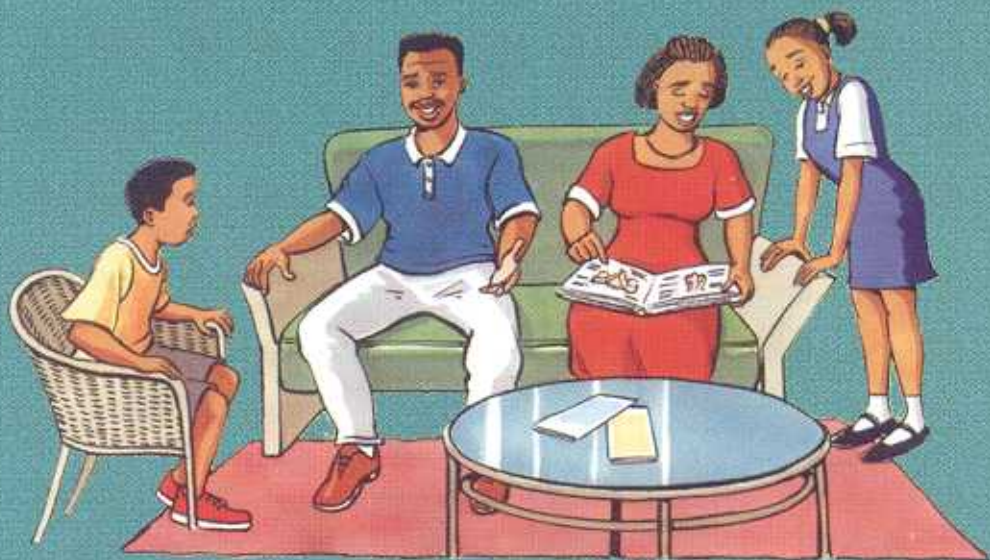


# PARLER DE SEXE AVEC SON ENFANT



Un guide pour les parents



# PARLER DE SEXE AVEC SON ENFANT

Un guide pour  
les parents



### **Un mot sur les parents**

Dans ce livret, le mot parent est utilisé dans un sens large. Nous prenons pour parents les adultes qui jouent un rôle de parent chez eux. Nous considérons comme parents, entre autres; grand-mères, grand-pères, autres proches, parents adoptifs, parents biologiques et autres tuteurs d'enfants.

### **Remerciements**

Ce livre est le fruit de "comment parler de sexualité avec votre enfant: un guide des parents", écrit par le 'Planned Parenthood Federation of America', Inc., New York.

Ont contribué à cette édition: Karen Hurt, membre de PPASA (texte et revue) et Kate Stratten (co-ordination)

### **Travail artistique:**

Alastair Findlay et Vusi Malindi

### **Conception:**

Revised by Mandy at V.A.M.P.

# Parler de sexe et de sexualité avec son enfant

**S**exe. On en parle à la radio, dans les films et les magazines en font cas dans leurs parutions. Les séries de télévision, comme "the bold and the beautiful" sont tellement pleines de relations sexuelles qu'il est difficile de savoir qui sort avec qui. Des chansons se rapportant à la sexualité sont chantées partout. Les professionnels de publicité utilisent le sexe pour tout vendre, du chocolat à la voiture. Les gens parlent de sexe partout: dans les taxis, dans les rues, à la maison, pendant les fêtes et dans les écoles. Donc, les enfants entendent et voient beaucoup de choses sur le sexe. Mais ils n'en perçoivent pas toujours les faits réels ou les idées positives. Ceci peut entraîner une confusion et créer une fausse conception de ce que le sexe et la sexualité sont en réalité. Très souvent, les enfants entretiennent des rapports sexuels avant d'être prêts. Ceci peut avoir des repercussions de longue durée, comme devenir jeune mère ou père, ou développer des maladies sexuellement transmissibles, telles que l'herpès ou le SIDA, ou compromettre sa carrière professionnelle. Nous voulons que nos enfants mènent une vie saine et bien remplie. Leur enseigner les attitudes à adopter à propos de sexe est un pas important pour atteindre ce but. Et ceci est le devoir du parent.



D'OÙ PROVIENNENT !  
LES BÉBÉS ?



## Et si je me sens mal à l'aise pour parler de sexe?

**S**i vous vous sentez mal à l'aise pour parler de sexe avec votre enfant, sachez que vous n'êtes pas un cas isolé. Beaucoup d'entre nous se retrouvent dans cette situation. Et ceci peut être dû au fait que:

- Nos parents ne nous ont pas parlé ouvertement de sexe et de sexualité et donc nous ne savons pas très bien comment nous y prendre.
- Nous craignons que le fait d'en parler à nos enfants ne les encourage à entretenir des relations sexuelles.
- Beaucoup d'entre nous se sont vus inculqués l'idée selon laquelle la sexualité est malpropre.
- Certaines croyances culturelles et religieuses empêchent souvent les parents de parler de sexe avec leurs enfants.
- Beaucoup d'entre nous craignent de ne pouvoir répondre à toutes les préoccupations des enfants.
- C'est difficile pour certains d'entre nous d'admettre que nos enfants ont des besoins sexuels.
- C'est aussi difficile pour nous de reconnaître devant nos enfants que nous avons nous mêmes des besoins sexuels.

COMMENT  
AI-JE APPRIS  
À CONNAÎTRE  
LA SEXUALITÉ



Essayez de vous souvenir de la manière dont vous avez connu la sexualité. Comment cela a-t-il affecté vos attitudes envers les relations sexuelles. Nous vivons dans un monde qui est très différent de celui dans lequel nos parents ont vécu, comme enfants. Les convoitises et les pressions auxquelles nos enfants sont exposés sont très éprouvantes, à l'instar du taux élevé de grande criminalité et du VIH / SIDA. Il est de notre devoir d'aider nos enfants à prendre des décisions sages. Des études ont montré que plus les enfants sont exposés à des faits réels concernant la sexualité plus ils sont capables d'observer l'abstinence sexuelle. Ce livret vous fournit des idées sur la manière dont vous pouvez parler de sexe et de sexualité avec vos enfants.

## Quelle est la différence entre sexe et sexualité?

**I**l ya deux sens à donner au mot 'sexe'.le premier c'est de savoir si l'on est né(e) male ou femelle. Le second c'est l'acte sexuel, avoir des rapports sexuels.

La sexualité se rapporte à comment nous nous voyons tant que filles et garçons, femmes et hommes. Cela inclus comment nous nous sentons et ce que nous pensons de notre corps, si nous tombons amoureux de personnes de sexe opposé ou du même

sexe, les sentiments sexuels que nous éprouvons et les pensées qui en découlent. Notre sexualité influence les décisions que nous prenons et la manière dont nous nous comportons.

La sexualité se rapporte aussi à nos valeurs dans la vie, dans l'amour et dans nos amitiés. C'est la manière dont nous vivons l'amour, le bonheur, la joie et la tristesse.



### Orientation sexuelle

Notre orientation sexuelle influence notre sexualité. On dit qu'une personne est normo-orientée lorsqu'il/elle a un penchant pour un individu du sexe opposé. "Les pédés" sont des hommes qui ont un penchant pour les hommes. Lorsqu'une femme préfère coucher avec d'autres femmes, on dit qu'elle est lesbienne. Et les gens qui couchent avec les individus des deux sexes sont classifiés comme "bisexuels"

## Pourquoi les enfants ont-ils besoin de savoir ce qu'est la sexualité?

Les enfants qui comprennent le sens leur sexualité sont :

- Plus capables de prendre en main leurs vies.
- Ont plus de chance d'être confiants et d'avoir des relations aimables.
- Plus capables de supporter leurs sentiments.
- Plus capables de dire "non" quand ils ne sont pas d'accord avec ce que leurs camarades disent ou font.
- Plus à l'abri de se voir sexuellement abusé (e) et de devenir abuseurs.



## Apprendre à connaître le sexe commence chez soi

**D**ès la naissance, les enfants apprennent à connaître la sexualité. Le domicile est le lieu le plus raisonnable où ils apprennent à connaître le sexe. Vous transmettez à vos enfants vos idées, vos attitudes, vos sentiments et tout autre chose sur le sexe et la sexualité. Vous ne vous rendez sûrement pas compte de combien vous les enseignez. Mais nous sommes certainement pour nos enfants des modèles.

Etant parents nous pouvons aider nos enfants à considérer la sexualité comme quelque chose de naturel dès leur naissance. Ceci leur permettra de poser facilement des questions et de prendre des décisions sages plus tard dans leur vie. Nous devons leur fournir l'information correcte, de sorte qu'ils puissent facilement comprendre, à leur jeune âge. Nous pouvons aussi oser arrondir les incompréhensions et les fausses informations qu'ils reçoivent ailleurs.

## 'Non' c'est 'non'

**N**ous pouvons aider nos enfants à être capables de dire non lorsqu'ils sont sexuellement sollicités et qu'ils n'en veulent pas. Il est aussi important de leur apprendre, surtout les garçons, à respecter le "non" d'une fille. En Afrique du Sud nous avons une culture selon laquelle les garçons et les hommes croient que les filles et les femmes sont leurs propriétés et qu'ils peuvent en faire ce qu'ils veulent. Ceci est contraire à la démocratie et est aussi contre la loi. Ces droits sont prévus dans la constitution. C'est un document légal qui définit nos droits. Il précise que nous avons le droit, entre autres, à l'égalité et d'être libre de toute discrimination. Il précise que nous avons le droit à la dignité humaine, à l'intimité et à un environnement sain.



Pourtant, notre taux de viol et d'abus sur la femme est parmi les plus élevés au monde.

## Bâtir la confiance

**N**os enfants nous feront plus confiance et se confieront à nous si nous sommes honnêtes, ouverts et attentionnés. Si nous ne leur accordons pas d'égars, ils nous tourneront sûrement le dos.

Si votre enfant décide de commencer à avoir des rapports sexuels, alors même qu'il/elle sait que vous trouverez que ce n'est pas sage, ne l'abandonnez pas. Essayez de vous souvenir de votre enfance et de votre adolescence. Pensez aux actes que vous avez dû poser alors!

Nos enfants prendront leurs décisions eux-mêmes. Et notre rôle sera de les éduquer et de les guider dans l'espoir que ces décisions soient sages. S'ils deviennent sexuellement actifs nous pouvons toujours jouer un rôle de protecteur. Nous pouvons y arriver en leur parlant des méthodes de contraception; où s'en procurer et comment ils peuvent se protéger contre les maladies sexuellement transmissibles et le VIH/SIDA avant de commencer à avoir des rapports sexuels. Ceci implique que nous devons nous mêmes être bien informés et surtout être à jour.

Ceci devrait être considéré comme le défi d'un voyage difficile à effectuer ensemble avec votre enfant ou vos enfants.

## Seriez vous capable de livrer trop d'information?

**E**n réalité une information ne peut être de trop, parceque:

- l'information n'encourage pas les enfants à devenir sexuellement actifs,
- Les enfants se font une meilleure opinion à propos de sexe lorsqu'ils ont toutes les informations dont ils ont besoin et



quand ils peuvent en discuter ouvertement à la maison.

- Si les enfants possèdent le savoir nécessaire, ils pourront mieux se protéger contre la grossesse, les maladies sexuellement transmissibles et le VIH / SIDA lorsqu'ils décident d'avoir des rapports sexuels.

Donner aux enfants l'information nécessaire est aussi important que leur donner de la nourriture, de l'abri, des habits et de l'affection.

## Comment s'y prendre pour parler de sexe?

**M**ême si cela vous gêne de parler de sexe avec votre enfant vous pouvez toujours l'aider à se sentir à l'aise avec sa sexualité. Soyez ouvert et honnête à propos de vos sentiments. Ceci l'amènera en retour à être ouvert et honnête.

Cet exemple pourrait vous aider à commencer une discussion sur le sexe et la sexualité. Dites quelque chose comme: " il m'est difficile de parler de sexe. Mes parents et moi n'en avons jamais discuté. Mais je veux que tu aies quelqu'un à qui parler quand le besoin se présentera"

Si vous cachez vos sentiments ou évitez le débat cela ne vous amènera nulle part. Votre enfant découvrira ce que vous faites. Vous n'avez pas forcément besoin de prendre un air très sérieux quand vous devez parler de sexe. Rien ne peut briser le mur de la méfiance comme un beau rire.



## Quel est le meilleur moment pour commencer à parler de sexe?

**C**ommentez à parler de sexe à votre enfant dès qu'il ou elle commence à avoir des signes de maturation sexuelle. En fait, ceci se fait depuis la naissance. Mais

ne vous en faites pas si vous n'avez pas encore commencé, il n'est jamais trop tard. Le plus important c'est d'être aux côtés de votre enfant lorsqu'il ou elle a besoin de se confier. Toute occasion pour parler de sexe est bonne à saisir. A l'écoute de la radio vous pouvez tomber sur un sujet de ce genre. Alors demandez à votre enfant ce qu'il ou elle pense de l'émission. Partagez vos idées et points de vue.

## Qu'est-ce que les enfants ont-ils besoin de savoir? Et quand en ont-ils besoin?

**L**es enfants ont besoin de savoir qu'ils sont normaux. Nous pouvons les aider à comprendre que chacun est différent. Et qu'il est normal d'être différent. Les enfants ont des besoins différents, aux différents stades de leurs vies. Voici quelques idées pour guider vos enfants à travers ces différents stades:

### De la naissance à l'âge de deux ans:

**N**ous donnons un sens à la vie des bébés dès leur naissance. Selon la manière dont nous les traitons, les enfants se sentiront soit en sécurité soit en insécurité. Nous leur communiquons ce genre de sentiment à partir de :

- Comment nous les tenons et les touchons
- La manière dont nous les nourrissons, les lavons et changeons leurs couches.
- Comment nous leur parlons, le ton de nos voix.
- La liberté que nous leur donnons à se sentir à l'aise avec leur corps et leurs émotions.



Ils développent des sentiments positifs sur la sexualité quand nous faisons toutes ces choses avec gentillesse, amour et attention.

Il est normal qu'un bébé explore son corps. Les filles par exemple se rendent vite compte que toucher leur clitoris procure une bonne sensation. Les garçons découvrent la même chose avec leurs pénis. Il faut les laisser s'amuser, c'est normal. Même si vous leur criez dessus ou les tapez ils le feront. Et plutard ils le feront secrètement. Vous leur aurez ainsi enseigné à se sentir coupable de toucher leurs parties génitales.

Aussi pourraient ils ne pas vous faire confiance plus tard comme guide concernant la sexualité. Il est aussi important que les enfants sachent que faire les selles et faire pipi résultent d'un fonctionnement normal de l'organisme.

## De trois à cinq ans

**A** l'âge de trois ans il se peut que l'enfant vous ait déjà demandé pourquoi les filles et les femmes sont différentes des garçons et des hommes. Il ou elle est prêt (e) pour savoir la différence entre les organes génitaux des mâles et ceux des femelles, et pourrait même vouloir les toucher ou interroger la dessus. Parlez de sexe de la même manière que vous parlez des coudes, du nez, des doigts et des orteils. Utiliser les vrais noms. Dites clitoris, pénis, seins, ou vagin au lieu de d'utiliser des mots comme machins, trucs et autres. Si vous utilisez des surnoms les enfants peuvent penser qu'il ya quelque chose d'anormal concernant ces parties de leurs corps. Les gamins sont aussi curieux d'en savoir sur leur corps et sur celui de leurs amis, leurs frères, leurs soeurs et leurs cousins. Ils peuvent jouer à des jeux comme "docteur-infirmier" et d'autres jeux qui leur donnent ainsi l'occasion de regarder les corps les uns des autres. Ceci est une voie normale pour les enfants de découvrir les différences et d'apprendre à connaître la sexualité. Vous avez certainement vous mêmes dû apprendre de cette façon. Vous pouvez ne pas choisir de laisser les enfants jouer à ce jeu. Mais vous n'apportez rien à vos enfants en les punissant pour avoir fait ce qui est normal. Si vous

choisissez de les laisser faire, alors gardez vos distances mais soyez rassuré qu'aucun des enfants n'est effrayé ou blessé. A trois ans les enfants commencent à poser des questions comme: "d'où viennent les bébés". Vous n'avez pas à leur expliquer la sexualité à cet âge. Donnez des réponses simples. Vous pouvez donner comme réponse: "les bébé poussent dans un endroit spécial dans le ventre de leurs mamans."



Au fur et à mesure que l'enfant grandit vous pouvez progressivement ajouter d'autres détails, lorsqu'il ou elle sera à même de mieux comprendre. C'est normal pour un enfant de 4 ans d'être proche d'un parent. Certains enfants pourraient même manifester de la jalousie envers l'autre parent(e) ou partenaire si vous en avez un(e) dans votre vie. Ils peuvent être très proches des deux sexes. Ceci ne signifie pas que vous pouvez déterminer si votre enfant est normo-orienté, homosexuel ou bisexuel. Laissez vos enfants se sentir à l'aise quelque soient les liens qu'ils développent, autant que vous avez confiance en l'adulte. A quatre ans les enfants peuvent vouloir se blottir contre leurs parents, dans le lit. Ils peuvent vouloir voir leurs parents sans vêtements. C'est important de ne permettre que ce qui met à l'aise tous les membres de votre famille. Mais les enfants ne devraient être punis pour avoir posé de telles questions!

## De cinq à sept ans

C'est un fait courant qu'en grandissant, les enfants deviennent moins attachés à leurs parents. Entre cinq et sept ans les enfants commencent à remarquer de quel sexe ils sont et comment la société pense qu'ils devraient se comporter. Ils peuvent bien être possessifs selon qu'ils soient mâles ou femelles. C'est pourquoi il est assez courant pour eux de dire qu'ils n'aiment pas les enfants du sexe opposé.

A l'école primaire, les enfants peuvent avoir honte de poser des questions ; mais ceci ne signifie pas qu'ils n'ont pas de questions. La plupart d'entre eux ont entendu parler des choses comme "VIH/SIDA, viol, et le mauvais traitement des enfants. Ils se soucient de ces choses même s'ils ne disent rien. Donc nous avons besoin



d'engager avec eux des discussions franches et répondre à leurs questions.

Les dires d'un voisin, les émissions de télévision et de radio, les images, les grands titres des journaux et magazines, peuvent nous aider à

démarrer une conversation avec nos enfants. Ce sont des "moments d'enseignement"

La plupart des enfants touchent à leur sexe par plaisir. C'est la masturbation et c'est fréquent chez les filles et les garçons de ce groupe d'âge. Beaucoup parmi nous ont été amenés croire que la masturbation est quelque chose de sale et dégoûtant". En réalité c'est quelque chose de sain et normal aussi bien pour les enfants que pour les parents- mais seulement en privé.

## Pré-adolescence: huit à 12 ans

**D**ans ce groupe d'âge, les enfants ont besoin de tout savoir sur la menstruation, l'éjaculation pendant le sommeil, la formation des seins et autres signes de croissance. A cet âge les enfants se soucient beaucoup de savoir s'ils sont "normaux" ou pas. Les garçons se font des soucis pour la taille de leurs pénis. Et les filles pensent au volume de leurs seins. Nous devons faire comprendre à nos enfants qu'il est normal d'être différent et que ces deux entités ne peuvent pas être égales. Il est bon de les encourager à s'accepter ainsi et à être confiant. Les parents rabaisent parfois leurs enfants aussi bien à la maison qu'en publique en leur criant dessus ou en les embarrassant. Ces parents ne se rendent pas compte du mal qu'ils font à leurs enfants tant qu'une personne qui grandit et aussi à leurs relations avec l'enfant.

Nous devons laisser les enfants à ce âge là, se conformer aux attitudes et habitudes de leurs semblables. Mais dans le même temps nous devons les encourager à penser à eux mêmes et ne pas se laisser influencer par leurs amis. Les enfants sont émerveillés par la façon dont leurs corps changent. C'est fréquent de les voir se

toucher les sexes les uns des autres. Et ceci est une manière pour eux d'apprendre qu'ils sont normaux. Ils le font avec des amis des deux sexes. Cela n'a aucune influence sur l'orientation sexuelle que l'enfant adoptera plus tard. La plupart des enfants de 12 ans;

- sont prêts à en savoir sur le sexe et à savoir comment les bébés sont faits.
- Veulent en savoir sur les relations sexuelles et les amitiés.
- Ont besoin de connaître les maladies sexuellement transmissibles, la contraception (pour les garçons et pour les filles), et ce qu'il en adviendrait de leurs vies s'ils venaient à être adolescents et pères ou mères.
- Ont besoin d'être forts et suffisamment sages pour dire "non"
- Devraient savoir ce que veut dire avoir des relations sexuelles saines et que ceci diminue le risque de propagation des maladies sexuellement transmissibles
- Doivent savoir comment entretenir des relations sans être blessé et sans blesser les autres
- Doivent savoir qu'ils sont responsables de leurs choix.



## Adolescents: 13 à 18 ans

**L**es adolescents sont souvent profondément inquiets de se voir différents.

Ce sont des sujets faciles à mettre sous pression de la part de leurs semblables et susceptibles de suivre leurs mauvais conseils. Nous devons leur dire que leur sexualité et leurs sentiments sont normaux. Si votre enfant est lesbienne ou travesti, vous allez devoir lui manifester plus de soutien. Tout adolescent se doit de prendre une décision concernant les rapports sexuels. Si votre fils ou votre fille pense à avoir des rapports sexuels, engagez une discussion à ce propos. Cela l'aidera à faire attention afin de prendre des décisions sages.

- Es-tu gén(e) de te savoir vierge?
- Sais-tu comment éviter une grossesse, les maladies sexuellement

transmissibles et l'infection à VIH

- As-tu l'impression d'être contraint(e) d'avoir des rapports sexuels?
- Es-tu entraîné(e) de contraindre quelqu'un à coucher avec toi?
- Le fait d'avoir des rapports sexuels va-t-il t'apporter quelque chose de différent?
- As-tu besoin d'avoir des rapports sexuels pour essayer d'être plus populaire?
- Penses-tu que tu ne devrais avoir des rapports sexuels qu'avec ton copain ou ta copine?
- Penses-tu à avoir des rapports sexuels parce que tes parents te le défendent?
- Connais-tu tes limites, c'est-à-dire lorsque tu veux stopper une activité sexuelle déjà entamée?
- Seras-tu capable de faire savoir tes limites à ta copine / ton copain?
- Les gens vont-ils t'écouter et te respecter si tu dis, "je décide d'arrêter", "ça va trop loin", "non", "ça me fait de la peine"?
- Si ton partenaire dit "non", vas-tu arrêter?
- Es-tu psychologiquement et financièrement prêt (te) pour faire face aux responsabilités liées au fait d'être adolescent(e) et parent(e)?
- Serait-il facile d'abuser de toi ou bien as-tu tendance à abuser des autres?
- Es-tu capable de convaincre ton/ta partenaire sexuel (le) d'utiliser des préservatifs pendant les rapports sexuels?



## Des astuces importantes pour les parents

**V**oici quelques idées auxquelles ils vous acceptent dans leurs vies.

- Donnez de bons exemples dans votre manière de faire.
- Dites à vos enfants qu'ils sont normaux.
- Respectez l'intimité de votre adolescent autant que vous accorder de l'importance à la nôtre. N'essayez pas d'interférer.
- Qu'ils sachent que vous leur faites confiance et les respectez.
- Utilisez les vrais noms des organes génitaux sexuels et du comportement sexuel. Sinon vous donnez l'impression qu'il y a quelque chose d'anormal, de ridicule ou de mauvais les concernant ou concernant le sexe.
- Profitez des moments propices à l'enseignement.
- Soyez sensible lorsque vous parlez de sexe. Une fille peut ne pas se sentir à l'aise en parlant de sexe en présence de garçons ou d'hommes; de même les jeunes garçons peuvent se sentir gênés lorsque vous leur parlez de sexe en présence de filles ou de femmes. Les jeunes filles préféreront sûrement parler avec des femmes et les jeunes garçons avec des hommes. Mais ceci n'est pas toujours le cas, surtout si les parents discutent ouvertement de sexe et de sexualité à la maison.
- Cultivez en eux l'amour propre et la confiance en soi. Recompensez les pour leurs talents et leurs performances.
- Donnez aux questions de vos enfants des réponses correctes, courtes et simples.
- Il existe des organisations non gouvernementales (ONG) qui offrent conseils et informations; c'est le cas de "Planned Parenthood Association of South Africa" (PPASA). Cherchez des organisations qui peuvent vous aider.
- Essayez d'obtenir des informations qui sont à jour et qui traitent de sexe et de sexualité d'une manière moderne et progressive.
- Il ne faut pas juger les questions. Par exemple si votre enfant vous demande: "à quel âge peut on avoir des rapports le pense





sexuels?" cela ne signifie pas qu'il/elle pense déjà à avoir des rapports. Vous pouvez peut être lui demander en premier lieu ce qu'il/elle pense. Vous pouvez dire par exemple : "je n'ai pas la réponse à cette question en ce moment, mais on peut en parler. Qu'est-ce que tu en penses?"

- Quand votre enfant pose des questions sur le sexe, c'est souvent parcequ'il/elle veut comprendre certaines valeurs liées à la notion de famille.
- Faites savoir à vos enfants que vous êtes là pour eux.
- Partager avec eux ce que vous pensez et ce que vous ressentez de manière à ce qu'ils/elles puissent comprendre.
- Posez leur des questions, même s'ils ne vous en posent pas. Demandez leur ce qu'ils pensent et ce qu'ils savent. C'est de cette manière que vous les aiderez à développer des idées et des points de vue sur le sexe et la sexualité.
- Soyez sûr (e) de vos propres sentiments et valeurs.
- Avouez le quand vous ne savez pas. Nous pouvons aider nos enfants (et nous mêmes) en demandant à des experts tels que des professionnels de la santé, et en lisant de bons livres, des magazines, des brochures et des livrets. Il faut toujours essayer de repérer ce que votre enfant veut savoir et essayer de l'aider à trouver des réponses.
- Soyez sûr(e) de ce que vous allez dire avant de parler
- Parlez avec votre partenaire de choses qui vous tourmentent; un(e) ami(e) ou bien quelqu'un en qui vous avez confiance; ceci peut vous aider à voir comment vous voulez parler à votre enfant et vous met aussi en confiance lorsque vous parlez de sexe et de sexualité .
- Ne trahissez pas votre enfant en racontant à d'autres personnes une information personnelle qu'il/elle vous a confiée.

- Utilisez les erreurs des adolescents comme de bons moments pour apprendre. Si vous le/la critiquez, l'enquiquinez, lui faites la leçon, le/la jugez ou lui criez dessus, alors vous éloignerez votre enfant de vous.

- Apprenez à connaître le monde dans lequel votre enfant vit. Quels sont les pressions et les stresses auxquels il doit faire face.

- L'idée de votre enfant concernant ce qui est "normal" peut être très différente de la vôtre dans



certaines circonstances. Essayez de les comprendre au lieu de les juger. Ainsi vous pourrez renforcer la communication entre votre enfant et vous.

- Si vous manifestez un intérêt particulier dans leurs activités et accorder de l'importance à leurs amis, alors vos enfants sauront que vous prenez soin d'eux. Il y a beaucoup plus de chance qu'ils vous acceptent dans leurs vies.

## Le saviez vous?

Une récente étude sur les enfants et les adolescents en Afrique du Sud montre que:

- Beaucoup d'adolescents ont des rapports sexuels à un très jeune âge. Une étude a montré que la moyenne d'âge au moment du premier rapport sexuel est de 14 ans pour les garçons et 15 ans pour les filles. Les rapports selon lesquels les enfants entretiennent des relations sexuelles dès l'âge de 12 ans et même à plus bas âge sont de plus en plus courants.
- La plupart des adolescents n'utilisent aucune méthode de contraception quand ils ont les rapports sexuels.
- La plupart des adolescents sexuellement actifs ont plus d'un(e) partenaire.
- La plupart des jeunes gens ne bénéficient pas d'éducation sexuelle suffisante ou adéquate de la part de leurs parents.
- Beaucoup d'écoles de notre pays n'offrent jusque là pas d'éducation sexuelle dans leurs programmes.
- La plupart des parents veulent que les écoles se chargent de l'éducation sexuelle.
- Jusqu'à l'âge de dix-huit ans, une fille sur quatre et un garçon sur sept sont sexuellement abusés.
- L'Afrique du Sud a l'un des taux les plus élevés de grossesse dans le monde. A présent, 330 femmes enceintes sur 1000 sont des adolescentes.
- Chaque année, des milliers d'adolescents sont atteints de maladies sexuellement transmissibles.
- Le VIH, le virus responsable du SIDA, se propage plus rapidement parmi les jeunes gens de 15 à 30 ans. Les jeunes femmes sont les plus exposées. En 1997, selon les estimations du département de santé il y avait environ 1000 nouvelles personnes (hommes, femmes et enfants) infectées tous les jours par le VIH. Et ceci augmente tous les ans.

- l'Afrique du sud a l'un des taux de viols les plus élevés dans le monde. Les cas de viols commis sur des filles et des femmes par un individu qui les a invitées à une sortie sont très courants. Nous devons enseigner aux filles et particulièrement aux jeunes femmes comment se défendre. Et amener les garçons à savoir que c'est un acte illégal, et inacceptable que de contraindre quelqu'un à un rapport sexuel. C'est du viol!

## Éducation sexuelle à l'école

Parents, écoles et la communauté doivent travailler comme une équipe pour éduquer les enfants à propos de sexe et de sexualité. Le département d'éducation nationale a décidé d'introduire "orientation de la vie" comme un nouveau domaine d'apprentissage dans les écoles. Ceci fait partie du programme de 2005 et va inclure l'éducation sexuelle.

### Qu'est-ce que l'éducation sexuelle?

L'éducation sexuelle se propose de:

- Aider les jeunes gens à développer une idée positive en ce qui concerne la sexualité
- Fournir la vraie information
- Susciter des discussions qui aideront les jeunes gens à mesurer leurs valeurs. Et de promouvoir des valeurs positives dans la vie
- Inculquer aux jeunes des qualités qui les aideront à prendre des décisions sages concernant le sexe et la sexualité.
- Aider les enfants à apprendre à se tenir debout pour eux mêmes, et comment négocier
- Évoquer le débat sur le traitement abusif des enfants.

Le département de l'éducation nationale veut que les enfants apprennent à:

- S'aimer et à se respecter
- Respecter le droit des autres personnes à avoir leurs propres croyances et valeurs.
- Reconnaître la valeur morale et avoir du respect pour les droits de l'homme, le cas de Ubuntu et les autres façons similaires de penser

- Être capable de mettre en pratique les qualités acquises dans la vie et dans les prises de décision.
- Se faire leur propre opinion sur la notion de raison et de tort

Les enseignants devraient encourager les adolescents à prendre la sexualité comme quelque chose de naturel qui fait partie de leurs vies. Ils ont aussi un rôle important à jouer dans les prises de décision concernant la sexualité.

Les parents peuvent prendre part aux réunions dans les écoles pour débattre de ce qui fera l'objet de discussion dans les cours d'éducation sexuelle.

## Conclusion

Prenez l'initiative quand il s'agit de parler de sexe et de sexualité avec vos enfants. L'apprentissage commence à la naissance. Vous pouvez fournir une information correcte, aider à cultiver des qualités, et aider vos enfants à développer leurs valeurs et croyances. Tout ceci va les aider à prendre des décisions sages.

Essayez de maintenir une communication ouverte pour ainsi réellement maintenir le contact avec votre enfant. Plus les enfants en savent sur la sexualité et la contraception, plus ils ont la capacité de prendre des décisions sages concernant leur propre sexualité.

Notre vœux c'est que l'une des sages décisions que prendra l'enfant soit l'abstinence sexuelle jusqu'à un âge plus avancé. Et s'il ou elle a déjà des rapports sexuels, que l'usage des méthodes dites de rapports sains comme les préservatifs et autres contraceptifs soit de mise.

## Livres utiles

Si votre bibliothèque ou votre librairie ne possède ces livres, demandez leur de les commander pour vous. Les écoles devraient être encouragées à en avoir des copies.

- "Bodywise", par Harriet Perman et le 'Planned Parenthood Assosiation of South Africa'(PPASA)
- "Get high on life", par Adele Searl"
- "Dealing with rape" par Sharon lewis, centre d'étude violence et reconciliation

## Les organisations qui peuvent vous aider:

Soyez à l'écoute pour les ateliers pour parents qui peuvent être organisés par des ONGs dans votre communauté. Beaucoup d'organisations existent qui vous aideront. En voici juste quelques unes:

- Planned Parenthood Assosiation of South Africa (PPASA) siège national  
Tel: (011) 482-4601
- Childline  
Tel : 0800-0555 55
- Child welfare society Siège National  
Tel: (011) 975-7106
- Lifeline siège National  
Tel: (011) 781-2337
- Family and marriage Assosiation of South Africa (FAMSA):  
siège national  
Tel: (011) 975-7106
- National HIV/AIDS help line  
Tel: 0800 012 322
- Rape crisis  
Tel: (021) 479 762
- 'Child protection unit, South African police': appelez votre commissariat local de police.
- LoveLife  
thethajunction youth line. Tel; 0800 121 900  
Parent line. Tel: 0800 121 100