

Joanna Smith

**PROTÉGER
SON ENFANT
DES
VIOLENCES
SEXUELLES**

DUNOD

Mise en pages :
PCA

NOUS NOUS ENGAGEONS EN FAVEUR DE L'ENVIRONNEMENT :



Nos livres sont imprimés sur des papiers certifiés pour réduire notre impact sur l'environnement.



Le format de nos ouvrages est pensé afin d'optimiser l'utilisation du papier.



Depuis plus de 30 ans, nous imprimons 70 % de nos livres en France et 25 % en Europe et nous mettons tout en œuvre pour augmenter cet engagement auprès des imprimeurs français.



Nous limitons l'utilisation du plastique sur nos ouvrages (film sur les couvertures et les livres).

© Dunod, 2024
11 rue Paul-Bert, 92240 Malakoff
www.dunod.com
ISBN 978-2-10-085471-4

À mes patient(e)s
Touchée par votre confiance

Table des matières

<i>Introduction</i>	9
1. Qui sont les agresseur(se)s sexuel(le)s d'enfants?	17
Ce qu'on ne vous a jamais dit.....	17
C'est quoi, les violences sexuelles envers les enfants?..	19
Les profils types des agresseur(se)s	20
<i>Les adultes commettant des violences sexuelles</i>	
<i>sur mineur(e)s</i>	21
<i>Les adolescent(e)s</i>	35
La récidive	41
2. Comment déjouer les modes opératoires?	45
La manipulation et l'emprise	46
<i>Outrepasser les limites</i>	47
<i>Rendre dépendant</i>	47
<i>Endormir le sens critique</i>	47
Plus rares, les autres modes opératoires	53
<i>La violence</i>	53
<i>La surprise</i>	54
<i>La contrainte ou la menace</i>	54

Déjouer l'emprise d'un adulte qui côtoie mon enfant.....	55
Détecter que mon enfant est sous emprise	59
3. Se protéger des risques.....	61
Quels risques à quel âge?	62
<i>La petite enfance (0-4 ans)</i>	62
<i>L'enfance d'âge élémentaire (5-10 ans)</i>	68
<i>L'adolescence (11-18 ans)</i>	72
Les risques selon le lieu	79
<i>Les risques en famille</i>	79
<i>Les proches</i>	83
<i>L'école, les activités extrascolaires et les loisirs</i>	86
<i>Les relations avec les pairs</i>	90
<i>Les signes d'alerte dans la relation amoureuse</i>	91
<i>Les risques avec les inconnus</i>	95
<i>Les risques sur Internet</i>	97
<i>La pornographie</i>	101
Les enfants à risques, les familles à risques.....	109
4. Apprendre à son enfant à se protéger des violences sexuelles	119
Avoir les mots pour parler de sexualité: l'éducation sexuelle.....	120
<i>L'anatomie, les mots</i>	122
<i>Mon corps m'appartient: le consentement</i>	123
<i>Les deux types de toucher: approprié/inapproprié</i>	130
<i>La dimension relationnelle de la sexualité</i>	134
Informé son enfant sur les violences sexuelles.....	135
Lui apprendre les règles de sécurité corporelle	138
Favoriser la parole, lutter contre le secret	139
Savoir dire non	143

5. Protéger activement son enfant	149
S'entraîner à <i>nommer</i> et <i>recadrer</i>	149
Sécuriser l'environnement de son enfant :	
sensibiliser l'entourage	152
<i>Communiquer ses règles et ses limites</i>	
<i>aux personnes côtoyant l'enfant</i>	152
<i>Parler au sujet des violences sexuelles</i>	153
<i>Partager ses réflexions avec d'autres adultes</i>	154
<i>Sensibiliser les organismes qui accueillent l'enfant</i>	154
<i>S'engager, militer</i>	155
<i>Lutter contre les rapports de domination</i>	156
6. Comment réagir dans les situations difficiles?	159
Un enfant ou un adolescent de mon entourage	
a peut-être été victime	160
Quels signes doivent m'interroger? Quand dois-je	
m'inquiéter?.....	162
Mon enfant ou mon ado a agressé sexuellement	
un autre enfant	164
Un adulte de mon entourage a commis	
des violences sexuelles	166
J'ai peur de passer à l'acte.....	170
<i>Conclusion</i>	
Que puis-je faire ensuite?	173
Carnet de ressources.....	175
Listes des actions possibles par tranche d'âge	187
Les statistiques à retenir	190
Remerciements	192

Introduction

En vous procurant ce livre, vous avez témoigné du fait que vous avez à cœur de protéger votre enfant des violences sexuelles. Bravo! Même si ça semble aller de soi, ce n'est pourtant pas un choix facile. C'est un sujet qui fait peur, face auquel nous avons tendance à nous sentir très impuissants en tant que parents. Il y a pourtant bien des choses que l'on peut faire! Mais pour cela, il faut avoir les bonnes informations, savoir quoi repérer et comment réagir de façon dissuasive.

C'est en cela que cet ouvrage peut vous être utile. Pendant quinze ans, j'ai travaillé en tant que psychologue auprès d'agresseurs sexuels sur enfants. Mon travail consistait à prévenir la récurrence chez ces personnes qui avaient commis des violences sexuelles sur des mineurs et/ou téléchargé du matériel pédopornographique. Il s'agissait notamment de les confronter aux violences sexuelles qu'ils avaient commises, d'analyser ce qui les avait amenés à passer à l'acte et, bien sûr, de travailler à réduire les risques de récurrence. La plupart de ces suivis duraient trois ans ou plus et se déroulaient en groupe. J'ai donc travaillé avec ces hommes – si les femmes commettant des violences sexuelles existent, nous n'en recevions que très rarement – de façon très approfondie, sur leurs situations à risques, mais aussi leurs difficultés psychologiques et

relationnelles. Je me suis formée, penchée sur la recherche sur le sujet, j'ai bénéficié du travail au sein d'une équipe très spécialisée, et j'ai formé des collègues à mon tour. Cela m'a aidée à esquisser des réponses à l'incontournable question, que vous vous posez certainement aussi, « comment peut-on faire une chose pareille? », sans pour autant chercher à justifier, excuser ou atténuer la gravité des faits. Mais le travail de groupe auprès des agresseurs sexuels à l'encontre des enfants m'a surtout permis de comprendre quelque chose de nouveau, et de capital : l'agression est très rarement soudaine. Autrement dit, elle est précédée par des tentatives de rapprochement de l'agresseur à l'égard de la victime, des stratégies de manipulation de l'enfant et de sa famille, voire par la mise en place d'une relation d'emprise. Et ça, ça prend du temps, et il y en a de multiples signes visibles par des tiers. Certains agresseurs sexuels d'enfants m'ont même dit avoir repéré d'autres agresseurs à l'affût dans leur entourage ou celui des victimes ! C'est donc qu'en étant sensibilisé et en sachant quoi observer, vous pouvez bel et bien prévenir des situations à risques.

Peu à peu, j'ai approfondi en parallèle ma formation en victimologie et commencé à prendre en charge en psychothérapie des adultes victimes de violences sexuelles dans l'enfance ou à l'âge adulte. Leurs récits, ce qu'ils/elles décrivaient de leurs difficultés à révéler les faits, à trouver de la compréhension et de la protection dans leur entourage, et aussi leur grande souffrance m'ont amené à réaliser à quel point la prévention est insuffisante et les parents et professionnels mal informés, en France, par rapport à la réalité du risque. Il y a un décalage important entre les affaires médiatisées, les informations fournies dans les journaux, sur Internet ou à la télévision, et les risques réels. Les affaires médiatisées

sont généralement les plus extrêmes, les plus impressionnantes, les plus violentes, les plus choquantes. Elles nous terrifient et augmentent notre sentiment d'incompréhension et d'impuissance au lieu de nous fournir des informations fiables et utiles, représentatives du risque, qui nous permettraient de mieux protéger nos enfants. Par exemple, savez-vous que 30 % des poursuites pour violences sexuelles sur mineurs concernent des agresseurs de moins de 18 ans et que 50 % des viols sur mineurs sont commis par des mineurs? Qu'un(e) agresseur(se) sexuel(le) n'a pas toujours une attirance sexuelle envers les enfants? Que, parmi les victimes, seuls 50 % des femmes et 39 % des hommes ont parlé des violences sexuelles qu'ils ont subies dans leur enfance?¹ Qu'un agresseur sur cinq d'enfant de moins de 12 ans est une femme?²

Les agresseur(se)s sexuel(le)s que j'ai suivi(e)s m'ont décrit comment ils avaient choisi leur(s) victime(s) et quelle situation avait favorisé le passage à l'acte: le premier passage à l'acte est souvent prémédité, mais il est aussi le fruit d'une « occasion », et fait suite dans la très grande majorité des cas à une approche progressive qui peut prendre un certain temps. De leur côté, les victimes décrivent les signes précurseurs aux agressions et parfois les alertes non entendues qu'elles ont adressées à leurs parents. Il s'agit donc de faire en sorte de dissuader les agresseurs de s'en prendre à votre enfant (et aux

1. Selon le rapport de l'INED « Violences sexuelles durant l'enfance et l'adolescence: des agressions sexuelles familiales dont on parle peu », E. Marsicano, N. Bajos et J.-E. Pousson, *Populations et Sociétés*, 612, juin 2023.

2. Parce qu'on a rarement cette donnée en tête, j'évoquerai les agresseur(se)s avec cette double notation pour nous aider à ne pas oublier que les femmes peuvent aussi agresser sexuellement, et ainsi mieux évaluer les risques pour l'enfant. En revanche, je n'accorderai pas systématiquement la suite des phrases au féminin, dans un souci de lisibilité.

enfants en général), de ne pas permettre les « occasions » et de tenir compte des signaux de malaise émis par votre enfant.

La très grande majorité des passages à l'acte sur enfants se fait sans violence physique, par la force de la manipulation et de l'emprise. Ce que les médias ne vous disent pas, c'est qu'il existe des signes annonciateurs des violences sexuelles, des situations à risques précises et des possibilités efficaces de dissuasion. Protéger votre enfant des violences sexuelles, cela signifie dissuader de toutes les façons possibles les agresseurs potentiels qui pourraient croiser le chemin de votre enfant et des enfants qui vous entourent. C'est émettre le signal, par tous les pores de votre peau, que vous serez là pour protéger les enfants et qu'il serait dangereux pour un agresseur de s'en prendre à eux.

Ici, en nous basant sur les données issues de la recherche, nous allons aborder les différents aspects à développer afin de mieux protéger votre enfant des violences sexuelles.

D'abord, *connaître le danger*: comprendre les profils des agresseur(se)s, comment déjouer leurs modes opératoires et se protéger des situations à risques. Ensuite, *comment dissuader les agresseur(se)s* en apprenant à votre enfant à se protéger, en le protégeant activement et en sécurisant son environnement. À cette occasion, je vous transmettrai une technique simple pour recadrer facilement toute situation où les limites d'un enfant ne seraient pas respectées: ces situations sont un signe précurseur fréquent avant la survenue des violences sexuelles. Il s'agit du « *Nommer-Recadrer* ». De nombreuses *misés en situation* issues de moments de la vie quotidienne dans différents contextes vous offriront l'occasion de vous entraîner, en lisant cet ouvrage, à cette pratique du *Nommer-Recadrer*. Ces mises en situation vous permettront d'être plus

réactif(ve) aux situations de non-respect des limites de votre enfant, car vous y serez préparé(e) et même entraîné(e). Elles permettront aussi à votre enfant de vous imiter peu à peu afin d'apprendre à se protéger lui-même.

Enfin, nous terminerons par les *conduites à tenir face aux situations difficiles* et un *carnet de ressources* qui vous ouvrira aux multiples ressources qui existent sur le sujet, que ce soit sous forme de livres, de films, de sites Internet... Vous n'êtes pas seul(e) !

Cela peut sembler une évidence, mais, pour démarrer, il est utile de rappeler pourquoi protéger les enfants des violences sexuelles. Les violences sexuelles sont des événements particulièrement douloureux et effrayants pour un enfant. Elles blessent son intimité la plus profonde ; il en a souvent honte, il se sent souvent coupable de ne pas avoir pu se défendre ou dire non, il se sent sale... Pour toutes ces raisons, et bien d'autres, il est difficile pour l'enfant de dire ce qui s'est passé et ainsi empêcher que ça ne recommence. La solitude s'ajoute à la douleur et à la honte. Tout ceci représente une épreuve considérable pour un enfant, qui va souvent développer des symptômes traumatiques, parfois très invalidants et pouvant perdurer jusqu'à l'âge adulte. Chez les tout-petits, les symptômes sont souvent dans le corps : maux de ventre, maux de tête, énurésie... À tous les âges, il peut y avoir de l'anxiété et des retards dans le développement, mais aussi des comportements problématiques, notamment de la violence. Les violences sexuelles peuvent aussi causer des troubles dans la sexualité de l'enfant : environ un enfant sur trois victime de violences sexuelles présente des comportements sexuels inappropriés. De façon générale, les violences

sexuelles sont souvent associées à une mauvaise estime de soi, une mauvaise image de son corps et des difficultés dans les relations aux autres. Elles impactent la réussite socioprofessionnelle, la santé physique et psychologique au long cours. Il est possible de les soigner, mais le traitement peut être difficile ou douloureux. Il vaut bien évidemment mieux les éviter, autant que possible. C'est pourquoi j'ai décidé de rédiger ce livre.

C'est un gros chantier que de cheminer sur les différentes thématiques abordées dans cet ouvrage, mais je suis sûre que, pour protéger votre enfant, vous êtes prêt(e) à soulever des montagnes! Dans tous les cas, ce cheminement ne devrait pas se faire seul(e) : protéger son enfant, c'est une affaire de société, de groupe, de famille, d'entourage de l'enfant. Cet ouvrage vise à vous accompagner et à vous soutenir dans cette tâche, mais je vous invite à vous pencher, dès maintenant, sur les personnes avec lesquelles vous pourriez partager votre réflexion sur ce sujet, voire cette responsabilité de protection à l'égard de votre enfant. À qui pensez-vous? À quelle occasion pourriez-vous en parler? Sans doute que de nouvelles idées de sujets à aborder et d'occasions de les évoquer mais aussi de personnes-ressources émergeront au fur et à mesure de votre lecture.

Ce livre vous proposera un certain nombre d'informations, mais aussi des réflexions et des suggestions de conduites à tenir. À vous de décider de ce qui convient à la situation de votre enfant. Tout ne s'applique pas nécessairement, toutes les suggestions ne vous conviendront pas forcément.

Aussi, ayez conscience que nous ne pourrons jamais faire en sorte qu'il y ait un risque zéro. Si jamais votre enfant était quand même victime de violences sexuelles malgré vos

précautions, sachez que ce ne serait pas votre faute : la culpabilité est toujours du côté de l'agresseur(se), même s'il tente systématiquement de la faire porter à la victime, à ses proches ou à la société en général. En revanche, ce que vous aurez fait aura certainement contribué à une révélation plus précoce et à ce que votre enfant puisse bénéficier d'un soutien, ce qui est extrêmement important. Croyez toujours un enfant qui révèle des violences sexuelles.

Cet ouvrage est centré sur la prévention : il n'abordera pas dans le détail la conduite à tenir si un enfant est victime, et se contentera de vous orienter vers quelques ressources utiles. Si l'on peut espérer que votre enfant ne soit jamais victime de violence sexuelle, il est néanmoins rassurant de disposer de ressources et de savoir vers qui se tourner le cas échéant.

Cet ouvrage n'abordera pas non plus la prise en charge ou la psychothérapie des victimes, largement décrites ailleurs. Les données scientifiques citées dans cet ouvrage sont issues de différentes études portant sur la population française, notamment l'étude publiée par l'INED en 2023, des données fournies par le ministère de la Justice et le ministère de l'Intérieur, et de nombreuses publications scientifiques internationales. Afin de ne pas alourdir la lecture, les références ne sont pas citées dans le texte. Leur liste complète est disponible en ligne : <https://www.dunod.com/ean/9782100854714>.

Enfin, petite précision sans doute inutile avant de commencer : votre premier acte de protection, ce sera de veiller à ne pas laisser traîner ce livre à portée des enfants. Les sujets et exemples qui y sont abordés pourraient heurter leur sensibilité et leur faire peur inutilement.

Qui sont les agresseur(se)s sexuel(le)s d'enfants ?

CE QU'ON NE VOUS A JAMAIS DIT

Au cours des dernières années, et notamment grâce au mouvement #MeToo, la parole des victimes a été davantage entendue dans les espaces publics et privés, et l'on semble globalement mesurer davantage l'ampleur des violences sexuelles, notamment dans l'enfance. Une étude de l'INED de 2023, interrogeant des hommes et des femmes issus de toutes les catégories de la population française, met en évidence que :

- 13 % des femmes et 5,5 % des hommes rapportent avoir subi des violences sexuelles avant l'âge de 18 ans, ce qui correspond à environ **5 millions de Français**. Dans deux cas sur cinq, il s'agit d'un (ou plusieurs) viol(s).
- Plus d'un tiers des femmes et plus d'un cinquième des hommes victimes de violences sexuelles avant 18 ans

l'ont été par un **membre de leur famille**. Au total, près de 5 % des femmes et plus de 1 % des hommes ont été victimes de violences sexuelles dans le cadre de leur famille avant l'âge de 18 ans. Cela correspond à plus de **2 millions de Français** !

De nos jours, j'entends des parents dire à leur enfant « *ne te laisse pas aborder par un inconnu dans la rue* » ou encore « *tu dois refuser si un inconnu t'offre des bonbons* », alors que, selon cette même étude, les trois quarts des femmes et la moitié des hommes victimes de violences sexuelles dans l'enfance l'ont été par un membre de leur famille, un proche de la famille ou un ami. Bien sûr qu'il faut que l'enfant soit prévenu des risques liés aux inconnus (environ 13 % à 16 % des violences sexuelles), mais les parents doivent être informés des risques les plus fréquents, liés à des personnes connues, auxquelles ils font confiance et qu'ils doivent apprendre à repérer ! D'autant que, si l'agression par un inconnu est souvent un événement unique, les violences sexuelles commises par un membre de la famille ou par un proche durent souvent plusieurs années (plus d'un an dans deux cas sur cinq de violences sexuelles intra-familiales et un cas sur cinq de violences sexuelles par des proches en dehors de la famille) ! Pour éviter ces situations à risques, il est nécessaire de comprendre la logique, les motivations et les modes opératoires des agresseurs ainsi que les facteurs de risques, pour que la prévention soit enfin efficace !

Ce n'est pas agréable d'entendre parler des agresseur(se)s, de leurs motivations et de leurs modes opératoires. Mais le fait de ne pas « comprendre » comment un adulte ou un ado peut en venir à agresser sexuellement un enfant nous rend

aveugles et augmente les risques de sidération le jour où l'on est confronté(e) à une telle situation. Ne pas connaître les profils, les modes opératoires et les motivations des agresseur(se)s réduit les probabilités de percevoir à temps les signes précurseurs ainsi que les situations ou personnes à risques. Il est temps de donner aux parents les informations capitales à connaître et de démonter les idées reçues.

C'EST QUOI, LES VIOLENCES SEXUELLES ENVERS LES ENFANTS ?

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit plusieurs types de violences sexuelles :

- les rapports sexuels non consentis menés à terme ou pas ;
- les actes sexuels non consentis sans contact (harcèlement, voyeurisme, exhibitionnisme) ;
- le trafic sexuel et l'exploitation en ligne (dont nous parlerons peu dans le présent ouvrage).

Ce qu'il faut retenir, c'est que l'OMS et la loi française précisent qu'un enfant n'est pas en mesure de donner son consentement à une relation sexuelle avec un adulte parce qu'il s'agit d'une activité que l'enfant ne comprend pas pleinement, et pour laquelle il n'est pas préparé au niveau de son développement. En France, depuis une loi votée en 2021, on considère les mineurs de moins de 15 ans comme incapables de consentir à une relation sexuelle. Cela veut dire que, même si un enfant dit être d'accord sous l'influence ou la manipulation de son agresseur(se), ce consentement n'est pas valide. Entre 15 et 18 ans, on considère que le consentement est possible si le partenaire a maximum 5 ans de plus que l'ado.

En France, la définition légale comprend plusieurs catégories d'actes : le viol, qui implique une pénétration corporelle par une partie du corps ou par un objet ; les agressions sexuelles autres que le viol, qui sont un contact sans pénétration ; le harcèlement sexuel, qui consiste à infliger des propos ou comportements à caractère sexuel ou sexiste ; les exhibitions sexuelles, qui consistent à montrer son sexe à une personne non consentante ; et le voyeurisme, qui consiste à faire en sorte d'apercevoir les parties intimes d'une personne sans son consentement¹.

Souvent, les violences sexuelles ne sont pas identifiées d'emblée comme des « violences » par l'enfant ou même par l'entourage de l'enfant, voire l'agresseur(se), car elles se déroulent généralement sans violence physique. Il me semble pourtant utile de garder l'expression « violence sexuelle » afin justement d'aider victimes et agresseur(se)s à identifier qu'il s'agit d'une violence. Je vous encourage donc à l'employer au détriment d'« abus sexuel » qui est une mauvaise traduction de l'anglais. En français, l'abus, c'est un usage exagéré (comme dans l'abus d'alcool) : mais il n'y a pas d'usage normal de la sexualité de l'enfant ! L'expression « abus sexuel » risque d'entraîner une minimisation de la gravité des faits et de la responsabilité de l'agresseur(se).

LES PROFILS TYPES DES AGRESSEUR(SE)S

On entend souvent qu'il n'y a pas de profil type d'agresseur(se)s sexuel(le)s d'enfants. C'est vrai. Il n'y a pas un profil unique. Mais il y a plusieurs profils types récurrents et des

1. Vous trouverez le détail des définitions légales ici : arretonslesviolences.gouv.fr

facteurs de risques qu'on retrouve souvent¹. Les connaître permet de mieux protéger les enfants.

Nous allons commencer par les agresseur(se)s adultes puis nous aborderons les agresseur(se)s adolescents. Dans chaque catégorie, nous aborderons les agresseuses dans une section à part.

Les adultes commettant des violences sexuelles sur mineur(e)s

- *L'inceste commis par un homme*

Le plus souvent, les hommes commettant l'inceste sont le père ou le beau-père de l'enfant : 1/3 des cas de victimes filles et 1/5 de victimes garçons au sein de la famille. Dans la plupart des autres cas, l'agresseur est le frère, l'oncle ou le cousin, plus rarement le grand-père.

Aussi curieux que ça puisse paraître, ces hommes sont assez peu attirés sexuellement par les mineurs. Ils perçoivent l'enfant ou l'ado comme un adulte en miniature et les violences sexuelles sont pour eux une manière de dominer l'enfant ou l'ado. Ils ont tendance à être rigides, tyranniques, possessifs. C'est par exemple un père qui est jaloux quand sa fille ado commence à fréquenter des garçons, ou qui l'empêche de se maquiller ou de sortir.

La consommation d'alcool ou d'autres substances est assez fréquente chez cette catégorie d'agresseurs. C'est bien sûr un facteur qui favorise le fait de commettre des agressions, même si elles ne sont pas toujours commises sous

1. Dans les sections qui suivent, j'ai volontairement simplifié les données et les profils pour vous aider à vous y retrouver et à les repérer. Gardez en tête que la réalité peut être plus complexe et qu'il y a bien sûr des cas atypiques.

l'influence de l'alcool et que l'abus de substances est parfois utilisé comme une « excuse » par l'agresseur. Bien sûr, il s'agit d'un portrait type et bien des exceptions existent, mais ces traits sont extrêmement fréquents dans cette population. Lorsqu'ils sont condamnés, ces hommes récidivent statistiquement moins que les autres groupes d'agresseurs sexuels. La motivation principale des violences dans ce cas de figure est généralement une recherche de domination et de contrôle sur la victime.



Idée reçue n° 1 : « Tous les agresseurs sexuels d'enfants sont attirés sexuellement par les enfants. »

FAUX !

- *Les hommes qui agressent en dehors de la famille*

Les hommes qui agressent sexuellement des enfants en dehors de la famille commettent davantage d'agressions sexuelles que les agresseurs incestueux, et ils récidivent davantage. Dans les médias, on appelle généralement ces hommes des « pédophiles » car on a tendance à penser qu'ils sont attirés sexuellement par les enfants.

En fait, certains ont une attirance sexuelle envers les enfants, d'autres pas. Chez ceux qui ne présentent pas ou peu d'attirance sexuelle envers les enfants, il y a des personnes impulsives (avec par exemple un retard mental, une maladie neurologique ou une personnalité antisociale), ou encore des hommes ayant des difficultés sexuelles, doutant de leur masculinité et qui cherchent à se rassurer sur leur puissance en passant à l'acte auprès de plus jeunes perçus comme moins intimidants qu'un partenaire adulte (ici la victime est souvent

une jeune fille). La motivation de ces violences est d'agresser ou d'humilier l'autre, ou encore d'obtenir une satisfaction sexuelle mais sans pour autant être vraiment attiré sexuellement par les mineurs. Généralement, lorsque la motivation des violences sexuelles n'est pas une attirance pour l'enfant, il s'agit d'une recherche de domination ou de contrôle (on l'a vu dans l'inceste par ascendant), ou d'agressions motivées par de l'hostilité envers l'enfant, comme dans le cas de David.



**C'est l'histoire de... David,
qui a agressé sexuellement les enfants de sa compagne**

David est en couple avec sa compagne depuis deux ans. Elle a déjà des enfants et, lorsqu'ils emménagent ensemble, David est très jaloux du temps qu'elle leur consacre. Il est agressif à leur égard, parfois violent physiquement envers eux quand sa compagne est absente. Il a été victime de violences dans sa fratrie quand il était petit, et c'est toute cette violence qui ressort dans la relation à ces deux enfants. La violence sexuelle qu'il commet sur ces deux enfants est une façon d'être agressif envers eux et est liée à un problème de colère et de violence plus qu'à un problème d'attirance sexuelle envers les enfants. C'est en travaillant en thérapie de groupe et individuelle sur ses antécédents de violences subies dans sa fratrie que nous observons une amélioration du contrôle de sa colère, une prise de conscience de la gravité des faits commis et une amorce de regrets. Ici, c'est l'hostilité de David envers les enfants de sa compagne qui aurait pu alerter celle-ci sur les risques, si elle avait été bien informée.

D'autres hommes agressent sexuellement des mineurs en raison d'une forte attirance sexuelle envers l'enfant ou l'ado.

On estime qu'entre 25 % et 80 % des agresseurs sexuels d'enfants en dehors de la famille sont attirés par les mineurs.



Pédophilie et pédocriminalité

La pédophilie, c'est un diagnostic médical qui signifie que la personne est excitée sexuellement par le corps d'un enfant pré-pubère. Certains appellent *hébéphilie* le fait d'être attiré sexuellement par les corps d'adolescents. En fait, le terme « pédophile », au niveau étymologique, signifie « qui aime les enfants » : c'est pourquoi de nombreux professionnels et militants préfèrent utiliser d'autres termes pour qualifier les personnes attirées sexuellement par les enfants avec passage à l'acte (ils parlent de pédocriminalité) ou sans passages à l'acte. C'est pourquoi je n'emploierai pas ces termes dans ce livre.

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, tous les agresseurs sexuels d'enfants ne sont pas attirés sexuellement par les corps d'enfants, et toutes les personnes attirées sexuellement par les enfants ne passent pas à l'acte. Heureusement, car 5 à 10 % des hommes reconnaissent ressentir de l'excitation sexuelle pour les enfants prépubères, et beaucoup plus envers les adolescents. Au total, selon une étude australienne récente, un homme sur 5 aurait soit une attirance sexuelle envers un mineur, soit commis un passage à l'acte sexuel sur un mineur, soit les deux.

Ces hommes attirés sexuellement par des mineurs ont souvent une enfance traumatique (violences physiques, violences entre les parents, violences sexuelles mais aussi exposition précoce à de la pornographie), avec une sexualité plus précoce et plus envahissante. Cela ne doit en aucun cas être une excuse pour un passage à l'acte, cela souligne que ces personnes sont en souffrance et devraient consulter afin de prévenir tout risque de faire du mal à un enfant¹.

1. En France, les CRIAVS et le service PedoHelp sont là pour écouter et aider ces personnes à ne pas passer à l'acte (voir le carnet de ressources en fin d'ouvrage).

L'attirance pour les enfants ou adolescents est rarement exclusive, c'est-à-dire que ces hommes peuvent aussi être attirés par des jeunes adultes ou des adultes de leur âge. Ils passent dans ce cas plus facilement inaperçus car ils ont en apparence une vie de couple, voire de famille, « normale ». Ceux qui agressent sexuellement des filles sont souvent aussi attirés par les adolescentes et les adultes. Généralement, les hommes attirés sexuellement par les enfants sont attirés par les filles ou par les garçons, mais pas par les deux. Les hommes qui agressent filles et garçons sont plus rares, mais aussi plus dangereux. Enfin, la plupart des hommes qui agressent des garçons ne sont que peu ou pas attirés sexuellement par les adultes.



Idee reçue n° 2 : « Les agresseurs sexuels d'enfants ne sont attirés sexuellement que par les enfants. »

FAUX ! Ils peuvent aussi être attirés par des adolescents ou des adultes, et même vivre en couple.

Souvent, l'attirance sexuelle ressentie par les agresseurs sexuels d'enfants ne vient pas seule : les hommes qui sont attirés sexuellement par les mineurs ont aussi une *préférence* pour le monde des enfants ou des ados par rapport au monde des adultes. On appelle ça la « congruence émotionnelle avec les enfants ». Pourquoi est-ce que je vous parle de ça ? Parce que l'attirance sexuelle pour un enfant ou un ado est difficile à détecter de l'extérieur, mais qu'il est possible de détecter cette « congruence émotionnelle avec l'enfant ». Voyons de quoi il s'agit.



**C'est l'histoire de... Philippe,
qui a commis des violences sexuelles**

Philippe, 35 ans, condamné pour des violences sexuelles sur une adolescente de 13 ans, me raconte sa première rencontre avec la victime et les signes précurseurs que ses parents auraient pu voir: «Le soir où je l'ai rencontrée, j'étais invité par ses parents chez eux pour le dîner. On était une dizaine. À la fin du repas, vers 22 heures, je suis allé aux toilettes et leur fille était seule devant la télé. Je l'ai rejointe et on a regardé la télé ensemble tout le reste de la soirée. Je ne l'ai pas touchée ce soir-là, on est juste restés ensemble jusqu'à 1 heure du matin environ, à zapper d'une émission à l'autre. J'ai fait en sorte qu'on regarde l'émission E (une émission plutôt destinée aux adultes, avec des allusions sexuelles à foison et des blagues grivoises), je lui ai demandé si ça lui plaisait, ce qu'elle en pensait.»

Ici, les adultes présents auraient pu s'inquiéter ou du moins se questionner du non-retour à table de Philippe. Le fait que Philippe leur préfère une adolescente de 13 ans pour le reste de la soirée devrait interroger (signe de la «congruence émotionnelle avec les enfants»). Si les parents avaient davantage surveillé leur fille (peut-être en l'envoyant se coucher à une heure adaptée pour elle plutôt qu'en la laissant devant un écran sans surveillance), s'ils l'avaient questionnée sur la manière dont s'était déroulée la soirée ou sur les émissions qu'ils avaient regardées, ils auraient pu voir le caractère inadapté du comportement de Philippe et le côté pervers de ses questions. Bien sûr, rappelons que c'est l'agresseur qui est le seul coupable. Mais ici, si les parents avaient été bien informés, ils auraient pu percevoir les signes précurseurs et ne pas favoriser l'occasion pour Philippe de nouer une relation privilégiée avec leur fille. Mais c'est Philippe qui est coupable d'avoir saisi l'occasion. Dans ce cas, le facteur de risques sur lequel les parents auraient pu agir est la négligence: la fille est laissée seule devant un écran toute la soirée sans surveillance alors qu'elle serait en âge de se coucher plus tôt.

Dans les films évoquant les violences sexuelles sur mineurs, les agressions sont souvent décrites comme préméditées. C'est effectivement parfois le cas ; mais bien des passages à l'acte sont aussi commis à cause d'une « occasion », unique ou répétée. Dans le cas de Philippe, l'occasion du dîner chez des amis lui permet de mettre en place un lien avec sa future victime : il teste la vulnérabilité de cette adolescente et teste aussi ce que perçoivent ses parents ou pas, ce qui lui permettra d'avancer un peu plus à chaque rencontre vers les violences sexuelles. Philippe ne cherchera pas à provoquer d'autres occasions, par exemple en tentant d'être invité chez eux, mais profitera de chaque nouvelle occasion où il reverra cette ado pour transgresser de plus en plus les limites.

Les agresseurs qui ne préméditent pas sont souvent des hommes en crise dans leur vie, qui n'auraient pas commis de violence sexuelle habituellement. Le stress lié à une épreuve (perte d'un emploi, problème de santé, décès d'un proche, stress au travail...), une dépression, de l'alcoolisme ou d'autres troubles mentaux peuvent précipiter un passage à l'acte, surtout si une occasion se présente. Pour autant, ces difficultés psychologiques ne rendent pas ces hommes moins responsables de leurs actes, bien sûr. C'est à eux de trouver d'autres solutions à leur malaise que d'agresser un enfant !

Protéger votre enfant des violences sexuelles, c'est à la fois dissuader un(e) agresseur(se) de commettre un passage à l'acte, mais aussi empêcher pour lui toute occasion. Nous y reviendrons lorsque nous verrons comment déjouer les modes opératoires.

Les agresseurs qui préméditent sont plus souvent des hommes attirés sexuellement par les enfants et qui ont un mode de vie organisé autour de l'enfant. Ils procèdent en

mettant en place une relation d'emprise (dont nous verrons comment déjouer les mécanismes un peu plus loin), et approchent leur victime progressivement : comme dans la situation de Philippe, il y a des signes précurseurs qu'il faut apprendre à reconnaître afin d'empêcher l'agresseur de passer à l'acte. Ces agresseurs aiment côtoyer les enfants, considèrent qu'un enfant peut être leur ami ou leur amoureux(se) et ont tendance à percevoir les violences sexuelles comme des actes sexuels avec lesquels l'enfant était d'accord. C'est pourquoi ils utilisent surtout l'emprise et pas la violence physique. Cela peut paraître fou, et quand on n'a pas rencontré ces hommes et entendu leur façon de voir les choses, on peut avoir du mal à le croire, mais la plupart des agresseur(se)s sexuel(le)s sur mineur(e)s se croient « amoureux(ses) » de leur victime et essayent de se faire croire, et de faire croire à la victime, qu'elle est d'accord.

Petite pause dans la lecture

L'évocation de l'attirance sexuelle envers les enfants et de la préméditation est nécessairement stressante et révoltante. C'est normal. Néanmoins, ensemble, nous pouvons tous y faire quelque chose. Prenez un temps pour souffler. Souvenez-vous que la plupart des adultes sont bien intentionnés à l'égard des enfants, et que nous allons aborder ensemble comment repérer ceux qui ne le sont pas et faire en sorte de les désarmer. C'est parce que vous saurez tout ceci que vous saurez protéger votre enfant.



Les exhibitionnistes

Souvent, les gens en parlent en riant, et les exhibitions sexuelles ne sont généralement pas signalées à la justice par les victimes, que ces dernières soient majeures ou mineures. L'exhibitionnisme est un type d'agression sexuelle très fréquent¹, au taux de récurrence très élevé (entre un tiers et plus de la moitié des exhibitionnistes récidivent) et très peu judiciairisé. Ainsi, un exhibitionniste peut faire bien des victimes avant d'être poursuivi, voire condamné par la justice, d'autant que les victimes sont le plus souvent des inconnues. Pourtant, les victimes décrivent généralement avoir été choquées ou avoir eu peur, notamment d'être agressées plus gravement. Les études criminologiques mettent en évidence que l'exhibitionnisme et le voyeurisme (faire intrusion dans l'intimité des personnes par le regard direct ou en filmant, par exemple par la fenêtre ou sous une jupe) sont assez présents chez les agresseur(se)s sexuel(le)s sur mineurs. Il paraît donc très utile de signaler ces passages à l'acte à la police si jamais vous ou l'un de vos proches y êtes confrontés, afin que la personne en question puisse être arrêtée par les autorités et bénéficier d'une prise en charge appropriée en termes de prévention du passage à l'acte et de santé mentale.

Enfin, les agresseur(se)s sexuel(le)s d'enfants présentent généralement des « distorsions cognitives » : il s'agit de pensées qui leur permettent de dénier, de minimiser, de rationaliser ou de justifier leur comportement. Les agresseur(se)s ne sont pas forcément des monstres sadiques repérables aux

1. Dans une étude non publiée réalisée par l'Antenne de Psychiatrie et de Psychologie Légales, plus de 80 % des femmes adultes interrogées avaient déjà été exposées à une exhibition sexuelle, le plus souvent avant l'âge de 25 ans.

yeux de tous, mais souvent des membres de notre entourage qu'on protège à tort d'un « mais non, pas lui ! Ce n'est pas son genre, il est tellement gentil ! » ou « mais non, pas elle, elle adore les enfants ! ». Dans le récit donné par l'agresseur, les distorsions cognitives peuvent se traduire par des propos au sujet des victimes tels que « mais elle n'a pas dit non ! », « elle était habillée sexy ! », « il avait déjà eu des relations sexuelles », « au procès, il rigolait avec ses copains, c'est bien qu'il n'y a pas eu d'impact sur lui ! » ou encore « j'avais trop bu » ou « je ne l'ai touchée qu'une fois ». Ce sont des histoires que l'agresseur(se) se raconte pour croire que ce qu'il a fait n'est pas grave.



Idée reçue n° 3 : « Les agresseur(se)s sexuel(les) d'enfants ont toujours conscience du tort qu'ils causent à l'enfant. »

FAUX ! En général, ils se racontent des histoires pour ne pas le voir.

Certains stéréotypes sociaux ou automatismes de pensée couramment véhiculés soutiennent malheureusement ces distorsions présentes chez les agresseur(se)s sexuel(le)s. Ce sont des phrases comme « pourquoi elle n'a pas dit non ? », « pourquoi il n'en a pas parlé à ses parents ? », « pourquoi est-ce qu'il a continué à le fréquenter à l'âge adulte ? C'est bien que ce n'était pas si grave ! », « elle n'aurait pas dû boire autant ! », « elle était habillée sexy », « elle l'avait excité », « ils avaient déjà couché ensemble » (par exemple entre ados), etc. Ces croyances sont bien souvent directement ou implicitement communiquées à la victime, que ce soit par l'agresseur(se) ou par l'environnement social, ce qui augmente les risques de

sentiments de culpabilité et la gravité des symptômes chez la victime, tout en déculpabilisant l'agresseur(se). Là encore, si une personne de votre entourage présente ce type de pensées distordues, en particulier concernant les enfants (« ce n'est pas si grave », « elle l'a cherché », etc.), ne lui confiez pas votre enfant, tenez-le écarté de sa vie et, dans la mesure du possible, tentez de sensibiliser cet adulte à l'impact des violences sexuelles.

La préférence d'un adulte à fréquenter des mineurs, un adulte qui se comporte comme s'il était un enfant ou un ado lui-même et qui n'a pas les idées claires au niveau des limites entre enfants et adultes doit déclencher votre vigilance. Une personne qui a des pensées distordues par rapport aux violences sexuelles, qui a tendance à minimiser la gravité de ces violences et de leurs conséquences doit aussi vous inquiéter. Au minimum, cette personne ne sera pas un bon protecteur de votre enfant, au pire elle représente un danger pour son intégrité.

- *Les femmes commettant des violences sexuelles*

On en parle très peu, mais sur vingt agresseur(se)s sexuel(le)s, on compte une femme. Elles sont à l'origine de 10 à 15 % des violences sexuelles sur les garçons, et de 4 % des violences sexuelles sur les filles. L'essentiel des agresseur(se)s sont donc des hommes, mais les femmes occupent une place beaucoup plus importante qu'on ne le pense généralement. Il y a un tabou à parler des femmes commettant des violences sexuelles. Ce tabou empêche leur détection. Pourtant, elles sont à l'origine de 20 % des violences sexuelles chez les enfants de 12 ans et moins.



Les femmes agresseuses sexuelles : l'ultime tabou

Dans notre société, les stéréotypes incitent à voir la femme comme non agressive, en particulier si c'est une mère ou une femme en relation avec des enfants. La représentation de la sexualité des femmes est associée à la passivité et on les imagine peu avoir des initiatives sexuelles, encore moins des actes sexuels agressifs, c'est-à-dire imposés. Certains faits commis par les femmes sur les enfants commencent dans le cadre d'une relation de soins ou de maternage, et il peut être difficile pour la victime de déterminer à quel moment des soins ordinaires (change, soins d'hygiène intime ou médicaux) sont devenus des violences.

Chez les femmes, on trouve trois types de profils principaux :

- Le profil « **dominateur-contrôlant** ». Des femmes qui cherchent à contrôler la victime par les violences sexuelles (environ 20 % des violences sexuelles par les femmes). Elles agissent souvent avec un homme. Du matériel pornographique pédophile peut être produit dans ce contexte.
- Le profil « **hostile** ». Des femmes ouvertement hostiles à l'égard de l'enfant (environ 15 % des violences sexuelles par les femmes). La violence sexuelle s'ajoute à d'autres violences, comme la violence physique ou verbale. Ces femmes cherchent à faire du mal à l'enfant et à l'humilier.
- Le profil « **pseudo-amoureux** ». Des femmes se croyant amoureuses de leur victime : c'est le groupe le plus important des femmes commettant des vio-

lences sexuelles, soit environ la moitié d'entre elles. Ces femmes écrivent des lettres ou SMS d'amour, ont des comportements de flirt, mais aussi une relation d'emprise sur la victime. Elles consomment souvent des drogues ou de l'alcool, en font parfois prendre à leur victime. Il ne s'agit pas réellement d'amour, mais bien d'une relation de possession dominatrice dénaturant l'amour.

Chez les femmes, les taux de récurrence de violences sexuelles sont très bas : environ 1 % d'entre elles récidivera dans les six années qui suivent la première condamnation (contre environ 14 % des hommes agresseurs sexuels), mais c'est peut-être parce qu'elles sont moins détectées et dénoncées que les hommes.



**C'est l'histoire de... Clara,
victime de maltraitances de la part de sa belle-mère**

Après le décès de la mère de Clara, sa belle-mère a emménagé avec elle, son frère et son père. Clara a alors 4 ans. Dès le début, sa belle-mère se montre hostile à son égard. Elle est agressive verbalement, s'impatiente vite, et la traite de façon humiliante. C'est au cours des moments de bains et de passages aux toilettes que sa belle-mère l'agresse sexuellement. Cette belle-mère fait partie du groupe « hostile », elle agit par colère à l'égard de Clara. Il est évident que ce n'est absolument pas la faute de Clara, qui pourtant se sent coupable des faits, encore bien des années après, lorsqu'elle arrive dans mon cabinet. C'est l'hostilité de la belle-mère qui aurait pu alerter l'entourage.



**C'est l'histoire de... Ludovic,
victime d'attouchements de la part de sa mère**

Je reçois Ludovic en obligation de soins parce qu'il a agressé sexuellement plusieurs garçons. Un jour, alors qu'il a 35 ans, il arrive à sa séance de thérapie, bouleversé parce que sa mère lui a touché les fesses alors qu'il montait l'escalier devant elle. De nombreux souvenirs d'enfance lui sont brutalement revenus, d'attouchements sexuels répétés de sa mère. Il vient seulement de réaliser le caractère inapproprié et intrusif de ces comportements et il est sous le choc. Il commente, bien décidé à ne plus la laisser faire : « Elle se comporte comme si mon corps lui appartenait. » Ludovic a subi les attouchements d'une mère « contrôlante ». Parce que c'est une femme, parce que c'est sa mère, Ludovic n'a réalisé qu'il s'agissait d'agressions sexuelles qu'à 35 ans, à l'occasion d'un nouvel acte intrusif de sa mère. Cela a pu contribuer au caractère très perturbé de sa sexualité, même si ce n'en est pas le seul facteur et que toutes les victimes ne deviennent pas agresseur(se)s, loin de là. Ludovic n'en est pas moins responsable des actes qu'il a commis à son tour. Ici encore, un entourage vigilant aurait pu « recadrer » le comportement intrusif régulier et public de cette mère.

À nouveau, prenons une pause

Les violences sexuelles commises par les femmes, ce n'est pas par hasard qu'on en parle si peu ! C'est tellement éprouvant d'y penser, parce que cela remet en question l'image sociale que nous avons des femmes. Prenez le temps de souffler et, encore une fois, souvenez-vous que la plupart des femmes (et des autres adultes) sont bien intentionnées à l'égard des enfants.



Le saviez-vous ? Il semble plus difficile de se remettre des violences sexuelles commises par une femme du fait de la stigmatisation et de la honte de la victime, et ces violences auraient un impact plus important sur l'identité sexuelle. Il est d'autant plus important d'en parler !

Les adolescent(e)s

On estime que les adolescent(e)s sont à l'origine de 30 à 40 % des actes de violences sexuelles. C'est énorme ! Qui sont ces ados ?

Par adolescent(e)s, nous allons ici considérer un(e) mineur(e) âgé(e) de 13 ans ou plus, puisque, en France, c'est à partir de 13 ans qu'un(e) adolescent(e) est considéré(e) capable de discernement, et qu'il.elle peut être poursuivi(e) en justice, même si sa responsabilité est atténuée par rapport à celle d'un adulte.

Chez un enfant de moins de 13 ans, on considère qu'un geste sexuel agressif est un signe très inquiétant, d'un enfant qui a pu être lui-même victime, ou exposé à de la pornographie ou à des actes sexuels¹. Une étude américaine a montré que plus de 3 % des enfants de 7 à 12 ans ont commis des actes sexuels violents sur un enfant ou un ado au cours de la dernière année. Ces situations sont préoccupantes et nécessitent un avis médical, si possible spécialisé.

Contrairement aux idées reçues, la plupart des agresseur(se)s sexuel(le)s adolescent(e)s ne deviendront pas des agresseur(se)s sexuel(le)s à l'âge adulte. De manière générale,

1. Pour avoir un repérage, selon les âges, de ce qu'est un comportement sexuel normal, modérément préoccupant et inquiétant chez l'enfant, je vous conseille de lire le document « Les comportements sexuels des enfants » qui est accessible gratuitement sur le site <https://violences-sexuelles.info/>.

les tendances à la récidive sexuelle des adolescents agresseurs sexuels sont moindres que celles des adultes, entre 7 et 13 % au cours des cinq premières années suivant les faits, mais ils présentent aussi des risques d'être condamnés pour des faits de violence sans caractère sexuel.



Idée reçue n° 4: «Un(e) adolescent(e) qui commet une violence sexuelle sera forcément un(e) agresseur(se) sexuel(le) à l'âge adulte.»

FAUX!

Et pourtant, 40 % des adultes qui commettent des violences sexuelles ont commencé avant l'âge de 15 ans, et ces agresseurs sont plus dangereux que ceux qui commencent à l'âge adulte. Même s'ils récidivent moins que les adultes, les adolescent(e)s agresseur(se)s sexuel(le)s doivent être repérés afin qu'on leur fournisse un accompagnement professionnel spécialisé, sans les stigmatiser mais sans non plus banaliser leurs actes¹. Ce sont des adolescent(e)s en souffrance, qui ont souvent besoin de soins et d'encadrement.

- *Les adolescents agressant un enfant*

Ils sont souvent complexés, mal à l'aise avec la sexualité et frustrés. Ils se sentent nuls et inférieurs, ils manquent d'assurance pour tenter une relation amoureuse avec un(e) adolescent(e) de leur âge et ils ont moins de relations amoureuses que les ados qui agressent des adolescent(e)s. Leurs violences

1. Le centre de consultation EIDO, proposant des consultations spécialisées à différents endroits en France, accompagne notamment les mineurs agresseur(se)s sexuel(le)s et leurs familles, ainsi que les victimes.

sexuelles, cachées, sont plus souvent commises sur des garçons que des filles.

À l'origine de leurs complexes, il peut y avoir :

- une éducation dans un milieu familial strict où la sexualité est taboue ;
- à l'inverse, un milieu familial peu protecteur en matière de sexualité, où l'exposition précoce à des comportements sexuels (blagues grivoises, gestes ou activités sexuels des parents, pornographie...) et le manque de limites concernant l'intimité sexuelle peuvent avoir généré de la honte, du malaise ou du dégoût concernant la sexualité.

Les adolescents qui paraissent « en retard » sexuellement, « naïfs » ou complexés suscitent sans doute peu la méfiance des adultes qui peuvent leur confier des enfants sans penser au risque. Sans devenir paranoïaque, il peut être utile de garder cette catégorie en tête lorsque votre enfant côtoie un adolescent ou un jeune adulte (par exemple un cousin ou un baby-sitter) qui semble rassurant du fait de son immaturité sexuelle.

CE QUE JE PEUX FAIRE : si vous devez confier votre enfant à un ado, choisissez de préférence un ado qui semble épanoui, bien dans sa peau. Évitez aussi les situations de promiscuité entre votre enfant ou votre ado et un ado que vous connaissez mal ou qui ne vous inspire pas confiance. En cas de doute, écoutez-vous et parlez-en aux autres adultes sensibilisés de votre entourage.

- *Les adolescents agressant un(e) adolescent(e)*

Chez les ados, près de 20 % des garçons et 5 % des filles ont commis des violences sexuelles dans leurs relations

amoureuses. La violence sexuelle est donc un phénomène assez fréquent à l'adolescence, et il est important d'en parler avec votre ado pour prévenir les risques d'en être victime comme d'en commettre.

Ces agressions sexuelles sur d'autres ados sont moins secrètes que dans le groupe précédent. Les ados qui agressent sexuellement des ados ont souvent d'autres problèmes de délinquance, d'alcool, de drogues et d'agressivité. La violence sexuelle est utilisée pour faire peur, impressionner, intimider ou dominer. Ils ont tendance à utiliser la pornographie pour leur éducation sexuelle et à choisir leur victime en dehors de leur famille. Contrairement à ceux qui agressent des enfants, il s'agit d'un problème plus vaste qu'un problème sexuel ou d'estime de soi. Généralement, les parents de ces ados ont aussi besoin d'aide, ils sont dépassés au niveau éducatif.



Le saviez-vous ? Le fait d'avoir soi-même été victime de violences sexuelles au sein d'une relation amoureuse à l'adolescence augmente de dix fois la probabilité de commettre des violences sexuelles à cette période.

Dans ces deux groupes, nous pouvons constater que la prévention de la victimisation ainsi que la qualité de l'éducation sexuelle sont des dimensions clés permettant de diminuer le risque de passage à l'acte : protéger les enfants des violences sexuelles, c'est aussi protéger et éduquer les garçons !

D'une manière générale, quel que soit leur type de victime, les adolescents ont un taux de récurrence moindre que les adultes et ils sont plus réceptifs au traitement, probablement

parce qu'ils traversent une période de remaniements et que leur plasticité cérébrale est encore importante. Ils ne doivent pas être considérés comme des « délinquants sexuels pour toujours » mais comme des ados en crise, allant mal, ayant besoin d'aide, ainsi que leur famille. Pour autant, la situation doit impérativement être prise au sérieux et ils sont responsables de leurs actes.

CE QUE JE PEUX FAIRE : si je suis confronté à une révélation de violence sexuelle commise par un ado, il est impératif de signaler l'enfant victime aux autorités (en appelant le 119 ou par une lettre au Procureur de la République si besoin) et d'inciter les parents de l'ado à consulter, pour eux et pour leur ado. Si l'identité de la victime est inconnue, il peut être utile de signaler l'adolescent agresseur au 119, car il a lui aussi besoin d'aide. Ne minimisez jamais une telle situation, ne restez pas seul(e) ou silencieux(se) par peur de « faire des vagues ». Votre peur de « faire des vagues » et votre silence pourraient rendre d'autres enfants ou ados, dont le vôtre, vulnérables.

Sachez que, malheureusement, le 119 et les services de protection de l'enfance et de pédopsychiatrie sont largement saturés en France ces dernières années¹. Il peut être très difficile d'obtenir une réponse selon les régions et les périodes, et cela va demander de la persévérance de votre part. Une structure locale de protection de l'enfance ou une association de victimes peut aussi être d'un secours précieux. Persévérez, c'est important !

1. Voir notamment à ce sujet l'article du *Monde* du 11 mai 2022 : « Enfants en danger : l'embolie des services chargés de leur protection provoque des situations dramatiques ».

- *Les adolescentes commettant des violences sexuelles*

Selon les études disponibles, un tiers des femmes agresseuses sexuelles seraient des adolescentes. On évalue que ces adolescentes commettent entre 2 et 7 % des agressions sexuelles commises par des adolescents. Leurs victimes ont en moyenne 11 ou 12 ans, peuvent être autant des garçons que des filles, et les agresseuses ado ont un âge moyen de 17 ans. Environ la moitié des adolescentes commettant des violences sexuelles ne le font pas seules, mais le plus souvent en groupes de trois avec au moins un garçon co-agresseur. Dans le cas des violences commises en groupe, près de 90 % des victimes sont des filles, généralement du même âge.

Les recherches montrent que ces adolescentes vont très mal : elles ont très souvent été victimes de violences sexuelles et physiques et de négligences pendant leur enfance. Leur famille va souvent mal aussi : délinquance d'un membre de la famille, souvent le père ou le frère, alcoolisme d'un parent... Ces adolescentes ont des problèmes psychologiques, des difficultés scolaires et des comportements délinquants. Un tiers d'entre elles consomme des drogues ou de l'alcool. Il s'agit, encore plus que chez les adolescents agresseurs, d'ados ayant de gros soucis et qui ont besoin d'aide, ainsi que leur famille.

En conclusion sur les profils des agresseur(se)s sexuel(le)s, qu'ils soient adolescents ou adultes, hommes ou femmes, on observe trois motivations principales à ce type de violences :

- une volonté de dominer l'autre, de le contrôler ; nous appellerons ce type « **dominateur-contrôlant** », c'est souvent le cas des pères ou beaux-pères incestueux ;
- une volonté de nuire, de faire du mal, sous-tendue par de l'hostilité et souvent associée à d'autres violences

(verbales, physiques) comme dans le harcèlement sexuel à l'adolescence, par exemple ; nous appellerons ce type « **hostile** » ;

- une motivation sexuelle, sous-tendue par un besoin sexuel et, souvent, une attirance sexuelle pour l'enfant ou l'ado, généralement avec des croyances autour d'une relation amoureuse avec la victime ; nous appellerons ce type « **pseudo-amoureux** », même s'il faut être clair qu'il ne s'agit pas ici d'amour, dans la mesure où l'autre n'est absolument pas pris en compte et respecté. Ce profil est fréquent chez les agresseur(se)s sexuel(le)s attiré(e)s par les enfants ou les ados et ayant organisé leur vie autour de mineurs.

Ces trois motivations peuvent être présentes à différentes proportions chez un(e) agresseur(se) donné(e), mais généralement un type domine. L'étude des modes opératoires nous permettra de comprendre comment ces motivations ont un impact sur la manière dont l'agresseur(se) va procéder et ce qu'il est utile de repérer pour protéger votre enfant.

LA RÉCIDIVE

La récidive, c'est le fait d'être condamné une nouvelle fois après une première condamnation. Les violences sexuelles déclarées à la justice correspondraient à environ 10 % des violences sexuelles totales, donc le taux de récidive officiel est bien inférieur au taux de récidive « réel ».

Votre évaluation de la récidive

Prenez quelques instants pour évaluer, à partir de ce que vous savez à ce stade, quel est le pourcentage de récidive d'un(e) agresseur(se) sexuel(le) sur mineurs ? 100 % ? 75 % ? 25 % ? 10 % ? 1 % ? À votre avis ?

Les résultats des recherches en criminologie permettent de mettre en évidence que tous les agresseur(se)s sexuel(le)s ne récidivent pas et que certains profils d'agresseur(se)s sexuel(le)s récidivent davantage que d'autres. Quinze années après leur condamnation, un(e) agresseur(se) sexuel(le) sur quatre aura été à nouveau condamné. C'est beaucoup ! Surtout lorsque l'on sait que seulement 12 à 19 % des agressions sexuelles font l'objet d'une plainte, et que seuls 10 à 17 % des plaintes mènent à une condamnation de l'agresseur(se). Les chiffres de la récidive officielle nous donnent un ordre d'idée probable de la dangerosité de certains profils, tout en sous-estimant probablement considérablement le risque réel.

Plus précisément, chez les hommes, ces études nous apprennent que les agresseurs incestueux judiciairisés récidivent moins (13 % de nouvelles condamnations quinze ans après leur libération) que les agresseurs sexuels extra-familiaux (25 % en moyenne sur quinze ans), mais aussi que les agresseurs de filles récidivent moins (16 % en moyenne sur quinze ans) que les agresseurs de garçons (35 % sur quinze ans). Il semblerait que les hommes ayant agressé sexuellement à la fois des filles et des garçons soient particulièrement à risque de récidiver, ainsi que ceux qui n'ont jamais été mariés. En revanche, le risque de récidive est divisé par deux après quinze ans ou en cas de soins spécialisés.

Le fait de récidiver est un facteur de dangerosité reconnu. Un(e) agresseur(se) sexuel(le) qui a déjà récidivé a statistiquement plus de risques de récidiver à nouveau dans les quinze années qui suivent sa libération par rapport à un(e) agresseur(se) dont c'est la première condamnation. Les récidivistes sont parmi les plus dangereux : il faut donc prendre les antécédents de condamnation très au sérieux afin de prévenir la récidive, d'où l'utilité du FIJAISV.



Le Fichier judiciaire automatisé des auteurs d'infractions sexuelles ou violentes (FIJAISV)

Le FIJAISV est un fichier informatisé du ministère de la Justice français qui recense, depuis 2005, la plupart des personnes mises en examen ou condamnées pour violences sexuelles (d'une peine de 5 ans de prison au moins, sauf exception) ou pour des crimes violents particulièrement graves. L'inscription sur le fichier se fait pour une durée de 20 à 30 ans. Les personnes inscrites au fichier doivent se présenter une à deux fois par an, selon les cas, à la police ou à la gendarmerie afin de justifier de leur adresse. En cas de manquement à cette obligation, une alerte est déclenchée afin de rechercher la personne concernée. Ce fichier permet de faciliter le travail d'enquête en identifiant les personnes présentant des antécédents de condamnation pour violences sexuelles dans une zone géographique précise, et de prévenir la récidive. Il peut être consulté dans le cadre d'enquêtes mais aussi de recrutements par les autorités judiciaires, la police ou la gendarmerie, les préfets et les administrations de l'État et certains agents pénitentiaires.

À retenir : tous les agresseur(se)s sexuel(le)s n'ont pas la même probabilité de récidiver. Les hommes jeunes, ayant agressé des garçons et ayant déjà récidivé sont les plus dangereux, en particulier s'ils n'ont jamais été mariés. La dangerosité est plus grande dans les premières années après la libération et diminue avec le temps, avec l'âge et avec des soins spécialisés.

2

Comment déjouer les modes opératoires ?

Pour déjouer les modes opératoires, encore faut-il les connaître. Dans les violences sexuelles contre les enfants, il y a très rarement de la violence physique, pour deux raisons : l'enfant est facile à manipuler et a tendance à se soumettre à l'adulte, surtout si on l'a éduqué sur le modèle de l'obéissance ; dans le profil « pseudo-amoureux », les agresseur(se)s sexuel(le)s sur mineurs se racontent souvent que l'enfant est amoureux d'eux : l'usage de la force ne leur permettrait plus d'y croire. Le recours à la force physique représente moins de 1 % des violences sexuelles commises sur des enfants, et 1 % de celles commises sur des adolescents. Il est le plus fréquent lorsque la motivation est l'hostilité, mais même lorsque les violences sexuelles sont sous-tendues par de l'hostilité ou de la domination, la manipulation est généralement le mode opératoire principal. Et la manipulation met généralement du temps à se mettre en place, ce qui nous permet de repérer ses signes et d'intervenir à temps.

Ici, nous allons donc chercher à mieux comprendre comment l'agresseur(se) parvient à manipuler sa victime pour arriver à ses fins. Pour cela, nous allons voir comment fonctionne *l'emprise* de l'agresseur(se) sur l'enfant, sur quoi elle repose et comment elle se construit, afin que vous puissiez *repérer* et *empêcher* qu'un adulte construise ce type de relation à l'égard d'un enfant.



Idee reçue n° 5 : « Les violences sexuelles sur enfants sont associées à de la violence physique. »

FAUX !

LA MANIPULATION ET L'EMPRISE

L'emprise, qu'est-ce que c'est ? Dans *Le Livre de la jungle*, c'est le serpent qui hypnotise Mowgli afin de l'empêcher de se défendre, de s'enfuir ou d'appeler à l'aide. C'est un lavage de cerveau progressif, une façon de manipuler l'enfant pour arriver à ses fins. L'emprise met souvent du temps à s'installer, ce qui permet à un entourage bien sensibilisé de repérer les signes préoccupants avant que les violences sexuelles n'aient lieu. Attention, elle peut être opérée sur l'enfant mais aussi, souvent, sur ses parents !

L'emprise se met en place de trois façons complémentaires¹ :

1. Selon le rapport de la CIIVISE, « les étapes principales de la stratégie de l'agresseur sont les suivantes : il choisit la victime en raison de sa vulnérabilité ; il l'isole ; il crée un climat de peur et d'incompréhension ; il passe à l'acte ; il inverse la culpabilité ; il dévalorise la victime ; il impose le silence ; il recherche des alliés ; il assure son impunité ».

Outrepasser les limites

L'agresseur(se) se rapproche progressivement de sa future victime avec des comportements de plus en plus intrusifs. Ça lui permet de tester, au fur et à mesure, si l'enfant ou ses parents réagissent, ou non. S'ils ne réagissent pas, il avance d'un pas de plus, et ainsi de suite. Cela peut commencer par des questions indiscrètes, dans le but de susciter des confidences. Puis le non-respect des limites du corps: être trop proche physiquement, chatouiller ou toucher l'enfant alors que l'agresseur(se) n'est pas assez intime pour ça, être trop familier au niveau corporel, effleurer les fesses «par hasard», faire irruption alors que l'enfant est aux toilettes ou en train de se changer... L'absence de réaction de l'enfant et de ses parents indique que l'emprise fonctionne, qu'ils sont aveuglés et ne savent pas se protéger.

Rendre dépendant

L'emprise, c'est une relation dans laquelle il est très difficile de dire non. Elle est favorisée quand il y a une dépendance financière, affective, hiérarchique, quand l'agresseur(se) est au courant d'un secret dont la révélation serait dangereuse. L'agresseur(se) peut chercher à rendre des services, offrir des cadeaux, rendre la famille ou l'enfant dépendants de lui d'une manière ou d'une autre. L'agresseur(se) cherche à faire croire qu'on ne pourrait pas vivre sans lui.

Endormir le sens critique

Cela commence par des compliments, des petites attentions, des gestes. L'agresseur(se) cherche à être important pour la victime et à ce que son avis compte. Ça prépare l'enfant à lui obéir, à faire ce qui lui fait plaisir et à se soumettre à ses

demandes par amour pour l'agresseur(se), dont il ne perçoit pas la manipulation. Cela peut aussi consister en un comportement imprévisible, effrayant, tantôt menaçant, tantôt agréable. Ce comportement effrayant génère de la peur qui incite la victime à se soumettre ou à ménager l'autre pour qu'il(elle) ne se fâche pas, ne devienne pas impulsif(e) ou violent(e). Le chantage affectif peut avoir le même effet : « Tu ne veux quand même pas me faire de la peine ? »

Endormir le sens critique, une fois que les violences sexuelles ont eu lieu, c'est aussi utiliser des termes erronés pour parler de ces actes : l'agresseur(se) va parler de « câlins, bisous, tendresse, caresses, amour », dire « c'est spécial ce qu'on a tous les deux, faut le garder secret », « je sais que tu aimes ça », « tous les papas font ça », « je t'aime »... Si l'enfant n'a pas été sensibilisé à l'existence des violences sexuelles, si on ne l'a pas averti du danger de garder un secret, s'il ne sait pas que certains adultes peuvent être manipulateurs et mal intentionnés, il est très à risque de croire tout ce que l'agresseur(se) lui dit et de s'y soumettre sans protester.



Quelques exemples d'emprise

L'un de mes patients agresseurs sexuels emmenait tous les mercredis un groupe d'ados à la piscine, et a agressé certains d'entre eux. Sans lui, ces ados n'auraient pas pu aller à la piscine. Pour les victimes, dévoiler les violences, c'était se priver de cette sortie et risquer de se mettre à dos les autres ados concernés. Les agressions ont ainsi pu durer des mois. Comme celles-ci n'étaient pas systématiques, les victimes croyaient régulièrement que c'était fini, ce qui les incitait à continuer de garder le silence.

Un autre agresseur profitait des difficultés financières d'une famille pour la rendre dépendante de lui pour des activités importantes, comme emmener les enfants à leurs activités extrascolaires (lui-même n'avait pourtant pas d'enfant); il leur offrait aussi des cadeaux. D'autres de mes patients proposaient de «dépanner» des voisins en gardant leur enfant ou en lui donnant des cours du soir gratuitement, voire en l'emmenant en vacances...

Tous ces dons et services alimentent le sentiment de «dette» et mettent la famille en situation d'avoir «gros à perdre» si elle découvrait les violences et souhaitait les dénoncer. Sans vouloir apparaître trop cynique, de tels comportements apparemment gratuits et altruistes, mais réguliers et demandant un certain investissement (temps, énergie, argent, essence...), posent la question des bénéfices pour la personne qui rend service. Une question à se poser serait aussi: est-ce que, si j'avais le choix, je confierais quand même mon enfant à cette personne? Sinon, quelles attitudes, quelles caractéristiques me rendraient réticent(e) à son égard?

Certain(e)s agresseur(se)s sexuel(le)s cherchent à susciter des confidences, par exemple à faire parler un ado de sa sexualité ou de ses problèmes familiaux, obtenir des photos personnelles ou dénudées, l'amener à commettre des actes illicites, à détenir ou consommer des drogues... Tout ceci permet à l'agresseur(se) non seulement de devenir intime mais aussi de pouvoir faire pression sur la victime. En apparence, l'agresseur(se) prend un rôle de protecteur, ce qui générera d'autant plus de confusion lorsqu'il passera à l'acte, d'autant qu'il continuera généralement à jouer les deux rôles. Un de mes patients agresseurs avait découvert que l'ado qu'il agressait avait commis des vols et qu'il consommait de la drogue, ce que ses parents ne savaient pas. L'ado craignait que l'agresseur le dise à ses parents si jamais il révélait les violences.

Certains comportements peuvent évoquer l'emprise lorsqu'ils visent à rendre l'enfant et/ou sa famille dépendants : jouer le rôle d'un membre de la famille, rendre des services de façon répétée, satisfaire les besoins de l'enfant (sorties, attention, cadeaux...) ; tout ceci génère un sentiment de dette.

D'autres comportements permettant une proximité physique, voire sexuelle, sont suspects, voire transgressifs, comme surprendre l'enfant pendant qu'il se change ou se lave, chatouiller « accidentellement » les parties intimes, jouer au docteur, raconter des blagues sexuelles, faire consommer des drogues ou de l'alcool, taquiner l'enfant sur son développement sexuel, parler crûment de sexualité sous couvert d'éducation sexuelle, montrer des images sexuellement explicites à l'enfant ou prendre des enfants en photo alors qu'ils sont nus, en sous-vêtements, en maillot de bain ou en tenue de danse, etc.

Parfois l'agresseur utilise le secret, la honte, la culpabilisation ou les menaces pour garder le contrôle sur la relation.

Vous l'aurez compris, il est capital de savoir repérer les stratégies de mise en place de l'emprise. Je vous propose une situation qui va vous permettre de vous entraîner. Dans la situation suivante, je vous suggère de repérer les choses qui doivent vous alerter quant à une potentielle mise en place de relation d'emprise.

- *Mise en situation : repérer les stratégies d'emprise*

Yvon, 35 ans, propose à ses voisins de donner bénévolement des cours du soir à leur fils Kaylan, 11 ans, qui rencontre des difficultés en maths. Kaylan va chez Yvon en fin d'après-midi pour son premier cours. Tout se passe bien. Il est convenu qu'il y retournera une fois par semaine. Au deuxième cours,

Yvon discute avec Kaylan de sa vie d'ado, il lui demande s'il a une petite copine. À la fin du cours suivant, Yvon va sur Internet avec Kaylan pour lui montrer une vidéo de course de voitures qui l'a amusé. Au cours d'après, Yvon est en peignoir quand Kaylan arrive. Il prend quelques minutes pour aller se changer, et discute avec Kaylan pendant ce temps, en ayant laissé la porte de la chambre entrouverte. Au cours d'après, il lui fait des compliments sur ses progrès en maths et lui dit qu'il est très intelligent, puis il montre à nouveau des vidéos de voitures à Kaylan sur son ordinateur, en proposant à Kaylan de s'asseoir sur ses genoux avec pour prétexte qu'il n'y a pas d'autre chaise de libre. Il fait semblant de tomber par hasard sur des images porno et demande à Kaylan s'il en a déjà vu. Au cours suivant, il commet des attouchements sur Kaylan, dans le même contexte. Yvon dit à Kaylan qu'il est vraiment un garçon super, et lui donne de l'argent «pour qu'il s'achète ce qui lui fera plaisir».

Récapitulons. Quels points vous ont évoqué un risque d'emprise?

- Outrepasser les limites: Yvon demande si Kaylan a une copine (c'est indiscret); Yvon va sur Internet pour montrer une vidéo (ce n'est pas le moment); Yvon reçoit Kaylan en peignoir puis se change la porte ouverte en lui parlant (c'est trop intime, presque de l'exhibitionnisme); Yvon assied Kaylan sur ses genoux (cette proximité physique n'a pas lieu d'être entre eux); Yvon montre du porno à Kaylan et lui demande s'il en a déjà vu (passage à l'acte sexuel).
- Rendre dépendant: les cours donnés bénévolement et avec un engagement régulier; les compliments; le fait de lui donner de l'argent.

- Endormir le sens critique : les compliments ; le fait de valoriser Kaylan ; le fait de lui donner de l'argent.

Certains comportements, comme le fait de donner de l'argent à Kaylan, soutiennent deux stratégies d'emprise différentes : c'est souvent le cas, cela vise à verrouiller la parole de la victime.

L'emprise correspond à une relation de grande dépendance où il ne semble plus possible de dire non, de s'extraire de la relation et des violences. Même si toutes les situations à risque d'emprise ne débouchent pas sur des violences (sexuelles ou non), il peut être utile de repérer ces situations dans votre vie actuelle et d'y remédier dans la mesure du possible, afin d'évoluer vers des relations plus saines et équilibrées pour vous et votre famille, d'une manière générale.

Si jamais vous-même êtes dans une relation d'emprise, prenez le temps de vous en occuper : prendre soin de votre enfant, c'est d'abord prendre soin de vous. Vous êtes un modèle pour lui, et apprendre à vous défendre et à vous protéger aura un impact positif sur lui. N'hésitez pas à solliciter de l'aide, des services d'écoute et des associations existent qui peuvent vous soutenir, même si la situation vous semble sans issue. Ne restez pas seul(e).

Lorsqu'un adulte accorde de l'attention à votre enfant, observez la nature de cette attention : la grande différence entre un(e) agresseur(se) sexuel(le) sur mineur et une personne saine, c'est que cette dernière est bienveillante, à l'écoute de l'enfant, cherche sincèrement à savoir ce qu'il ressent, à favoriser sa parole et à en tenir compte. Elle n'essaie pas de lui extorquer des confidences ou de la proximité physique, elle ne le force à rien. Un(e) agresseur(se) sexuel(le)

cherche au contraire à faire taire l'enfant, à l'impressionner, à le flatter ou à l'humilier et à inhiber l'expression de ses émotions, pensées ou besoins.

PLUS RARES, LES AUTRES MODES OPÉRATOIRES

La violence

La violence est beaucoup plus rare que l'emprise, elle est souvent le fait d'un(e) agresseur(se) impulsif(ve) ayant des problèmes de violence par ailleurs et survient plus facilement dans un contexte d'agression ponctuelle. Dans 70 % des cas, l'agression sexuelle violente est commise par un(e) inconnu(e). Il est ici utile de superviser progressivement les déplacements que l'enfant fait seul(e), à un âge approprié, en l'ayant informé du danger et, s'il a un téléphone, qu'il sache rapidement appeler les secours (à programmer dans ses Favoris). Dans un premier temps, les déplacements à plusieurs sont à privilégier. Lors de sorties communes, on peut apprendre à l'ado à repérer les lieux dangereux, qui sont isolés ou dont il est difficile de fuir. On peut aussi lui apprendre à éviter les personnes ayant un comportement suspect (individus désinhibés, alcoolisés ou drogués, par exemple). Enfin, on peut lui apprendre à crier à l'aide de façon claire (par exemple à l'aide de jeux de rôle) car, trop souvent, quand une personne crie, surtout un ado, on ne sait pas si elle s'amuse ou si elle est réellement en danger.

La violence rend l'agression beaucoup plus facile à détecter par l'extérieur, c'est pourquoi elle est rarement utilisée par les agresseur(se)s proches. Montrer de l'intérêt aux petits bobos de votre enfant, lui demander comment il s'est fait un bleu, c'est lui manifester que son corps mérite d'être bien traité et

soigné, et c'est aussi montrer aux personnes entourant l'enfant que vous êtes vigilant(e) à ces signes. C'est dissuasif.

Ce mode opératoire est plutôt utilisé par le profil hostile : il est utile d'être attentif aux signes d'hostilité, d'impatience, d'intolérance à l'égard de l'enfant (jalousie, bruit que fait l'enfant, place qu'il prend, attention qui lui est consacrée...) d'une manière plus générale.

La surprise

La surprise est un mode opératoire qui peut s'ajouter à l'emprise, ou survenir lors de certaines agressions ponctuelles, comme l'exhibition sexuelle, ou les agressions survenant sur la voie publique ou dans les transports en commun. Ici, le fait que l'enfant ou l'ado sache que ces faits peuvent exister rendra la surprise moins grande et peut aider l'enfant ou l'ado à détecter et éviter des personnes suspectes ou des situations insécures. Dans les transports de la région parisienne, un numéro de téléphone dédié permet de signaler les situations d'insécurité et d'être aidé¹. Là encore, il peut être utile que l'ado qui prend les transports ait ce numéro préenregistré dans son téléphone (s'il en a un) parmi ses Favoris.

Notons que la surprise peut être utilisée par tous les profils d'agresseurs : dominateur-contrôlant, hostile ou pseudo-amoureux.

La contrainte ou la menace

La contrainte et/ou la menace s'ajoutent parfois à l'emprise, la menace portant souvent sur le secret à garder et les

1. C'est le 3117 pour un appel téléphonique et le 31177 pour un SMS. Ces numéros fonctionnent aussi pour les transports gérés par la SNCF.

conséquences qui pourraient découler de la révélation des faits. Le recours à la contrainte ou à la menace est rare en dehors d'une relation d'emprise: il survient alors dans le cas d'une agression ponctuelle par un inconnu. Pour prévenir ce dernier type de situation, les mêmes préconisations s'appliquent que pour la prévention d'une agression violente: éviter les déplacements seul(e), avoir préparé l'ado quant à la conduite à tenir en cas de situation suspecte ou avérée (numéros d'urgence).

Ce mode opératoire est plutôt utilisé par les profils dominateur-contrôlant et hostile.

Repérer les modes opératoires est nécessaire, mais il est aussi indispensable de savoir comment réagir si vous identifiez un comportement potentiellement problématique. Dans la partie suivante, je vais vous proposer une stratégie simple, intitulée *Nommer-Recadrer*, et nous allons nous entraîner à l'utiliser à partir de mises en situation.

DÉJOUER L'EMPRISE D'UN ADULTE QUI CÔTOIE MON ENFANT

Je vous conseille de déjouer les tentatives d'emprise en deux étapes¹: *nommer* ce qui se passe et le *recadrer*. Avec l'emprise, il faut faire simple et ne pas entrer dans la discussion. Avec les comportements qui ne respectent pas les limites aussi. *Nommer-Recadrer* – et c'est tout! Ensuite, on passe à autre chose pour éviter tout débat ou toute justification. On ne cherche pas à savoir si le non-respect des limites était intentionnel ou non, malveillant ou non. Peu importe: le message

1. Ces étapes sont similaires aux recommandations de l'association nord-américaine *Darkness to Light*.

que vous devez transmettre, c'est : pas de transgression des limites à l'égard des enfants.

Il s'agit de réagir lorsqu'un(e) adulte outrepassé les limites, lorsqu'il/elle est particulièrement intéressé(e) dans le fait de côtoyer votre enfant, qu'il/elle le préfère à d'autres de façon marquée, lui offre des cadeaux ou des privilèges (comme le ramener de son entraînement sportif, le garder plus longtemps après les cours...), cherche à être seul(e) avec un enfant ou préfère côtoyer des enfants plutôt que des adultes...

Enfin, 80 % des violences sexuelles sur enfants se déroulent dans une situation où l'agresseur(se) est seul(e) avec l'enfant : une personne qui cherche à créer des occasions de se trouver seule avec votre enfant est suspecte.

Prenons des exemples. Commençons par un cas simple, où il ne s'agit probablement pas d'une tentative d'emprise ou d'un risque de violences sexuelles, mais juste d'un non-respect des limites.

- *Mise en situation : une animatrice un peu intrusive à l'école*

Un soir, au retour de l'école, Bryan, 8 ans, raconte à ses parents qu'une animatrice de la garderie lui passe régulièrement la main dans les cheveux, manifestement de façon affectueuse, avec des petits mots gentils comme « petit coquin » ou « petit garnement ». Le problème, c'est que Bryan n'aime pas ça et qu'il ne sait pas comment le dire à l'animatrice. Il essaye de l'éviter mais n'y arrive pas toujours.

Que feriez-vous ?

- Si c'est une animatrice que vous connaissez car vous la voyez le soir à la sortie de la garderie ?
- Si c'est une animatrice que vous ne connaissez pas ?

Vous pouvez commencer par féliciter Bryan de vous avoir parlé de la situation. Il peut être utile de lui demander comment il réagit dans cette situation afin d'évaluer où il en est de ses capacités à dire non et de quelle aide il a besoin. Par exemple, Bryan pourrait raconter qu'il recule la tête mais que l'animatrice n'en tient pas compte, ou au contraire qu'il n'arrive pas du tout à réagir. Bien sûr, il ne s'agit pas de reprocher à l'enfant de ne pas s'être protégé : ce serait contre-productif et ça pourrait l'amener à ne plus vous raconter ce type de situations à l'avenir. Dans cette situation, il est certainement utile que vous interveniez, mais l'idée est de développer peu à peu la capacité de l'enfant à protester et à exprimer son désaccord par lui-même. Vous pouvez, par exemple, réfléchir avec lui à la réaction qu'il pourrait avoir dans une telle situation à l'avenir, en imaginant des phrases ou des comportements qui pourraient être adaptés. Vous pouvez passer par un jeu de rôles avec des marionnettes ou des petits personnages, par exemple. Là encore, il ne s'agit pas de lui dire quoi faire (il risque de se sentir coupable ou en échec s'il n'y arrive pas), mais de reconnaître que cette situation est suffisamment difficile pour mériter de s'entraîner et de réfléchir ensemble aux solutions possibles afin d'être moins « pris de court » dans une situation similaire. Évidemment, si l'enfant refuse un tel jeu d'entraînement, on n'insiste pas.

Si vous connaissez l'animatrice, serait-il possible de lui dire que ses gestes, même si vous comprenez qu'ils sont sans doute bien intentionnés, mettent votre enfant mal à l'aise ? Ou, si vous ne la connaissez pas, pourriez-vous contacter son responsable afin de lui parler du problème et demander un retour ? Souvenez-vous : on **nomme** les comportements qui posent un problème (« vous passez la main dans les cheveux de mon fils et lui dites “petit garnement” »), on **reprécise la**

limite (je ne veux pas que vous touchiez mon fils sans lui demander son accord ou que vous lui disiez des mots qui le mettent mal à l'aise) et on **passe à autre chose** : il n'est pas utile de laisser l'animatrice entrer dans des justifications de son comportement. Elles sont nulles et non avenues : son comportement, quelles que soient ses intentions, gêne votre enfant. Point.

Une telle intervention est intéressante car elle manifeste auprès de toutes les personnes présentes que vous prenez les propos de votre enfant au sérieux et que vous n'avez pas peur de le défendre. Et en même temps, vous n'en faites pas « tout un plat », vous ne prêtez pas de mauvaises intentions à qui que ce soit.

Ensuite, il est important de tenir votre enfant informé et l'inciter à vous rapporter tout nouvel incident, afin qu'il voie que vous avez pris ses propos et son inconfort au sérieux, et donc qu'il peut compter sur vous.

Prenez le temps de réfléchir à cette situation : auriez-vous peur de « faire des vagues » ? de passer pour le « casse-pieds de service » ? Comment pouvez-vous vous préparer à ce genre de situation et progresser de votre côté au cas où de telles interventions vous mettraient mal à l'aise ?

- *Mise en situation : un adulte probablement mal intentionné s'approche d'un enfant*

Lyna, 7 ans, prend des cours particuliers pour apprendre à nager. À la maison, elle raconte que le maître-nageur est venu l'aider à se déshabiller dans les vestiaires après le cours. Lorsque vous lui demandez ce qui s'est passé après, Lyna dit que c'est tout. Lyna sait enlever son maillot de bain seule depuis longtemps, elle n'a pas besoin d'aide. Comment

réagir? Selon sa sensibilité, le parent de Lyna peut interrompre les cours, ou encore choisir d'être présent aux vestiaires avant et après le cours, par exemple. Mais, dans tous les cas, que dire au maître-nageur?

Nommer: « Vous avez aidé ma fille à se déshabiller. » *Recommander:* « Lyna a 7 ans, elle n'a pas besoin d'aide aux vestiaires. Je ne veux pas qu'on l'aide à se déshabiller. » Les parents de Lyna peuvent aussi signaler ce comportement au responsable des cours, surtout si aider un enfant de cet âge aux vestiaires n'est pas un comportement habituel dans cette piscine (et cela ne devrait pas en être un).

DÉTECTER QUE MON ENFANT EST SOUS EMPRISE

Des absences inexplicables à l'école ou à certaines activités, une grande fatigue, une relation inhabituellement proche d'une autre personne, en particulier si c'est un adulte ou un ado plus âgé, des changements brusques d'humeur, de l'argent ou des cadeaux d'origine inconnue (un nouveau téléphone, de la drogue...), un temps inhabituellement long sur son téléphone ou sur les réseaux sociaux ou un comportement très secret à ce sujet... Tous ces comportements doivent vous alerter et vous amener à vous rapprocher de votre enfant pour comprendre ce qui se passe. Il est important de ne pas être intrusif ou menaçant, mais de partager votre inquiétude et votre sollicitude: votre enfant doit sentir que, quoi qu'il ait fait, il aura votre soutien au lieu d'être jugé, rejeté, disputé ou puni. Pour que votre enfant ou ado vous parle, il faut qu'il ait confiance en vous et ne craigne pas les conséquences.

CE QUE JE PEUX FAIRE: identifier les tentatives de non-respect des limites, que ce soit à votre égard ou à l'égard de

votre enfant. S'il est ado, lui expliquer le phénomène de l'emprise et les facteurs de risques, et l'inciter à vous signaler toute personne qui tenterait de tester les limites, de le rendre dépendant ou d'endormir son sens critique. Vous pouvez aussi *nommer* et *recadrer* ce qui pose problème auprès de la personne concernée (sans l'accuser pour autant de vouloir agresser sexuellement votre enfant bien sûr!) afin de la dissuader de continuer, et de rendre les choses plus faciles pour votre enfant.

Une relation de qualité avec votre enfant, en particulier à l'adolescence, avec une bonne communication, augmente les chances de le prémunir contre l'emprise. Évidemment, il ne s'agit pas de ne plus faire confiance à personne ou d'inciter votre enfant à ne faire confiance qu'à vous : il s'agit plutôt de faire confiance progressivement, de façon éveillée, en mesurant les risques que vous et votre ado prenez et en gardant, autant que faire se peut, ses possibilités de choisir et de pouvoir se retirer d'une relation si elle devenait problématique.

3

Se protéger des risques

Les risques ne sont pas les mêmes selon les périodes de l'enfance : alors qu'un enfant de moins de 3 ans côtoie essentiellement des proches, un adolescent commence à côtoyer d'autres familles et des pairs, dans des situations plus intimes qu'avant, et il est plus exposé aux risques liés à Internet. Dans une enquête de l'INED, parmi les victimes de violences sexuelles dans l'enfance, quatre femmes sur cinq et trois hommes sur quatre ont été victimes de violences sexuelles par un membre de la famille, un proche de la famille, un ami ou une personne travaillant avec des enfants, donc des personnes du quotidien, que connaissent l'enfant et ses parents, pour la très grande majorité. La plupart du temps, l'agresseur(se) sexuel(le) de l'enfant est connu des parents !

Nous allons donc passer en revue les risques par tranche d'âge, pour ensuite évoquer les différents types de situations à risques (au sein de la famille, dans les loisirs, dans les relations amoureuses, par Internet...) et enfin les facteurs de risques (liés à la situation familiale ou à des

caractéristiques de l'enfant), afin que vous puissiez en avoir une représentation claire pour chaque âge et chaque situation.

La lecture de cette partie risque de vous amener à vous sentir un peu « parano ». C'est normal, on passe généralement d'une mauvaise perception du risque à voir le danger partout avant d'arriver à une meilleure capacité d'identification des risques. Dans un premier temps, il vaut mieux faire part de vos questionnements à vos proches de confiance qui, s'ils ne sont pas encore bien sensibilisés, risquent de minimiser, mais qui peuvent vous aider à moins voir le mal partout. Le risque de « devenir parano » temporairement est probablement accru si vous avez vous-même été victime de violences sexuelles. Soyez prudent : soupçonner constamment des personnes à tort (et encore plus les accuser !) peut aussi être très mauvais pour votre enfant.

QUELS RISQUES À QUEL ÂGE ?

La petite enfance (0-4 ans)

On n'évoque jamais cette période de la vie concernant les violences sexuelles. Pourtant, c'est 8 % des femmes victimes qui l'ont été à cet âge, et 5 % des hommes victimes, soit environ 450 000 personnes en France. Plus inquiétant : les plaintes pour violences sexuelles commises par un membre de la famille sur un enfant de moins de 5 ans correspondent à plus de la moitié des plaintes enregistrées pour inceste sur mineurs par le ministère de l'Intérieur ! Les enfants âgés d'un an ou moins sont les plus concernés (75 % des

plaintes contre un membre de la famille pour des violences sexuelles chez les moins de 5 ans)¹.



Idée reçue n° 6 : « Les tout-petits et les bébés sont rarement victimes de violences sexuelles. »

FAUX !

Beaucoup de gens pensent que l'on ne mémorise rien au cours des premières années de la vie, parce qu'on n'en garde aucun souvenir. Cette croyance peut encourager certain(e)s agresseur(se)s à penser qu'un tout-petit ne gardera aucune trace des violences et que celles-ci sont donc sans conséquence. En fait, la recherche montre que les tout-petits victimes de violences sexuelles ont des symptômes tout aussi douloureux et envahissants que les victimes plus âgées, même s'ils ne se souviennent pas des faits : phobies, anxiété, troubles du sommeil, cauchemars, troubles du comportement, énurésie, encoprésie... Ces troubles sont difficiles à soigner puisque l'enfant n'en connaît pas toujours l'origine ou ne s'en souvient pas consciemment, alors que son corps, lui, s'en souvient et manifeste des signes de souffrance qui peuvent sembler incompréhensibles.



Idée reçue n° 7 : « Les tout-petits ne gardent aucune trace des violences qu'ils subissent car ils ne s'en souviennent pas. »

FAUX ! Le système nerveux et la mémoire sont opérationnels dès la fin de la grossesse, les sensations précoces sont mémorisées dans le corps en raison du stress qu'elles génèrent.

1. Selon les données fournies par l'Observatoire National de la Délinquance et des Réponses Pénales (décembre 2020).

CE QUE JE PEUX FAIRE : on se sent souvent impuissant pour protéger cette tranche d'âge, alors que des outils existent ! Souvenez-vous que la plupart des violences sexuelles subies à cet âge sont commises par un proche, un membre de la famille le plus souvent. Nous avons passé en revue les profils des agresseur(se)s, ce qui devrait vous aider à savoir quoi observer chez les personnes qui sont proches de votre tout-petit : la personne est-elle contrôlante ou a-t-elle besoin de dominer ? Est-elle hostile, agressive, s'impatiente-t-elle si l'enfant pleure ou ne réagit pas comme elle le souhaiterait ? Son attrait pour l'enfant relève-t-il d'une posture adulte ou plutôt de celle d'un enfant ? Cette personne est-elle mal dans sa peau, complexée, en crise dans sa vie, déprimée, alcoolique ?

Si vous avez confiance en les personnes auxquelles vous confiez votre enfant et qu'elles ne présentent pas de problème de santé mentale ou de problème relationnel important, c'est qu'il est très vraisemblablement en sécurité.

Dans les programmes de prévention destinés à cet âge, il s'agit, dès le plus jeune âge, de montrer comment on traite le corps de l'enfant, son propre corps et celui des autres. L'enfant apprend dès tout-petit comment se comporter dans la relation à son corps et à celui des autres, à partir des relations qu'il observe et de la manière dont il se sent traité. Il va donc apprendre à partir de la sensibilité avec laquelle vous touchez son corps et ses parties intimes, par exemple pendant le change ou le bain. Il va aussi apprendre à partir de ce qu'il observe de vos relations, par exemple des signes d'affection que vous témoignez à votre partenaire. Au Canada, la Fondation Marie-Vincent donne des idées de choses à apprendre au tout-petit¹ :

1. Voir notamment la vidéo « L'éducation à la sexualité chez les tout-petits », sur la chaîne YouTube « fondationmv ».

nommer correctement les parties de l'anatomie de l'enfant, y compris ses parties intimes, s'intéresser à ce qu'il manifeste ou raconte (selon l'âge) et répondre à ses questions, favoriser le jeu entre les filles et les garçons, lui montrer comment se laver seul(e) en lui mentionnant que certaines parties du corps sont intimes, lui laisser choisir à qui il fait des câlins ou des bisous (peu importe qui les lui demande), l'aider à identifier et à exprimer ses émotions, fermer la porte au moment de vous changer... Des livres existent pour sensibiliser à l'égalité garçon-fille et au consentement (vous trouverez des références dans le carnet de ressources en fin d'ouvrage). Pensez à partager ces documents et ces informations avec les personnes qui s'occupent de votre enfant.

Encore une fois, si vous savez qu'une personne a été impliquée dans des faits de violences sexuelles (jugés ou non) ou si vous trouvez qu'une personne de votre entourage ne respecte pas les limites, notamment corporelles : ne lui confiez pas votre enfant. Même si c'est la grand-mère ou le grand-père, ou une autre personne que vous aimez. Votre enfant est vulnérable, dépendant de vous, il doit passer en priorité.

- *Mise en situation : ma belle-mère a un comportement déplacé*

Sophie, la belle-mère d'Ophélie, s'occupe du fils de 9 mois d'Ophélie ; Sophie est en train de le changer lorsqu'Ophélie rentre du travail. Elle gazouille avec le bébé sur la table à langer et lui fait des petits bisous pour le faire rigoler. À un moment, Sophie l'embrasse juste au-dessus du pubis (sans la couche) en disant « gouzi gouzi ». Ophélie observe comment son bébé réagit, elle est mal à l'aise car Sophie frôle le sexe de son fils. Que dire ? Comment réajuster ce comportement de sa belle-mère (qui la dépanne en gardant son bébé) avec tact et fermeté ? Que feriez-vous à la place d'Ophélie, et comment ?

Souvenez-vous : *nommer* (le comportement qui pose un problème), *recadrer* (dire la limite) et c'est tout ! Vous pouvez vous entraîner à formuler des phrases à voix haute pour trouver la meilleure façon de dire les choses, s'il s'agissait de votre propre mère ou belle-mère par exemple.

Cela pourrait être : « Tu lui fais des bisous-chatouilles tout près du sexe, sans la couche. Je ne veux pas qu'on touche mon fils sur ses parties intimes, à part pour les soins ou le change. » Puis, changez de sujet.

Apprendre le respect corporel et le consentement, c'est aussi les faire respecter par l'enfant à l'égard des autres enfants, notamment dans la fratrie, et à l'égard de votre propre corps de parent. Il peut être intéressant de communiquer l'idée que chacun a une bulle privée autour de son corps, plus ou moins grande selon les personnes et les moments, et qui mérite d'être respectée. Par exemple, si votre enfant, même petit, vous « grimpe » dessus, alors que ce n'est pas le moment pour vous, il est important de le lui manifester gentiment mais fermement. Ou encore, s'il monte sur vos genoux en vous faisant mal ou en vous touchant involontairement les parties génitales ou les seins, il est important de lui communiquer, d'une manière adaptée à son âge, bien sûr, qu'il doit lui aussi faire attention à votre corps et qu'il y a des endroits à ne pas toucher : ça vous permet de lui montrer comment il serait souhaitable qu'il le communique lui-même aux autres. S'il s'interpose physiquement devant vous alors que vous conversez avec une autre personne, ou vous touche le visage alors que vous n'aimez pas ça, là encore, le lui faire comprendre de façon bienveillante lui fait faire l'expérience de l'expression d'un refus et lui donne un modèle de la façon de procéder.

- *Mise en situation : recruter une nounou*

Vous arrivez chez la nounou le jour de l'entretien, et l'un des enfants actuellement gardé par cette nounou et âgé de 2 ans et demi est sur le pot au milieu du salon. Que pourriez-vous dire ou demander à ce sujet afin de savoir comment cette nounou prend en considération l'intimité des petits dont elle s'occupe? (Vous êtes des étrangers, et elle laisse un petit sur le pot dans l'espace commun même après votre arrivée!) Attention, il s'agit d'une situation d'alerte: l'intimité de cet enfant n'est pas protégée.

Lorsque vous avez rendez-vous chez une nounou potentielle pour votre bébé, allez-y avec le co-parent s'il y en a un, ou avec un autre adulte de confiance connaissant bien votre bébé si possible, afin que l'un puisse observer pendant que l'autre converse, par exemple. Vous êtes en droit de savoir qui sont les personnes qui côtoieront votre bébé chez la nounou: les autres enfants qu'elle garde, bien sûr, mais aussi son conjoint ou ses propres enfants, qui peuvent être plus grands¹. N'hésitez pas à demander à les rencontrer, à voir s'ils aiment les bébés et les tout-petits (vous pouvez aussi vous inspirer des modèles de questions proposés page 70 lors du recrutement de personnes s'occupant d'enfants), et à savoir s'ils sont susceptibles de parfois se trouver seuls avec votre bébé (cela ne devrait pas arriver, mais il peut valoir la peine de poser la question), etc. Ceci vous fournira un peu plus de matériel pour connaître l'environnement que propose la nounou et prendre votre décision.

1. Selon le rapport de la CIIVISE, les maris et fils de nounous sont à l'origine de 6 % des violences sexuelles par une personne de l'entourage en dehors de la famille.

Dans le cas d'une crèche, vous pouvez demander si l'équipe est formée à la bientraitance et à la prévention des maltraitements, et vous informer sur ce que cela implique concrètement au quotidien.

N'hésitez pas à préciser les gestes que votre enfant sait déjà faire seul(e), comme se laver, s'essuyer, s'habiller ou se déshabiller.

L'enfance d'âge élémentaire (5-10 ans)

3 % des Français ont été victimes de violences sexuelles entre 6 et 10 ans. Un tiers des enfants victimes le sont à cette tranche d'âge. C'est la période la plus à risque pour les filles, et à cet âge les agresseur(se)s font le plus souvent partie de la famille ou de l'entourage proche¹.

À cette période, vous allez de plus en plus souvent confier votre enfant à d'autres : pensez à leur préciser les règles : par exemple, pas de toucher sur les zones du maillot de bain, pas de toucher sans demander le consentement de l'enfant, pas d'autres personnes avec l'enfant que celles annoncées, l'enfant reste constamment sous surveillance de l'adulte (pas d'un grand frère ou d'une grande sœur sans que vous soyez prévenu et d'accord, par exemple).

S'il y a une soirée pyjama, précisez si votre enfant a besoin d'aide pour se laver ou aller aux toilettes et qui a le droit de le toucher pour cela (selon l'âge), demandez où et avec qui il dormira, etc. Vous avez peur de paraître parano ? Expliquez que votre enfant est habitué à ce fonctionnement, que ces règles le sécurisent (si vous ne faisiez pas confiance à ces personnes, vous ne leur confieriez pas votre enfant) et qu'il vaut

1. D'après l'étude de l'INED réalisée en 2023.

mieux qu'ils sachent comment votre enfant s'attend à ce que l'on se comporte avec lui. La ou les premières fois, passez un petit coup de fil dans la soirée pour vous assurer que votre enfant se sent en sécurité, et soyez disponible pour aller le chercher si besoin.

- *Mise en situation : choisir une baby-sitter*

Première chose, si le candidat a laissé passer, au cours de l'entretien d'embauche, des choses qui vous questionnent ou vous semblent légèrement inadaptées, alors, forcez le trait : qu'est-ce que ça donne ? Généralement, les candidats tentent de se montrer sous leur meilleur jour, donc si cette chose qui vous a fait « tiquer » s'est manifestée, c'est qu'elle lui a échappé. Il est probable que ce soit quelque chose qui se manifeste de façon plus prononcée dans la réalité, en particulier en votre absence.

Par exemple, si vous avez fait un essai d'activité ou de temps partagé avec l'enfant en votre présence, et que vous avez observé que le candidat ne vous semble pas être vraiment à l'écoute de votre enfant ou le force à lui obéir, ou qu'il s'est impatienté... Tous ces signes doivent vous alerter et vous questionner sur la sensibilité de cette personne à l'égard de votre enfant (d'une manière plus générale, pas uniquement concernant le risque de violences sexuelles). Cette personne serait-elle un bon défenseur de votre enfant en cas de difficulté ? Si votre enfant est en âge de donner son avis, il est évidemment important de tenir compte de son aisance avec la personne en question et, s'il est plus jeune, vous pouvez observer si, au niveau non-verbal, votre tout-petit semble à l'aise, détendu ou non en sa présence. Prendre la décision en concertation avec un autre adulte connaissant bien votre enfant est bien sûr l'idéal, surtout si le baby-sitting est régulier.

Deuxièmement, des chercheurs ont mis en place une série de questions pertinentes et potentiellement efficaces pour repérer les personnes à risques d'agresser sexuellement un enfant, notamment pour dépister la « congruence émotionnelle avec les enfants » :

- Vous sentez-vous plus proche des enfants que des adultes ?
- Vous amusez-vous davantage avec les enfants qu'avec les adultes ?
- Avez-vous l'impression d'être un enfant quand vous êtes parmi des enfants ?
- Auriez-vous aimé ne jamais grandir et rester enfant ? ou être enfant à nouveau ?
- Aimez-vous vous promener dans un magasin de jouets ?
- Avez-vous des amis qui sont des enfants ?

Les personnes anormalement attirées par les enfants rencontrent souvent des difficultés relationnelles avec les adultes, peuvent dire qu'elles ont déjà été amoureuses d'un enfant ou qu'elles ont du mal à se comporter comme quelqu'un de leur âge (que leurs proches les accusent d'être immatures). Ces derniers points, s'ils peuvent faire l'objet de votre observation, sont néanmoins des questions difficiles à poser dans ce contexte !

Vous pouvez aussi mettre la personne face à des petites situations imaginaires : « Et si un enfant dont vous vous occupez faisait... que feriez-vous ? » Cela vous permettra de voir comment le candidat parle de ces situations et s'il dispose de bonnes capacités de résolution des problèmes. Exemples possibles : « Si un tout-petit vous montrait son sexe ? S'il vous

touchait la poitrine ? Si votre enfant allait voir un autre adulte au parc ? S'il vous demandait à aller sur Internet en lui disant que vous êtes d'accord, mais que vous ne lui avez rien dit à ce sujet ? S'il veut jouer sur le téléphone de la baby-sitter ? », etc. Vous pouvez bien sûr intégrer ces questions à d'autres questions de sécurité non sexuelle comme : « Que feriez-vous si mon enfant a cassé un verre et qu'il y a du verre par terre ? Que feriez-vous si mon enfant saigne du nez ? S'il tombe dans les escaliers ? », etc.

En complément, il est utile de procéder à des vérifications des propos tenus par vos candidats (expériences antérieures, recommandations...). Une question à poser à des employeurs précédents serait : « Y a-t-il des choses qui vous ont semblé préoccupantes ou qu'il faut que je sache si cette personne s'occupe de mon enfant ? Quels étaient les bons côtés et les mauvais côtés de cette personne ? Comment était-elle lorsqu'il y avait des mauvais jours ? »

Si vous décidez d'embaucher cette personne, vous pourriez lui transmettre les règles que vous souhaitez qu'elle respecte dans son travail auprès de votre enfant et notamment en cas de situation délicate. Détaillez les comportements que vous souhaitez et ceux qui sont interdits, notamment dans le rapport au corps et à l'intimité de votre enfant, mais aussi d'un point de vue éducatif plus général. (Il ne faut pas se focaliser sur le risque de violences sexuelles en oubliant tout le reste !) Vous pouvez aussi l'informer que votre enfant est au courant de ces règles et informé au sujet des violences sexuelles. Pas dans le but d'être suspicieux à l'égard de votre nounou ou baby-sitter, mais pour la prévenir que votre enfant s'attendra à certaines précautions à l'égard de son corps et de son intimité. Enfin, d'une manière générale, rentrer à l'improviste,

plus tôt que l'horaire prévu, peut vous fournir des informations sur l'ambiance qui règne entre votre enfant et la personne qui le garde quand vous n'êtes pas là (là encore, pour vous rassurer d'une manière générale, pas spécifiquement dans la crainte de violences sexuelles).

Enfin, sans devenir parano, s'il y a déjà eu des antécédents de violences sexuelles au sein de votre famille, celle-ci est plus à risque qu'une autre: soyez vigilant et osez vous poser la question des personnes qui pourraient être à risque (en incluant les personnes mineures) afin de veiller à ce que votre enfant ne se trouve pas seul(e) avec eux ou ne leur soit pas confié(e). Soyez attentif à vos signaux de méfiance ou de malaise à l'égard de certaines personnes, même si vous ne savez pas les justifier rationnellement.

L'adolescence (11-18 ans)

L'adolescence est la période la plus à risque de violences sexuelles en dehors de la famille: près de la moitié des victimes de violences sexuelles extra-familiales le sont entre 10 et 19 ans. C'est à l'adolescence que plus de 50 % des filles et plus de 60 % des garçons victimes de violences sexuelles les subissent. Plus particulièrement, la période 11-14 ans est la plus à risque de violences sexuelles pour les garçons. Il est donc particulièrement important d'être vigilant à cette période, de maintenir la communication avec son jeune ado et de se montrer disponible pour lui en cas de besoin, même s'il commence peu à peu à passer moins de temps avec ses parents.



La méconnaissance des violences sexuelles subies par les garçons et les hommes

Selon une étude de l'INED publiée en 2023, plus de 5 % des hommes interrogés déclarent avoir été victimes de violences sexuelles avant l'âge de 18 ans. Néanmoins, on considère que les personnes interrogées ne dévoilent pas toujours avoir été victimes et que ce phénomène serait encore plus marqué chez les hommes. Ce chiffre est donc une estimation basse. (À l'inverse, les personnes déclarant avoir été victimes alors que ce n'est pas le cas sont très rares.)

En effet, certaines victimes ne se souviennent pas des faits (par exemple en raison de l'amnésie traumatique ou lorsque la victime a été intoxiquée) ou doutent que ça soit arrivé «pour de vrai» (l'amnésie partielle et le doute sont des symptômes fréquents permettant d'atténuer la douleur liée à l'agression, ils peuvent durer des décennies). D'autres victimes n'identifient pas les faits comme une agression sexuelle ou un viol et s'attribuent à tort la culpabilité des faits («c'est ma faute, j'ai pas dit non», «j'aurais pas dû boire autant» ou encore «j'étais excité sexuellement, donc j'étais forcément d'accord»).

Chez les hommes plus particulièrement, le stéréotype «homme agresseur – femme victime» semble souvent empêcher le garçon victime d'identifier ce qu'il subit comme étant une agression. De nombreux hommes victimes d'une femme dans leur enfance que j'ai pu rencontrer parlaient (en tout cas en début de thérapie!) de la situation comme d'une «initiation sexuelle». Pour certains, cela permettait d'avoir une image moins dégradée d'eux-mêmes, comme si être victime était, pour un homme, particulièrement humiliant et ce, encore plus de la part d'une femme.

La présence d'une érection est aussi source de confusion: le fait que l'agresseur(se) puisse générer une excitation sexuelle au niveau physique ne signifie pas que l'enfant ou l'ado (ou même l'adulte) soit consentant, ce qui est très compliqué à comprendre pour la victime, en particulier chez le garçon où l'excitation sexuelle est plus visible. Ces situations sont d'autant plus traumatisantes que la victime peut avoir le sentiment d'avoir été trahie par son propre corps.

À l'adolescence, le risque augmente pour plusieurs raisons. L'adolescent s'émancipe et se trouve exposé à des situations nouvelles, mais son cerveau évalue mal le danger. Il est aussi entouré par d'autres adolescents qui fonctionnent de la même façon. L'adolescent est en quête de ses premiers émois sexuels, tout en étant encore maladroit dans les relations aux autres : il apprend peu à peu à séduire, donc à demander et savoir dire non dans la relation amoureuse, à une période où l'intégration dans un groupe, le regard des autres, les difficultés à gérer ses émotions et l'impulsivité sont des défis de premier plan. Un tiers des violences sexuelles à l'adolescence sont commises par un autre adolescent. Pour le dire simplement : quand on est ado, on est maladroit relationnellement, on est en train d'apprendre, et on est intéressé par le sexe tout en étant plus impulsif et en sachant moins bien évaluer le risque qu'un adulte ; et, en plus, on est entouré d'autres ados qui se trouvent dans la même situation. Il ne faut pas pour autant banaliser : l'agression sexuelle est un acte grave, pas un simple « dérapage », même à l'adolescence. Les caractéristiques de l'adolescence augmentent juste les risques de passages à l'acte et de victimisation.

Qui plus est, un certain nombre d'adultes peuvent être attirés sexuellement par les adolescents, du fait de la similitude du corps pubère de l'adolescent avec celui des jeunes adultes, qui est idéalisé dans notre société. Le jeunisme et la sexualisation des corps d'adolescents sont des facteurs aggravants du risque, puisqu'ils augmentent la confusion ado/adulte, alors que l'ado n'a pas la maturité de l'adulte au niveau relationnel et sexuel (capacité à dire non, à exprimer son désir, à savoir ce qu'il veut vraiment sans se préoccuper du regard de l'autre...).

À l'adolescence, on note aussi une augmentation importante du harcèlement sexuel sous ses différentes formes, qui semble être un véritable fléau à cette période : deux filles sur trois et un garçon sur cinq âgés de 12 à 17 ans ont déjà été témoins de harcèlement sexuel ; près de trois filles sur quatre et deux garçons sur cinq ont subi des commentaires dégradants ; et près de cinq filles sur six témoignent avoir subi des regards à caractère sexuel, qui les mettent presque toujours mal à l'aise ; enfin, près de trois filles sur cinq disent avoir déjà été touchées ou agrippées de manière sexuelle sans leur consentement. Il semble y avoir un continuum entre harcèlement sexuel et agression sexuelle, d'où l'importance de parler du harcèlement avec votre ado.

Il y a trois contextes de harcèlement sexuel à l'adolescence :

- Dans la rue, d'autant que l'ado se déplace plus souvent sans être accompagné d'un adulte : être klaxonné, pris en photo ou filmé, subir des remarques sexuelles, des regards déplacés ou insistants, des sifflements...
- Dans les relations avec des personnes connues, en particulier à l'école : être victime de demandes ou de propos sexuels répétés, d'insultes à caractère sexuel, de rumeurs, de menaces ou de pressions afin d'obtenir des actes sexuels, ou encore d'actes sexuels furtifs au cours de jeux ou d'activités sportives. Plus de quatre filles sur cinq et un garçon sur quatre considèrent que le harcèlement sexuel est un problème dans leur école. Il semblerait qu'à l'adolescence, le harcèlement sexuel s'adresse beaucoup plus aux personnes de même sexe que les agressions sexuelles qui s'adressent plutôt au sexe opposé. Dans tous les cas, il est utile d'encourager

l'adolescent à dévoiler les faits à un adulte, si possible immédiatement (enseignant, personnel éducatif ou administratif, infirmier...), même s'ils concernent un autre ado. Les adolescents LGBTQ+ et les filles sont les plus à risques de harcèlement sexuel à l'adolescence. Le site *e-enfance* propose à l'enfant de répondre à un certain nombre de questions afin d'évaluer l'ampleur de la situation.

- Sur Internet, où se poursuit parfois le harcèlement scolaire, ne laissant alors aucun moment de répit à la victime. Cela peut prendre les formes suivantes : demandes de « *nudes* » (photos de soi nu) à répétition, insultes, rumeurs à caractère sexuel, montages photo ou propos dégradants... Là encore, en avoir parlé avec son ado l'aidera à être préparé à réagir à ces situations, qu'elles lui soient adressées directement ou qu'il en soit témoin, ou encore au cas où il pourrait avoir envie de les commettre. Il est important qu'il sache qu'il peut vous en parler. Il faut aussi préciser à l'ado de garder des traces de tous les échanges à caractère harcelant, même s'il pourrait être tenté de les effacer pour ne plus y penser. Des plateformes spécifiques existent pour garder les traces de façon fiable et ne pas être accusé de les avoir falsifiées¹. Ici encore, en parler à votre enfant est utile puisque seules 10 % des victimes de cyberharcèlement en parlent à leurs parents. Le site *www.internetsanscrainte.fr* est une excellente ressource à ce sujet.

1. Par exemple, cette page du site féministe contre le cyberharcèlement : <https://www.vscyberh.org/que-faire-en-cas-de-cyber-harcelement>



Le saviez-vous ? Le harcèlement sexuel par des pairs à l'adolescence est associé à une augmentation de la consommation de tabac et d'alcool chez la victime.

CE QUE JE PEUX FAIRE : comme toujours, discuter en amont et encourager l'ado à parler à un adulte de confiance si lui ou un camarade est victime de violences sexuelles. Il peut s'agir d'informer sur le harcèlement de rue avant les premiers déplacements seul(e) et d'apprendre à l'ado à éviter les endroits isolés ; et si l'enfant ou l'ado a un téléphone portable, d'y enregistrer les numéros d'urgence classiques et celui du commissariat local. Lui apprendre à crier un message explicite s'il se sent en danger, comme « cet homme me harcèle, à l'aide ! », et à entrer dans un magasin s'il est suivi par une personne qui le harcèle dans la rue.

Pour le harcèlement dans les relations, il est bien sûr capital que l'enfant ou l'adolescent soit lui-même exposé à des relations respectueuses au sein de sa famille : envers lui, entre ses parents, au sein de sa fratrie par exemple. N'oubliez pas que l'enfant apprend essentiellement par imitation et que, si votre conjoint et vous avez pour habitude de vous lancer des noms d'oiseaux en cas de dispute, il est probable que cela ressorte dans le comportement de votre enfant, qu'il lance ou reçoive les injures, en famille ou en dehors. Il est donc nécessaire de résoudre vos propres difficultés de violence verbale, voire de harcèlement sexuel au sein de la famille, s'il y en a. N'hésitez pas à solliciter l'aide d'un professionnel (médiateur, thérapeute individuel ou de couple...). Il n'y a pas de honte à avoir besoin d'aide, surtout si c'est pour fournir un environnement plus apaisé à votre enfant !

Pour la prévention du harcèlement sur Internet, il s'agira évidemment de sensibiliser aux risques de l'usage d'Internet et des réseaux sociaux : rassurez-vous, de nombreuses ressources sont prévues à cet effet pour les parents (pour plus de détails, reportez-vous à la section portant sur les risques d'Internet, en page 97).

L'adolescence est un âge un peu à part, où les risques sont plus variés et où l'ado peut lui-même représenter un risque pour les autres. Avoir fourni une éducation sexuelle respectueuse, et commencé à donner de bonnes habitudes de communication et de respect du consentement avant cette période va faciliter la tâche de votre ado, surtout si vous maintenez le dialogue ouvert. Si c'est difficile, pensez à demander une aide ponctuelle auprès de votre médecin, du pédiatre de votre ado ou d'un psy. Vous pouvez consulter seul(e), avec le co-parent, avec votre ado selon les besoins. Parfois, les expériences difficiles que l'on a traversées soi-même à l'adolescence, ou le manque d'éducation sexuelle dont on a souffert, peuvent nous barrer la route dans la communication avec notre ado. En parler pour démêler ces fils du passé peut vraiment vous aider à être plus à l'aise !

À retenir : un enfant peut être victime de violences sexuelles à tout âge. Un bébé peut garder des traces de violences sexuelles qu'il a subies, même sans en avoir le souvenir. Plus on est petit, plus il y a de risques d'être victime dans sa famille ; plus on grandit, plus on risque d'être victime en dehors de sa famille, notamment par d'autres ados.

LES RISQUES SELON LE LIEU

Les risques en famille

La famille devrait être l'endroit où l'on se sent le plus en sécurité, où l'on se construit. C'est trop souvent l'endroit où l'enfant subit des violences, et c'est même là qu'il en subit le plus, puisque l'inceste représente un tiers des violences sexuelles dont sont victimes les enfants. Les garçons sont plus à risques que les filles d'être victimes par une femme ; les filles sont plus souvent victimes de leur père ou de leur beau-père. D'après le rapport de la CIIVISE, les faits d'inceste se déroulent au vu et au su de la famille dans près de la moitié des cas.

La famille, c'est donc l'endroit où il est le plus important de faire respecter les limites et le corps de votre enfant. D'autant que la recherche a mis en évidence que certaines familles sont plus à risque d'inceste : il s'agit de celles où règne une atmosphère dite « incestuelle ».



L'incestuel

L'incestuel, c'est une ambiance familiale à risque d'inceste du fait du manque de pudeur, de respect des limites corporelles, des limites sexuelles et de l'intimité des membres de la famille, en particulier à l'égard des enfants. Il ne s'agit pas d'actes répréhensibles par la loi, mais d'une ambiance familiale « à risque ». Le rapport de la CIIVISE les décrit d'ailleurs sous la forme suivante¹, par ordre d'importance décroissante : la non-autorisation à penser par soi-même ; l'intrusion dans l'intimité ; la confusion des places ; les confidences concernant la

1. Citant les travaux de Moltrecht *et al.*, 2019.

vie affective et sexuelle; la proximité physique excessive; l'attention excessive au corps du jeune; la promiscuité; l'attention excessive à la sexualité du jeune; la sexualité par procuration; le non-respect d'un lieu intime pour la toilette du jeune; l'exhibition; le fait de dormir dans la chambre parentale. Dans tous ces exemples, les limites de l'enfant sont outrepassées. Souvenez-vous que ceci constitue la première étape de l'emprise (cf. page 47).

Dans ces familles, on ne frappe pas avant d'entrer dans la chambre de l'enfant, les toilettes ou la salle de bains n'ont pas de verrou, on y a l'habitude de garder toujours leurs portes ouvertes; le courrier et les journaux intimes des enfants sont consultés; mère et filles partagent leurs sous-vêtements; on se fait des bisous sur la bouche entre enfants et adultes; on expose les enfants à la nudité des adultes ou on fait des allusions ou blagues sexuelles malgré leur présence... C'est comme si on mélangeait un peu tout le monde, comme si personne n'avait son propre espace intime.

Les situations incestuelles sont dommageables en tant que telles, mais elles peuvent aussi «déraper» vers des situations sexuellement problématiques. Il s'agit d'une mère qui, sous couvert d'affection, embrasse son fils langoureusement sur la bouche, d'un père qui vient utiliser les W.-C. alors que sa fille adolescente est sous la douche dans la même salle de bains, de deux cousins que l'on fait dormir dans le même lit pendant les vacances...

Si vous êtes parent, questionnez-vous: avez-vous, même involontairement, des comportements ne respectant pas les limites corporelles de votre enfant ou sa pudeur (sans nécessairement qu'il s'agisse de violence sexuelle)? Sachez que si cela a été occasionnel, ce n'est probablement pas grave. L'incestuel est une habitude, une ambiance prédominante. Mais cela peut être l'occasion de se questionner: comment

pouvez-vous améliorer le rapport que vous avez au corps de votre enfant et à son intimité ? Et qu'en est-il de l'autre parent, s'il y en a un ? A-t-il des comportements qui vous dérangent ou vous inquiètent par rapport au corps ou à l'intimité de votre enfant ? Serait-il possible de lui en parler ? Et sinon, à qui d'autre pourriez-vous en parler ? À quoi pourriez-vous réfléchir ensemble ? Qu'aimeriez-vous changer dans l'ambiance familiale en rapport avec l'intimité et la pudeur ? Y a-t-il des choses à réajuster ?

- *Mise en situation : mamie offre un cadeau*

La mamie de votre enfant de 2 ans est en visite et lui a apporté un cadeau. Après que votre enfant a déballé son cadeau, mamie réclame un bisou de remerciement.

Comment pouvez-vous réagir ? Certes, cette situation est banale et plutôt anodine en apparence. Mais questionnons-nous : si vous laissez faire, qu'est-ce que cela peut signifier pour l'enfant ? « Si on me fait un cadeau, je dois donner un bisou en échange, sans même me demander si j'en ai envie ? » Comment réagir pour faire respecter le corps de l'enfant, tout en ne blessant pas mamie ?

Ce qui est complexe, dans la famille, c'est de parvenir à faire respecter les limites de l'enfant malgré la crainte de blesser l'autre, d'autant qu'une certaine proximité physique est généralement attendue. En plus, les générations précédentes ont été élevées avec cette habitude de l'obéissance à l'adulte et l'idée que les besoins de l'adulte sont prioritaires sur ceux de l'enfant. Dans notre situation, cela amènerait à prioriser l'envie qu'a la grand-mère d'un bisou, par rapport à l'importance que l'enfant ait le choix de le donner ou non et l'apprentissage concret que son corps lui appartient. Souvenez-vous, il vaut mieux faire simple : *nommer* ce qui

pose problème, puis *recadrer* (et c'est tout!). «Tu veux un bisou de remerciement, mais je ne veux pas qu'on force ma fille à faire des bisous. Elle va trouver une autre façon de te remercier si c'est ce qu'elle veut.»

Les programmes de prévention des violences sexuelles impliquent toujours de transmettre à l'enfant que son corps lui appartient, et d'appliquer ce principe à tous les moments de sa vie, même en relation avec des personnes qui ne sont pas des agresseur(se)s sexuel(le)s comme la mamie de l'exemple précédent. Il ne s'agit pas de voir le mal partout, mais de saisir une occasion d'apprendre à l'enfant ce que veut dire concrètement «mon corps m'appartient», et d'être cohérent, en faisant respecter cela par tout le monde.



C'est l'histoire de... Alix, victime d'inceste

Alix, 32 ans, vient me consulter car elle souffre de grosses angoisses, de cauchemars et de difficultés relationnelles et sexuelles liées à l'inceste qu'elle a subi de son père. Elle décrit que, chez elle, dans son enfance, on n'avait jamais le droit de fermer les portes (ni des chambres, ni des toilettes, ni de la salle de bains...), sinon son père se mettait dans une colère noire. Il se promenait couramment nu à la maison, et exigeait de sa fille et de son épouse qu'elles fassent de même. Alix n'avait pas le droit d'aller chez une copine ou d'en inviter chez elle, son père était très possessif et tyrannique à son égard. À l'adolescence, c'est lui qui décidait de sa coupe de cheveux et choisissait ses vêtements (cheveux longs et pas de pantalons), y compris ses sous-vêtements. Cette ambiance incestuelle a duré toute son enfance. Dans ce contexte, lorsqu'Alix est devenue adolescente, son père a commis des violences sexuelles sur elle en prétendant surveiller sa croissance puis en prétextant lui donner des cours d'initiation sexuelle. Même si Alix était mal à l'aise

et très perturbée par ces agissements, elle n'avait aucun critère de comparaison puisqu'elle ne sortait pas dans d'autres familles et qu'elle avait toujours grandi dans cette atmosphère où son intimité n'était pas respectée et où elle ne pouvait pas faire de choix personnels. La thérapie a consisté à aider Alix à se remettre de ces violences, mais aussi à apprendre peu à peu à savoir ce qu'elle veut, et à le faire respecter. Ses relations aux autres se sont considérablement améliorées : jusque-là, elle avait d'importantes difficultés à dire non, tant au travail que dans ses relations proches.

À retenir : au sein de la famille, les risques ne sont pas les mêmes pour garçons et filles. Les garçons sont plus à risques que les filles d'être victimes d'inceste par une femme agresseuse, alors que les filles sont plus à risques d'être victime d'inceste de leur père ou de leur beau-père. Une ambiance de manque de respect de l'intimité et des limites corporelles est un facteur de risques d'inceste.

Les proches

Les proches commettent 17 % des violences sexuelles sur les filles et 12,5 % des violences sexuelles sur les garçons.

Ici, la détection des signes précurseurs éventuels est d'importance capitale : le malaise de l'enfant en présence de l'ado ou de l'adulte en question, la préférence de cette personne pour la relation avec votre enfant, la mise en place d'une stratégie d'emprise de cette personne à votre égard ou à l'égard de votre enfant (souvenez-vous des trois dimensions de l'emprise : outrepasser les limites ; rendre dépendant ; endormir le sens critique) ou la présence d'une dépendance de votre part à l'égard de cette personne (relation asymétrique).



**C'est l'histoire de... Paul :
faire confiance aux appréhensions de son enfant**

Paul, 35 ans, me raconte que Cyril, un voisin adulte apprécié de ses parents, a un jour tenté de l'agresser sexuellement après l'avoir enfermé dans sa chambre. Heureusement, Paul, alors âgé de 12 ans, lui a immédiatement donné un coup de poing et a réussi à s'enfuir. Mais ce que Paul me raconte, c'est qu'il était déjà mal à l'aise avec ce voisin depuis un an qu'il le connaissait. « C'était indescriptible, j'aurais eu du mal à dire pourquoi, mais je me sentais mal en sa présence et j'évitais de me trouver seul avec lui. Pourtant, mes parents insistaient pour que je lui fasse la bise, pour que je vienne lui dire bonjour si j'étais dans une autre pièce lors de son arrivée, alors que j'allais précisément ailleurs pour l'éviter. Ils me moralisaient si je rechignais à venir ou si je restais caché : "ce n'est pas poli", "tu n'es pas gentil avec Cyril", "allez, viens lui dire bonjour, ça ne se fait pas, il est tellement sympa", etc. Je n'ai jamais pu leur dire ce qui s'était passé, ni à l'époque, ni depuis. »

Ce que Paul nous apprend, c'est que les sensations intuitives de l'enfant peuvent être très justes et utiles, que cela vaut la peine de l'interroger s'il évite la proximité avec un adulte de son entourage, même si ses parents apprécient ce dernier. D'où vient ce malaise ? Pourquoi ne pas le respecter ? Forcer Paul à venir dire bonjour à Cyril, à lui faire la bise contre son gré est une situation à risque pour deux raisons :

- Elle incite Paul à se soumettre corporellement à Cyril, à se forcer malgré son malaise et à ignorer ce dernier.
- Elle indique à Cyril que les parents de Paul ne perçoivent pas son malaise ou n'en tiennent pas compte.

Cela peut inciter Cyril à tenter une agression, et c'est ce qu'il a fait. Heureusement, Paul a eu le réflexe de se défendre : beaucoup d'enfants ne l'ont malheureusement pas. Cela n'a pas empêché Paul de consulter pour ce traumatisme à l'âge adulte, car cet épisode a été pour lui l'occasion de découvrir à quel point ses parents étaient incapables de le protéger, y compris sous son propre toit, ce qui a été très effrayant pour lui.

Bien sûr, de multiples raisons peuvent amener un enfant à être mal à l'aise avec certains adultes, cela ne signifie aucunement que cet adulte a de mauvaises intentions à leur égard. Néanmoins, témoigner à l'enfant que son confort est important et que son malaise est pris en compte, quelle qu'en soit la raison, permet de développer sa confiance en vous et d'anticiper les situations comme celle de Paul. Et puis, si votre conjoint(e) vous disait être mal à l'aise avec l'un de vos proches, quelle qu'en soit la raison, ne feriez-vous pas la même chose : essayer de comprendre pourquoi et, si besoin, limiter les contacts ou l'aider à éviter cette personne qui le(la) met mal à l'aise ? Les besoins de votre enfant, alors qu'il est plus vulnérable, sont-ils moins légitimes que ceux d'un adulte ?

Avec tout ce que vous savez désormais, vous allez mieux détecter, dans ce que vous dit ou manifeste votre enfant, les signes de situations limites ou qui génèrent du malaise, et repérer quand vous aurez besoin d'en savoir plus. Par exemple :

« On voit Pascal ce week-end !

– Oh non, je n'aime pas Pascal !

– Ah non ? Pourquoi ?

– Il veut toujours me prendre sur ses genoux. »

Alors OK, Pascal n'est pas forcément mal intentionné, ce n'est pas forcément un agresseur sexuel, mais c'est sans doute l'occasion d'aider votre enfant à se protéger par rapport à ce comportement de votre ami qui le met mal à l'aise et de garder l'œil ouvert, au cas où (sans être parano ni voir des agresseurs partout pour autant).

CE QUE JE PEUX FAIRE : 80 % des violences sexuelles sur mineurs sont commises alors que l'agresseur(se) se trouve

seul(e) avec l'enfant. Il s'agit donc de repérer à quelles occasions votre enfant se trouve seul(e) avec un adulte autre que vous ou un ado (pensez aussi à Internet). S'agit-il d'adultes que vous connaissez? de confiance? Pour ceux que vous ne connaissez pas (par exemple à l'école), qu'en dit votre enfant? Avoir parlé avec votre enfant de l'importance du respect de ses limites corporelles vous facilitera considérablement la tâche: il saura mieux identifier de telles situations dans les moments où vous n'êtes pas là, comme à l'école ou au cours d'une activité extrascolaire, ou encore dans la famille élargie, surtout s'il a l'habitude que ses limites corporelles soient respectées à la maison.

Parmi les personnes qui côtoient votre enfant, y en a-t-il dont vous vous méfiez ou dont votre enfant se méfie, qui le mettent mal à l'aise, qu'il évite? Si votre enfant est mal à l'aise avec un adulte de son entourage, ça vaut la peine de lui demander pourquoi ou, s'il est trop petit pour répondre ou qu'il présente un handicap ne lui permettant pas de répondre, il serait utile d'observer la manière dont cet adulte se comporte à l'égard de l'enfant et d'évaluer s'il ne vaut pas mieux limiter ou éviter les contacts. Est-ce que cet adulte est à l'écoute, attentif, maladroit, insensible?

L'école, les activités extrascolaires et les loisirs

C'est le lieu le plus à risque pour les garçons, avec la famille: 23 % des violences sexuelles rapportées par les hommes victimes dans leur enfance ont été commises par une personne travaillant avec des enfants, contre 5,5 % des filles victimes.

L'école et les lieux d'activités extrascolaires (comme les activités au sein de l'église, ou des associations sportives et de

loisirs) ont une responsabilité dans la sécurité qu'ils doivent garantir aux enfants et adolescents qu'ils encadrent, en particulier dans les lieux ou les moments où l'intimité physique est plus grande, comme dans les vestiaires, les douches (à la piscine par exemple) ou les toilettes (incluant les internats, les activités scouts ou les séjours en colonie de vacances). Vous êtes en droit de savoir comment les institutions auxquelles vous confiez vos enfants font en sorte de limiter les risques (dans quelles circonstances un[e] adulte peut-il/elle se retrouver seul[e] avec un enfant?), comment ils recrutent (posent-ils des questions précises à leurs candidats au sujet des violences? Vérifient-ils leur casier judiciaire? Y a-t-il une procédure en cas d'incident ou de violence sexuelle avérée, et laquelle? ...) et comment ils forment leur personnel sur ces questions. La formation est essentielle: il est plus facile de former les professionnels que de bien repérer les personnes à risques lors de leur recrutement. Si l'équipe est formée, les occasions de passer à l'acte seront moindres pour une personne éventuellement à risque et son dépistage sera de beaucoup facilité.



La Commission indépendante sur les abus sexuels dans l'Église (CIASE)

Cette commission, chargée d'enquêter sur les violences sexuelles commises au sein de l'Église catholique, sous la direction de Jean-Marc Sauvé, a remis son rapport en 2021¹.

1. «Les violences sexuelles dans l'Église catholique, France 1950-2020», Rapport de la Commission indépendante sur les abus sexuels dans l'Église, octobre 2021.

Une enquête réalisée par l'INSERM¹ dans ce cadre a évalué en France à 330 000 le nombre de victimes de violences sexuelles dans l'enfance dans le cadre de l'Église, entre 1950 et 2020 en France, soit environ 6 % des violences sexuelles infligées aux mineurs. Le nombre de victimes est donc particulièrement important dans le cadre de l'Église, puisqu'il s'agit du deuxième lieu de victimisation après la famille. Ainsi, la CIASE a émis un certain nombre de recommandations afin de remédier à cette situation. Environ deux tiers de ces violences ont été commises par des clercs, religieux ou religieuses ; mais le tiers restant a été commis par des laïcs intervenant dans le cadre de l'Église. Les garçons sont beaucoup plus concernés que dans les autres lieux de victimisation, ils représentent 64,9 % des victimes. Dans un quart des cas, la première agression a eu lieu avant 9 ans, et dans la moitié des cas entre 10 et 13 ans. La grande majorité des victimes n'en a pas parlé à l'Église, ni à ses parents. L'une des particularités des violences sexuelles commises dans le cadre de l'Église est que les agresseur(se)s ont pu utiliser le « dévoiement du sacré » pour justifier de leurs actes auprès des victimes ou les empêcher de parler. Il peut donc être utile, si l'on confie son enfant à des religieux, d'éveiller le sens critique de celui-ci quant au fait qu'un religieux peut se tromper et ne doit en aucun cas abuser de ses fonctions.

Pour comparaison, cette même étude a évalué le nombre de victimes de violences sexuelles avant la majorité à 141 000 à l'école, 103 000 dans le sport et 103 000 également dans le cadre des colonies de vacances, en France sur la période 1950-2020. Enfin, même s'ils ont été moins médiatisés et moins étudiés, d'après les représentants d'autres cultes interrogés par la CIASE, les risques de violences et d'emprise liées aux positions d'autorité existent aussi dans d'autres milieux religieux que l'Église catholique.

1. « Sociologie des violences sexuelles au sein de l'Église catholique en France (1950-2020) », Inserm-IRIS-EHESS, octobre 2021 : https://presse.inserm.fr/wp-content/uploads/2021/10/Rapport-INSERM-CIASE_2021.pdf

CE QUE JE PEUX FAIRE : si vous confiez votre enfant à un ou des intervenants dans un contexte religieux, il est nécessaire de garder les risques en tête malgré le caractère religieux de l'environnement dans lequel se déroulent ces activités, et d'avoir la même prudence qu'à l'égard de l'école ou des activités extrascolaires. Il peut être utile de sensibiliser votre enfant au fait qu'un religieux, ou un laïc agissant dans un contexte religieux, peuvent commettre des erreurs ou manquer de bienveillance (et pas seulement sous la forme de violences sexuelles). Évidemment, cela peut représenter un défi et sembler incompatible avec certaines croyances religieuses : souvenez-vous qu'en France, la société et l'Église y travaillent depuis plusieurs années et que vous devriez pouvoir trouver des réponses au sein de votre mouvement à ce sujet.

Au-delà du contexte religieux, n'hésitez pas à sensibiliser les personnes qui s'occupent de votre enfant, à montrer votre préoccupation au sujet des violences sexuelles et à vous renseigner sur les critères de recrutement des personnes auxquelles vous confiez votre enfant ainsi que sur leur compétence ou formation au niveau de la prévention des violences sexuelles. Considérez comme suspecte toute personne ou organisation qui s'offusquerait de ce questionnement ou qui refuserait d'y répondre.

Aux États-Unis, certaines organisations disposent d'un code de conduite précisant les mesures de prévention des violences sexuelles qu'elles appliquent. Dans ses préconisations pour la prévention des violences sexuelles, la Fondation pour l'Enfance a recommandé en 2021 la mise en place de tels codes de conduite.

Ce code de conduite peut préciser la manière dont le personnel est recruté (y compris les bénévoles), comment le personnel est surveillé, quelles sont les limites à respecter dans

le rapport au corps de l'enfant, que les situations d'adulte seul(e) avec un enfant sont interdites, quelle est la conduite à tenir en cas de révélation de violences sexuelles, etc. Des exemples en français sont consultables sur Internet (ils viennent généralement du Québec).

Savez-vous si les organismes auxquels vous confiez votre enfant disposent d'un tel code de conduite, ou y travaillent? Comment pouvez-vous y contribuer? Serait-il possible, avec le soutien d'autres parents, de faire rédiger un code de conduite, même basique, aux organismes auxquels est confié votre enfant? Pour être efficace et faire pression, sur de telles questions, il faut être plusieurs. Si vous êtes engagé(e) dans la vie de cette organisation, vous serez mieux entendu(e) (représentant(e) de parent d'élève, bénévole dans la communauté religieuse ou au club de sport, membre du bureau associatif, etc.).

Les relations avec les pairs

Les violences sexuelles commises sur un mineur par l'un de ses amis ou par un partenaire correspondent à une violence sexuelle sur cinq chez les filles, et à 15 % des violences sexuelles subies par les garçons. Encore une violence sexuelle très fréquente, dont on ne parle presque jamais! Elle est bien sûr beaucoup plus fréquente à l'adolescence que dans les âges plus jeunes.

Néanmoins, des études encourageantes montrent ce qui diminue le risque de violences sexuelles entre adolescents :

- la qualité de l'éducation sexuelle;
- l'éducation au consentement;
- un climat scolaire positif;
- les relations égalitaires;
- la tolérance envers la diversité sexuelle.

L'école, et notamment l'éducation sexuelle au sens large (consentement, égalité, tolérance...) donnée à l'ensemble de la communauté scolaire, peuvent donc faire toute la différence en termes de prévention des violences sexuelles entre ados!



Le saviez-vous? Les enfants qui utilisent des insultes homophobes comme forme de harcèlement entre 9 et 12 ans sont six fois plus à risques de commettre des violences sexuelles à l'adolescence.

L'éducation sexuelle et à la tolérance est capitale pour la prévention des violences sexuelles! Elle peut aider ces enfants à ne plus chercher à dominer ou humilier les autres.

Les signes d'alerte dans la relation amoureuse

Dans son livre *Il me tue cet amour*, Marie Gervais témoigne des longues années de violences qu'elle a subies de la part de son partenaire au sein d'une relation amoureuse débutée à l'adolescence, incluant des violences sexuelles¹. Elle y décrit l'emprise qu'elle a subie, les difficultés qu'elle a eues à en sortir et la manière dont elle y est arrivée.

Chez les adolescents, 10 % des filles et 6 % des garçons ont déjà subi des violences sexuelles au sein de leurs relations amoureuses. Dans une étude réalisée aux États-Unis, plus de 6 % des élèves interrogés reconnaissent avoir *commis* des violences sexuelles dans le cadre de leurs relations amoureuses. Mais plus d'un tiers des élèves ont aussi exercé de la

1. M. Gervais, *Il me tue cet amour. Comment je me suis reconstruite, après huit ans de violences conjugales*, Florent Massot, 2020.

violence physique, et deux tiers de la violence verbale, dans le contexte amoureux. En fait, il semble que la violence sexuelle dans le couple à l'adolescence soit souvent assortie d'autres formes de violences (physiques et verbales), et de menaces, même si ces autres formes de violences ne sont pas toujours associées à des violences sexuelles.

Enfin, les violences sexuelles dans les relations amoureuses à l'adolescence sont plus fréquentes lorsque l'ado évolue dans un environnement marqué par la violence, que ce soit à la maison ou à l'école. L'ambiance de l'environnement dans lequel baigne l'ado influe directement sur la qualité de sa relation amoureuse.

À l'inverse, la recherche a montré que la qualité du soutien par les pairs et les enseignants à l'école est associée à une diminution des risques de violences dans les relations amoureuses à l'adolescence. Là encore, un climat scolaire et familial positif diminue l'impact de la peur et les conséquences émotionnelles de ces violences.



Idée reçue n° 8: «Les violences sexuelles dans le couple, ça n'existe que chez les adultes!»

FAUX!

Soutenue en France par l'association *En avant toutes*, la campagne «Aimer sans abuser» vise à lutter contre les violences au sein du couple, en particulier chez les jeunes. Elle identifie neuf signes pouvant alerter quant au caractère abusif d'une relation amoureuse: ignorer l'autre, le chantage, l'humiliation, la manipulation, la jalousie, le contrôle, l'intrusion,

l'isolement et l'intimidation. Cette campagne peut vous aider à sensibiliser votre enfant à la violence relationnelle et à lui fournir des indices sur ce qui est inquiétant dans une relation. Vous pouvez en parler à l'occasion d'un film, d'un dessin animé, d'une situation de la vie quotidienne où vous identifiez ces comportements. Par exemple : « Pourquoi est-ce qu'elle l'ignore ? et lui, qu'est-ce que ça lui fait ? » Ou encore : « Ce sont des menaces. » Ou même : « On dirait que le Grand Méchant Loup cherche à manipuler le Petit Chaperon rouge pour qu'elle prenne plus de temps à arriver chez sa grand-mère. » Bref, si vous avez ces neuf critères en tête, vous en verrez plein d'exemples dans les histoires pour enfants et ados !

À l'adolescent en particulier, il est important d'expliquer que la jalousie ne justifie aucune violence ni aucun droit au contrôle sur l'autre et que la violence, même par jalousie, n'est pas une preuve d'amour, au contraire. Vous pouvez vous inspirer du violentomètre (disponible librement sur Internet, sur le site du centre Hubertine Auclert¹), voire le partager avec votre ado : cet outil décrit les comportements conjugaux, leur caractère problématique ou non en termes de violence relationnelle, sur une règle graduée colorée allant du vert au rouge. En vert, par exemple : quand le partenaire « a confiance en toi » ou « respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts ». En orange, par exemple, quand le partenaire « te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose » ou « se moque de toi en public ». En rouge, par exemple, quand le partenaire « t'humilie ou te traite de folle quand tu lui fais des reproches » ou « menace de diffuser des photos intimes de toi », etc.

1. <https://www.centre-hubertine-auclert.fr/egalitheque/publication/le-violentometre>

Les violences physiques, même apparemment mineures à vos yeux ou aux yeux de la victime (comme une gifle), les violences verbales (comme les insultes, les humiliations) et les menaces doivent vous alerter et vous amener à en parler avec l'autre parent, s'il y a, et avec votre ado. Vous pouvez regarder le violentomètre ensemble pour faire le point.

Lorsque votre ado commence à avoir des relations amoureuses, vous pourriez dire à son copain ou sa copine que vous voulez qu'il/elle traite votre ado avec respect, sans violence, et qu'il/elle respecte son consentement à tous les niveaux. Une fois de plus, c'est manifester simplement que vous protégez votre ado.



Le saviez-vous ? La consommation d'alcool et de drogues est associée à une augmentation des risques d'être victime mais aussi de commettre des violences sexuelles à l'adolescence !

Enfin, il est important d'appliquer ces principes à votre relation de couple (amoureuse ou parentale, même séparés), à laquelle votre enfant est confronté au quotidien pendant des années, et qui exerce sur lui une influence implicite capitale. S'il y a eu de la violence dans votre couple, même si elle est passée, il est probable que votre enfant y ait été exposé, directement ou non : il est alors utile d'en parler avec lui (avec tact et à son rythme) car cette mémoire traumatique peut l'amener à s'exposer davantage au danger et à y être moins bien préparé. Si besoin, vous pouvez consulter un professionnel, pour vous-même et pour votre enfant, notamment si vous avez du mal à en parler. Ayez en tête qu'il est plus facile d'intervenir à ce stade, en prévention, qu'une fois que

d'éventuels problèmes de violence ont commencé à émerger, que ce soit en tant qu'agresseur(se) ou victime.

Les risques avec les inconnus

Nous allons en parler rapidement, car c'est sans doute le risque auquel vous avez le mieux préparé votre enfant. Souvenez-vous néanmoins que les rapt d'enfants par un inconnu sont très médiatisés mais aussi (heureusement) très rares, et les meurtres d'enfants par un inconnu encore plus rares. Ici, les précautions ci-dessous concernant les sorties seul(e) sont évidemment de mise. Parmi les risques venant des inconnus, à partir de l'adolescence, le harcèlement de rue est le plus fréquent.

Il est d'ailleurs possible que toutes les situations que nous avons évoquées jusqu'à présent, qui mettent en scène des proches, de la famille ou non, vous aient choqué tellement ce n'est pas ce que vous entendez habituellement dans les médias. Il y a effectivement un décalage important entre les faits les plus médiatisés et les risques réels les plus fréquents, vous l'aurez compris.

Passons en revue des mesures de sécurité utiles pour anticiper les risques venant des inconnus, notamment lorsque votre enfant ou ado sort seul(e) dans l'espace public :

- Donner des consignes à l'enfant sur la conduite à tenir s'il se perd dans un lieu public : ne pas suivre un(e) inconnu(e), ne pas sortir du magasin ou de tout autre lieu où il se trouve, demander de l'aide à un employé, à un agent de sécurité ou de police. Vous pouvez aider votre enfant à s'entraîner quand vous êtes dans un lieu public, en lui demandant vers qui il se tournerait s'il était perdu, et ce qu'il dirait. Souvenez-vous : l'enfant

apprend en faisant ! Si possible, faites-lui apprendre votre numéro de téléphone ou, s'il est trop jeune pour cela, assurez-vous que votre numéro soit sur ses vêtements, sur un bracelet ou dans sa poche, en lui apprenant à le sortir s'il vous a perdu.

- Éviter de laisser votre enfant aller seul(e) aux toilettes dans un lieu public. L'accompagner dans la mesure du possible et, s'il est trop grand pour venir de votre côté, rester à la porte.
- Apprendre à votre enfant à se déplacer dans la rue en toute sécurité : en repérant et évitant les individus potentiellement dangereux (ceux qui boivent de l'alcool, par exemple) et les lieux isolés. Entraînez-le lors de sorties ensemble, avant de le laisser sortir seul(e).
- Apprendre à votre enfant à crier des mots clairs s'il se sent en danger : « À l'aide ! », « Je suis en danger, aidez-moi ! », « Au secours, il m'agresse ! », etc.
- Donner à l'enfant l'habitude de toujours vous demander votre autorisation avant d'aller quelque part ou avec quelqu'un, même si c'est un lieu ou une personne auxquels il est habitué (chez un voisin, une copine, au jardin...). La sécurité, c'est de savoir où se trouve votre enfant et avec qui.
- Ne pas répondre ni ouvrir la porte à un(e) inconnu(e) si l'enfant est seul(e) à la maison, savoir qui appeler en cas d'urgence. Préenregistrer les numéros importants (adultes de confiance) et de secours sur le téléphone du domicile et/ou le téléphone portable de l'ado, et lui apprendre à les appeler (y compris le numéro dédié aux situations d'urgence dans les transports en commun, s'il y en a un dans votre région).



Idee reçue n° 9 : « Le rapt d'enfant par un prédateur inconnu est un danger fréquent. »

FAUX ! C'est heureusement très rare.

Les risques sur Internet

Internet, nous y sommes mal préparés, car c'est un danger que nous n'avons pas connu nous-mêmes en tant qu'enfants, pour la plupart. C'est aussi un danger évolutif : il faut se tenir au courant pour connaître les nouvelles applications, les nouveaux sites qui peuvent représenter un danger. Nous allons parler ici des trois sources de danger principales d'Internet pour votre enfant : les prédateur(trice)s ; les infos et images concernant votre enfant ; la pornographie. Nous avons déjà évoqué le cyberharcèlement un peu plus tôt, je n'y reviendrai pas ici.

- *Les prédateur(trice)s*

Les prédateur(trice)s sont prêts à tout pour entrer en contact avec des enfants : Internet est le lieu idéal pour eux, car il permet plus facilement un contact sans la surveillance des parents. Le contact peut avoir lieu à travers un forum, un groupe d'intérêt, les réseaux sociaux, une application ou même sur le tchat d'un jeu en ligne, etc.

On observe ici la même stratégie d'approche que dans l'emprise : tester les limites pour voir à quel point l'enfant est surveillé ou non (« Tu joues seul ? Y'a personne d'autre à la maison ? Où sont tes parents ? »), pour le rendre dépendant (en lui devenant familier – cela peut s'étaler sur plusieurs mois –, en provoquant son affection et ses confidences, en lui faisant des cadeaux, même virtuels, ou en l'aidant sur un

jeu...), et pour endormir son sens critique (en le flattant, « tu es vraiment incroyable, j'adore jouer avec toi, tu réussis super bien, tu es vachement doué », etc.). Le(la) prédateur(trice) peut fournir une adresse email à votre enfant afin qu'il communique avec lui ailleurs que dans sa boîte habituelle, il peut lui demander des photos ou vidéos, des infos personnelles comme son lieu d'habitation, s'il a des frères et sœurs... tout ceci au fil de la conversation, en partageant en apparence des infos équivalentes de son côté. Si le prédateur(trice) parvient à faire « désobéir » votre enfant (rester plus longtemps que prévu sur Internet, donner des infos, fournir votre numéro de carte bleue, etc.), alors il sera plus difficile pour votre enfant de vous révéler ce qui se passe, surtout s'il a peur d'être puni.

Souvent, le prédateur(trice) utilise un pseudo attractif pour un enfant et/ou se fait passer pour un enfant ou un ado, parfois même de l'autre sexe. Il faut prévenir votre enfant que l'habit ne fait pas le moine, surtout sur Internet ! Raconter sa vie à un inconnu, même s'il se fait passer pour un enfant, est dangereux.

Parler avec l'enfant ou l'ado des jeux auxquels il joue, s'y intéresser facilite bien sûr la révélation de l'existence d'une telle relation avec d'autres joueurs. Intéressez-vous : demandez-lui qu'il vous montre comment il joue, comment ça marche. Même chose avec les nouvelles applis qu'il installe ou les forums qu'il fréquente, etc.

Installez un contrôle parental, informez-en votre enfant et expliquez-lui pourquoi. Faites en sorte qu'il ne puisse pas installer une nouvelle appli ou un nouveau logiciel sans votre validation. Le site *e-enfance*¹, reconnu d'utilité publique, vous

1. <https://e-enfance.org/informer/controle-parental/>

fournira les informations nécessaires pour mettre en place la sécurité sur Internet de votre enfant. D'autres sites indiqués dans le carnet de ressources en fin d'ouvrage peuvent vous donner bien des idées sur les manières de protéger votre enfant sur Internet.

- *Les infos et images de votre enfant*

Les progrès techniques permettent aujourd'hui de modifier les images et les vidéos de façon étonnante. C'est vrai aussi des photos ou vidéos de votre enfant postées en ligne : une proportion croissante d'images présentes sur les sites pédo-pornographiques a été prise sur les réseaux sociaux, à partir de *posts* innocents faits par les parents : gala de fin d'année de gym ou de danse, photos prises à la plage ou à la piscine, images de son bébé nu dans le bain ou sur le pot... Ces images peuvent être modifiées pour leur donner un caractère pornographique. C'est révoltant, mais il vaut mieux être informé avant qu'il ne soit trop tard. Sachez aussi que vous pouvez demander à retirer d'Internet toute photo de votre enfant. Son image, comme son corps, lui appartient.

En plus, ces images ou d'autres informations (y compris des commentaires bien intentionnés de vos amis sur les réseaux sociaux) fournissent une quantité d'informations permettant d'identifier et de localiser votre enfant. Ainsi, en cas de contact réel, le(la) prédateur(trice) ayant toutes ces informations n'aura pas de mal à faire croire à l'enfant qu'il vous connaît et qu'il est de confiance (« Je suis le papa de Sasha, qui fait de la danse avec toi, je suis venu avec vous à la fête l'an dernier ! On a même fait une partie de pétanque... Tes parents m'ont demandé de venir te chercher pour... » etc.).

Soyez très vigilant au niveau des photos et vidéos que vous envoyez sur les réseaux : qui y a accès ? Faites-vous confiance

à toutes ces personnes pour leur discrétion et leur prudence ? Risquent-elles en toute bonne foi de faire suivre une photo ou vidéo qu'elles trouvent belle ou amusante à d'autres personnes, que vous ne connaissez pas ? Pensez aussi aux groupes WhatsApp de parents, diffusant des photos de sorties scolaires, et au droit à l'image dans les associations sportives, à l'école, etc. Les photos seront-elles diffusées sur le site Internet de l'association ou de la ville ? Il ne s'agit pas d'interdire toute prise de vue ou diffusion d'image, mais d'avoir réfléchi à toutes ces situations en amont pour éviter tout problème. Quand l'enfant grandit, il est utile de le consulter et de réfléchir avec lui à la décision à prendre quand on demande son droit à l'image.

Ces questions se compliquent à l'adolescence, quand votre ado est en mesure de prendre et diffuser lui-même infos et photos ou vidéos le concernant ou concernant d'autres mineurs de son entourage. Si vous avez toujours été prudent jusque-là, ce sera plus facile de lui expliquer la conduite à tenir et les règles que vous souhaitez qu'il respecte. Si votre adolescent a un profil sur un réseau social, il vaut mieux que le profil soit privé : attention, c'est à 13 et 14 ans que les ados sont le plus nombreux à avoir un profil public, probablement parce qu'il est important d'être populaire à cet âge et que c'est un âge où l'évaluation du risque est particulièrement difficile¹. Les adolescents disent être plus facilement eux-mêmes et parler plus facilement de choses privées en ligne. Attention à l'usage qui pourrait être fait de leurs confidences ou des informations qu'ils fournissent !

1. C. Blaya et S. Alava, « Risques et sécurité des enfants sur Internet : rapport pour la France », Eukidsonline, 2012, <https://univ-tlse2.hal.science/hal-00978590/document>.

Parlez aussi à votre ado du fait que son partenaire pourrait lui demander des photos intimes. Le *revenge porn*, de plus en plus fréquent, consiste à diffuser par Internet des photos ou vidéos intimes d'une personne dont on cherche à se venger. Sensibilisez votre ado à la confiance que cela demande de partager des images intimes, aux risques que cela peut représenter en cas de rupture et au fait que c'est aussi une stratégie employée dans certains cas de harcèlement ou d'emprise.

Dites-lui que vous serez toujours là pour le soutenir et en parler ensemble si besoin, quoi qu'il ait fait.

Enfin, si jamais vous ou votre enfant tombez sur du matériel pornographique à caractère pédophile sur Internet, signalez-le sur la plateforme gouvernementale Pharos¹ afin d'aider les enquêteurs et de favoriser le retrait de ce contenu.

La pornographie

La violence sexuelle, cela peut aussi être l'exposition à des images ou textes sexuellement intrusifs pour votre enfant. Plus de la moitié des adolescents de 12 à 17 ans déclarent avoir déjà consulté des sites pornographiques, et l'âge moyen du premier visionnage d'un film X est de 14 ans. Les mineurs constituent plus d'un visiteur de site porno sur dix et un tiers des adolescents fréquente régulièrement des sites porno (c'est la même proportion que chez les adultes!), pour une moyenne de 50 minutes de consultation par mois!

La recherche montre que voir du porno peut provoquer beaucoup de souffrance et de symptômes, et avoir un impact durable sur la sexualité. Par exemple, voir du porno augmente les comportements sexuels à risques comme le fait d'avoir des

1. <https://www.internet-signalement.gouv.fr/PharosS1/>

relations sexuelles plus tôt, de changer plus souvent de partenaire, la promiscuité, le sexe non protégé et les risques de commettre soi-même des violences sexuelles. D'ailleurs, la moitié des ados qui ont vu du porno essayent de reproduire ce qu'ils ont vu avec leurs partenaires. Mais bonne nouvelle : l'impact du porno est moins important quand l'enfant ou l'ado a pu en parler avec ses parents. Il est donc utile de favoriser le dialogue.



Le saviez-vous ? 80 % des parents d'enfants qui ont vu de la pornographie ne savent pas que leur enfant en a vu.

Ces chiffres vous surprennent ? C'est parce que le sujet est tabou et que la plupart des parents n'osent pas l'aborder avec leur enfant ou leur ado, que ce soit par peur de le choquer ou de lui donner des idées qu'il n'a pas encore. Le souci, c'est que votre enfant ou ado y sera confronté tôt ou tard et que, si vous ne lui en avez pas parlé, il ne sera pas sûr qu'il peut se tourner vers vous s'il en a besoin. Alors, que préférons-nous ? Qu'il découvre l'existence du porno par un pair ou au hasard d'Internet, ou l'en prévenir avec prudence ? Il s'agit ici de faire le moins mauvais choix : il n'y a pas de solution idéale.

CE QUE JE PEUX FAIRE : la moitié des jeunes explique sa consommation par l'envie d'apprendre. Une éducation sexuelle de bonne qualité est l'une des meilleures préventions.

Pour prévenir le risque d'exposition au porno, il faut accompagner son enfant sur Internet au début, installer un contrôle parental tout en ayant conscience de ses limites et utiliser un moteur de recherche adapté aux enfants, comme

Qwant Junior. Il est recommandé de fixer les règles d'utilisation d'Internet, d'expliquer pourquoi elles existent et d'éviter d'installer un accès à Internet (ordinateur, mais aussi téléphone) dans la chambre et en particulier la nuit. Vous trouverez des ressources pour vous aider à limiter le risque sur des sites comme *e-enfance.org*, *fondation-enfance.org* ou *je protege mon enfant.gouv.fr* (voir le carnet de ressources en fin d'ouvrage). Pensez à diffuser ces sites autour de vous, car l'exposition à Internet peut aussi avoir lieu alors que votre enfant est dans un autre domicile (chez un ami, un membre de la famille...).

Enfin, vous l'aurez compris, il est aussi très important d'ouvrir les possibilités de conversation au sujet de la pornographie avec votre enfant, dans l'idéal avant la première exposition, soit entre 8 et 11 ans. Oui, je sais, ça paraît vraiment tôt! Mais nous allons voir comment il est possible d'en parler, si et quand vous choisissez de le faire.

- *Comment s'y prendre pour parler du porno avec votre enfant?*

OK, je sais que cette perspective ne vous enchante pas. C'est normal. Mais pensez aux conséquences possibles si vous ne le faites pas. Ne laissez pas votre enfant seul(e) face à ce sujet, auquel il sera sans doute confronté plus tôt que vous ne pourriez le souhaiter ou le penser, si l'on en croit les statistiques.

Pour parler du porno avec son enfant, il y a trois étapes : être au clair avec son propre rapport à la pornographie, savoir comment s'y prendre pour une telle conversation, connaître l'objectif de celle-ci et les messages essentiels à faire passer.

La plupart des parents d'aujourd'hui ont été exposés à du contenu érotique de façon trop précoce, via la TV notamment (souvenez-vous de la *playmate* du dimanche soir, à heure de

grande écoute familiale!), à une époque où la sensibilisation à l'impact des images érotiques et pornographiques sur les enfants et les adolescents était pour ainsi dire inexistante. Si vous faites partie de ces parents, il peut être utile de prendre quelques instants pour réfléchir aux films, émissions, revues, ou même aux propos à caractère sexuel (blagues grivoises, allusions...) qui vous ont marqué durant votre enfance et votre adolescence, mais aussi à votre première exposition à du matériel pornographique. Qu'avez-vous vécu à ces occasions? Comment vous êtes-vous senti(e)? Quel impact ces expériences sont-elles susceptibles d'avoir eu sur votre sexualité et sur votre rapport à ce type de contenu à l'égard de vos enfants? Si vous faites partie des parents les plus jeunes, vous avez peut-être été exposé à du porno sur Internet quand vous étiez petit ou ado. Quelle a été votre réaction à l'époque? Quel a été l'impact à court, moyen, long terme? Avez-vous pu en parler à quelqu'un à l'époque? Est-ce que cela aurait pu vous aider? Comment auriez-vous eu besoin que la personne en question réagisse?

Aujourd'hui, un tiers des adultes environ reconnaît avoir consommé de la pornographie au cours du dernier mois. Quel est votre rapport actuel à la pornographie? Si vous en consommez, en avez-vous honte? En avez-vous déjà parlé à votre partenaire, si vous en avez un? Avez-vous déjà été «addict» à du matériel pornographique? Enfin, avez-vous déjà eu une conversation au sujet du porno avec votre enfant (selon son âge bien sûr)? Être au clair avec tout cela va vous aider à savoir comment en parler.

Avoir une telle conversation vous met sans doute mal à l'aise et vous ne voyez pas bien comment l'aborder? Le site *The Porn Conversation* propose gratuitement un guide de

conversation pour vous faciliter la tâche, et ça tombe bien : il a été traduit en français¹ !

La recherche a mis en évidence que l'éducation sexuelle au sujet du porno permet de réduire considérablement l'impact du porno sur les croyances sexistes à l'égard des femmes et la perception de celles-ci comme des objets sexuels. Cette éducation sexuelle spécifique aide à prendre du recul quant au contenu de ce qui est visualisé et réduit les risques de violences sexuelles.

Ce *Guide de conversation sur le porno* (que je vous conseille vivement de consulter dans son intégralité) suggère notamment :

- Des phrases à éviter. Par exemple, demander à votre enfant qui lui a montré du porno ou lui demander ce qu'il sait à ce sujet ; éviter aussi les jugements (« Je n'en reviens pas que t'en aies vu ! », « C'est dégueulasse que tu aies regardé ça », etc.). Il ne s'agit bien sûr pas non plus de décrire crûment les types d'actes ou de scènes qui peuvent figurer dans un film porno.
- Des phrases permettant de commencer la conversation. Cela pourrait être : « J'aimerais que tu saches que, sur Internet, c'est vraiment difficile de ne pas tomber sur du porno tôt ou tard. Alors voici ce que je pense qu'il faut que tu saches à ce sujet. » Ou encore : « J'aimerais qu'on parle de certains contenus qu'on peut voir en ligne, sur des sites pour adultes. »
- Des idées de réponses à destination de votre enfant. Si votre enfant ne veut pas en parler : bien sûr, ça se

1. *Guide de conversation pour parler de porno avec votre enfant de 8-11 ans* : https://uploads-ssl.webflow.com/6405addef31ded2ce424a841/64196e602074b86a3d7a101e_TPC2021-ConversationGuide8-11-FR2.pdf

respecte! Vous pouvez lui dire que vous êtes là pour lui et que vous avez à cœur de le protéger et de le soutenir, que vous comprenez que ça puisse être gênant, mais que vous ne le jugerez pas et que vous êtes là s'il a besoin d'en parler ou s'il a des questions.

Si votre enfant est prêt à en parler, vous pouvez entre autres lui dire que vous comprendriez que ça le mette mal à l'aise et que vous le remerciez de sa confiance, qu'il est important de comprendre que ce que montre le porno n'est pas la manière dont il faut se comporter, ce n'est pas un modèle de la sexualité réelle.

- *Quels sont les messages essentiels à faire passer?*

L'objectif de la conversation, c'est de développer l'esprit critique. On explique que le porno est un produit médiatique, donc construit avec des techniques précises, visant à passer un message et des valeurs, avec une intention (souvent obtenir du profit ou du pouvoir).

L'idée, c'est d'aider le jeune à donner du sens à ce qu'il a vu. Des questions aidantes peuvent être: «Qu'est-ce que tu penses de ce que tu as vu? Est-ce que tu as des questions sur ce que tu as vu? Est-ce que tu veux me parler de quelque chose qui t'a surpris(e)? Est-ce que tu as vu quelque chose qui t'a mis(e) mal à l'aise?»

La recherche sur le contenu pornographique montre que l'accent est mis sur la satisfaction sexuelle, généralement sans évoquer l'amour, la tendresse, la relation, le consentement, la parole qui sont plus souvent présents lors des rapports sexuels «réels» que dans le porno. Le porno valorise les relations sexuelles ponctuelles, sans engagement, sans protection, à partenaires multiples, mais aussi la performance et les relations de domination, de soumission et d'humiliation.

Les films porno sont en très grande majorité produits par des hommes pour des hommes, ce qui influence le contenu et la mise en scène.

Il peut être intéressant aussi de fournir des informations sur la manière dont les tournages porno se déroulent vraiment par rapport à ce qui est montré (pour des idées, voir le *Guide de conversation sur le porno* déjà mentionné, ou le compte Instagram @pas_la_ref), en quoi les scènes sont différentes de la sexualité réelle, et les valeurs misogynes ou les attentes décalées qu'elles peuvent amener à développer.

Enfin, notons que, même dans les films de cinéma, les scènes sexuelles sont souvent tournées de façon très « plastiques », idéalisées, passionnelles, sans dialogue entre les partenaires... Là aussi, c'est utile pour l'ado de savoir que ce n'est que du cinéma, pas la réalité !

Faites réfléchir votre ado à ces questions au cours de la conversation plutôt que de lui asséner les infos de façon unilatérale. L'objectif n'est pas tant qu'il *sache* tout ça que le fait qu'il l'ait *compris* par lui-même, en développant son sens critique.



C'est l'histoire de... Mathias, qui a consommé du porno depuis très jeune et a commis une tentative de viol

Mathias a 25 ans. Il est timide, il a un phimosis (un rétrécissement du prépuce qui empêche de décalotter facilement le gland) et il est très complexé par son sexe. Peu sûr de lui, il n'a jamais eu de relations amoureuses et consomme beaucoup de porno, auquel il a été exposé la première fois à l'âge de 12 ans (via les revues porno de son père qui traînaient au domicile familial). Il a un père humiliant, qui a tendance à le traiter de « moins que

rien, gros nul, petite bite, tapette», surtout s'il essuie un échec. À la suite d'une déception professionnelle, Mathias sort dans un bar pour boire et «oublier». Il commet une tentative de viol sur une femme dans les toilettes du bar. Quelques mois plus tard, en obligation de soins, nous essayons de comprendre ce qui s'est passé afin de résoudre les problèmes sous-jacents et que cela ne se reproduise plus jamais. Mathias explique qu'il a abordé la victime en lui donnant une tape sur les fesses accompagnée d'un commentaire sexuel. Les autres participants au groupe de thérapie s'étonnent de ce comportement: Mathias explique que, dans les films porno qu'il a toujours consommés, c'est comme ça que les «vrais mecs» abordent les femmes et les séduisent.

Dans le cas de Mathias, les facteurs ayant contribué au passage à l'acte sont ses complexes physiques et son manque d'estime et de confiance en soi, son problème de phimosis, les antécédents de violences verbales humiliantes de son père, un moment dépressif à la suite d'un échec, la prise d'alcool, et les croyances distordues construites à partir du porno en l'absence d'éducation sexuelle. Comme souvent, les causes sont complexes et multiples, mais ici, l'absence de sens critique face au porno, lié au manque d'éducation sexuelle, dans un contexte de très mauvaise image de soi nourri par un père maltraitant, ont entraîné des conséquences dramatiques.

La recherche met en évidence quelque chose d'intéressant: le mode d'éducation adopté par les parents a un impact sur la consommation de pornographie des enfants. Les risques d'exposition précoce à la pornographie et de consommation importante de pornographie augmentent lorsque les parents ont un comportement contrôlant ou dominateur. Par exemple: ne pas tolérer que l'enfant soit en désaccord avec l'adulte, réprimander l'enfant pour des erreurs du passé,

interrompre l'enfant quand il parle, l'ignorer jusqu'à ce qu'il obéisse, véhiculer l'idée que les adultes ont toujours raison ou que les enfants ne comprennent rien... À l'inverse, le « monitoring parental » est associé à une première exposition plus tardive au porno et à une moindre consommation. Le monitoring parental consiste à s'intéresser à ce que fait son enfant (comment se passent ses activités, ses journées, avec qui, comment il dépense son argent...). Il ne s'agit donc pas de tout laisser faire sans surveillance et de façon laxiste (au contraire), mais à veiller sur l'enfant ou l'ado sans le contrôler, en lui apprenant peu à peu à être autonome.



La Fondation pour l'Enfance

Enfin, si malgré vos précautions votre enfant a été exposé à du matériel qui l'a choqué (des images, des vidéos, des lectures...), pas de panique ! Je vous recommande la page Internet dédiée de la Fondation pour l'Enfance¹, qui vous guidera point par point (le présent ouvrage se focalisant sur la prévention). Vous pouvez aussi vous adresser au 3018 et 3018.fr, dispositif national contre les violences numériques.

LES ENFANTS À RISQUES, LES FAMILLES À RISQUES

La recherche met en évidence que certains enfants et certaines familles sont plus à risques de subir des violences sexuelles que d'autres. Bien sûr, des enfants n'étant pas particulièrement à risques sont victimes de violences sexuelles et, même

1. <https://www.fondation-enfance.org/jai-besoin-daide/je-suis-adulte/dangers-sur-internet/enfant-contenu-choquant/>

avec des facteurs de risques, un enfant ne sera pas nécessairement victime. Aussi, aucun enfant n'est jamais coupable des facteurs de risques que l'agresseur(se) a pu exploiter. Mais il faut absolument être conscient de ces risques, pour pouvoir agir.

Les agresseurs sexuels avec lesquels j'ai travaillé confirment ce que nous dit la recherche : le plus souvent, ils ne choisissent pas les victimes au hasard et ils s'arrangent pour provoquer des occasions.

Les facteurs suivants augmentent le risque pour un enfant d'être victime de violences sexuelles, car ils le rendent lui et sa famille vulnérables à l'agresseur(se) :

- Avoir déjà été victime de violences (physiques, sexuelles ou émotionnelles) par le passé. L'agresseur(se) peut proposer le réconfort ou l'affection dont cet enfant a besoin et abuser de la situation. L'enfant n'a pas appris qu'il peut se protéger et qu'il mérite toujours d'être bien traité, ça l'empêche de comprendre que la situation est anormale et de réagir en révélant les faits ou en cherchant de l'aide.
- Présenter une vulnérabilité ou un défi de développement. Une maladie physique ou psychologique, des difficultés relationnelles (comme une grande timidité), l'appartenance à une minorité... Le fait d'être porteur d'un handicap multiplie par quatre le risque d'être victime de violences sexuelles. Être un ado LGBTQ+ augmente le risque de violences sexuelles en dehors du couple chez les filles, et au sein du couple chez les garçons.
- Être une fille.

- Avoir un comportement délinquant, prendre des drogues ou de l'alcool.
- Utiliser fréquemment Internet, avoir accès à Internet dans sa chambre et/ou la nuit.
- Avoir un parent ou un proche de la famille qui a été victime de violences par le passé. Si ces souvenirs causent encore trop de douleur ou qu'ils ne sont pas digérés, ils peuvent empêcher cet adulte de bien repérer les situations ou personnes à risques.
- Grandir au sein d'une famille en mauvaise santé émotionnelle. Par exemple: beaucoup de colère, de tristesse, ou de chaos; un manque de soutien au sein de la famille; beaucoup de conflits; peu d'expression des émotions; peu d'activités de loisirs ou d'indépendance donnée aux enfants, ou encore beaucoup de contrôle entre les membres de la famille.

Tout ceci donne un peu le vertige! Aucune famille n'est parfaite: sans doute vous êtes-vous senti concerné(e) par l'une ou l'autre de ces situations. Rassurez-vous: cela ne signifie pas que votre enfant sera nécessairement victime, loin de là. Ces facteurs de risques sont bien sûr significatifs lorsqu'il s'agit de difficultés *importantes*, pas de petites difficultés que nous rencontrons tous au quotidien dans une famille. Cette liste peut quand même vous aider à repérer ce qu'il y a à améliorer dans votre santé familiale. Cela peut être l'occasion de voir ce que vous pourriez faire, dans les prochains jours, mois ou même années, pour améliorer la situation.

Souvenez-vous: il ne s'agit pas d'être un parent (ou une famille) parfait(e)! Juste d'identifier comment on peut s'améliorer, et se mettre au travail.



Être un ado LGBTQ+

Le fait qu'un adolescent présente une orientation ou une identité sexuelle LGBTQ+ a été mis en évidence comme un facteur de risque de harcèlement sexuel et de violences sexuelles à l'adolescence, que ce soit par un partenaire amoureux ou par un pair. Si votre enfant présente une telle orientation ou identité sexuelle, il lui sera d'autant plus aidant d'être sensibilisé à ces questions et de savoir qu'il peut compter sur vous pour le soutenir. Incarner des valeurs d'ouverture et de tolérance à ce propos, pouvoir parler de cette question de l'orientation sexuelle et de l'identité de genre favorisera, le cas échéant, la communication avec votre enfant ou ado sur ce qu'il ressent à ce sujet. Il pourra ainsi assumer avec sérénité ce qu'il vit, par exemple son homosexualité, au sein de son environnement familial. S'il est accepté avec délicatesse et sensibilité par ses proches, il y a d'autant plus de probabilité qu'il réagisse, parvienne à se défendre fermement et à trouver du soutien en cas de violences ou de harcèlement sexuel. Et, contrairement aux idées reçues, ce n'est pas parce que vous parlerez d'homosexualité ou d'identité de genre à votre enfant qu'il deviendra homo ou trans !

D'une manière générale, les agresseur(se)s sexuel(le)s sur mineurs vont agresser des enfants de familles en difficulté. Ces difficultés peuvent être des violences conjugales mais aussi des difficultés relationnelles ou psychologiques importantes de l'un des parents ou au sein de la famille. Il peut aussi s'agir de difficultés au niveau de la parentalité, comme la difficulté à s'attacher à l'enfant ou à en prendre soin, qui impactent directement la capacité du parent à protéger son enfant. Ou encore, de facteurs (temporaires ou durables) liés à la situation familiale comme une rupture familiale, la perte du lien de l'enfant avec l'un de ses parents ou les deux. Là

encore, il s'agit d'enfants traversant des épreuves de vie et ne recevant pas assez de soutien familial ou parental pour y faire face, ce qui les rend vulnérables à être approchés par un tiers apparemment affectueux et soutenant. Si vous traversez une période difficile, pensez à demander de l'aide, qu'elle soit matérielle, médicale ou psychologique. Voyez comment vous pouvez être déchargé(e) de certaines tâches pour rester disponible pour votre enfant. Et sinon, voyez qui peut veiller affectueusement sur votre enfant à votre place, auprès de qui il peut s'exprimer en cas de besoin et en qui vous avez toute confiance.



**C'est l'histoire de... Bérénice :
le cumul des facteurs de risques**

Bérénice a été victime de viol à 15 ans, par un homme rencontré sur Internet. Les parents de Bérénice se rencontrent à 17 ans et c'est le coup de foudre. Tous deux viennent de familles marquées par l'alcoolisme et qu'ils ont hâte de fuir. Rapidement, ils s'installent ensemble et conçoivent la sœur aînée de Bérénice, Ghislaine. Puis vient la naissance de Bérénice alors que Ghislaine a à peine 2 ans. La famille est très centrée sur elle-même, sort peu, ne côtoie personne. Karine, la maman de Bérénice et Ghislaine, a été victime de violences sexuelles dans son enfance et éprouve des difficultés importantes à confier ses filles à des tiers. L'entrée à l'école est difficile, Karine est très inquiète que ses filles y soient victimes de violences sexuelles. Elle les surprotège, participe à toutes les sorties scolaires, ne les inscrit à aucune activité extrascolaire, même à l'adolescence. D'une manière générale, la famille a peu de contacts avec l'extérieur : les invitations chez des camarades sont déclinées et personne ne vient à la maison. Le fonctionnement est un peu incestuel. À l'adolescence, Bérénice étouffe, elle se sent seule, incomprise. Elle aimerait sortir mais

elle a très peur du monde extérieur qui lui semble dangereux. Elle se réfugie sur Internet, tente de s'y ressourcer en tchattant avec d'autres ados auxquels elle confie son malaise. C'est là qu'elle fait la rencontre d'un prédateur sexuel qui se fait passer pour un garçon de son âge. Ils font connaissance, elle croit en tomber amoureuse, il finit par l'inviter chez lui, allant même jusqu'à lui payer son billet de train et le lui faire envoyer. Bérénice fugue, elle est ivre du sentiment d'une liberté enfin possible, et c'est dans ce contexte qu'elle est victime de viol.

Cette situation est terrible. Comme souvent, elle est issue du cumul de plusieurs facteurs de risques : les parents ont tous les deux une histoire difficile qui n'est pas digérée, le monde extérieur est vécu comme dangereux et les deux filles grandissent dans une famille repliée sur elle-même, incestuelle. On n'apprend pas à Bérénice comment se protéger autrement qu'en ne sortant pas, en ne côtoyant personne. À l'adolescence, cette atmosphère étouffante produit l'effet inverse de ce qui était recherché : Bérénice se sent seule, elle étouffe, ça la rend vulnérable à un adulte qui s'intéresse à elle. Ses parents ne s'intéressent pas à son utilisation d'Internet et des jeux vidéo. Elle ne leur parle pas de ses relations « virtuelles ». Elle n'a pas été sensibilisée au risque d'être contactée sur Internet par une personne malveillante, ou encore au fait que n'importe qui peut se cacher sous un pseudo. Sans cette méfiance, elle s'expose à un risque qu'elle ne mesure pas. Les facteurs de risques s'accroissent et aboutissent à une situation dramatique.

CE QUE JE PEUX FAIRE : une bonne santé émotionnelle familiale et une éducation dans un cadre non-violent correspondent au contexte optimal pour protéger votre enfant. Malheureusement, la vie est parfois difficile et les circonstances ne permettent pas toujours de préserver une situation familiale saine et non-violente. Si vous avez rencontré des

difficultés familiales par le passé mais que la situation s'est améliorée, il est important d'en parler, afin d'aider votre enfant à se remettre des souvenirs douloureux qu'il garde de cette période. Car même un enfant qui était très petit à l'époque des faits peut en garder une mémoire de la peur, sans souvenir : c'est d'autant plus important de mettre des mots dessus ! Si vous avez de la difficulté à en parler (vous avez honte, peur, vous vous sentez trop bouleversé(e) ou en difficulté pour trouver les bons mots), faites-vous aider par l'autre parent s'il y a en a un, un membre de la famille, un ami ou un psy : votre difficulté à en parler indique probablement qu'il reste des émotions non digérées à cet endroit, et ces émotions pourraient avoir un effet sur le développement de votre enfant.

Si les difficultés familiales sont encore actuelles, faites-vous aider par un psy, une personne ou association qualifiées en accompagnement à la parentalité, un service de médiation ou d'aide aux victimes, en cas de conflits conjugaux par exemple. Même si les conflits conjugaux ont lieu hors de la présence de l'enfant, gardez en tête que l'enfant est imprégné de l'ambiance émotionnelle et relationnelle dans laquelle il grandit, qu'il peut sentir votre peur et que cela influe grandement sur son développement.

D'une façon générale, pour protéger votre enfant des risques d'emprise, il faut favoriser des relations saines avec lui, fondées sur le respect du consentement et la négociation. Il vaut mieux éviter les rapports de force dès le plus jeune âge, éviter la « coercition » (forcer l'enfant, le contrôler, lui imposer des décisions sans le consulter, l'humilier, le menacer, lui faire peur...) en favorisant la discipline non-violente. Si votre enfant est habitué, dans sa relation aux adultes, à se

soumettre aux menaces, au chantage, à l'isolement, à l'humiliation, à l'intrusion, il est à risque de trouver ces processus normaux dans ses relations à d'autres adultes, à ses pairs et dans ses relations intimes.

J'ai conscience que cela peut sembler un choix éducatif irréaliste ou impossible à appliquer pour certains. Ce changement éducatif est complexe car de nombreuses stratégies de ce type sont courantes en France dans le rapport à l'enfant, et présentées comme « éducatives » : menacer de punition, isoler l'enfant, faire pression, humilier, forcer, etc. C'est malheureux, car une éducation basée sur la coopération est possible, plus respectueuse de l'enfant, favorisant une communication parent-enfant de meilleure qualité et donc plus efficace dans la prévention de toute forme de violences. Et attention, éduquer dans la coopération ne signifie pas qu'il n'y a pas de différence entre adulte et enfant, ou encore qu'on laisse l'enfant décider de tout. L'adulte est responsable. Ses besoins sont importants, pas seulement ceux de l'enfant. L'adulte pose les limites, les fait respecter, applique des conséquences justes, annoncées au préalable, en explicitant pourquoi. Et il implique l'enfant dans les décisions qui le concernent, autant que c'est possible.

À titre d'exemple, il est intéressant de lire l'ouvrage de Marion Cuercq, *Une enfance en nORd*¹, dans lequel elle décrit, avec l'exemple de la Suède, comment il est possible de construire une éducation fondée sur la coopération et la non-violence, plutôt que sur la contrainte ou la soumission.

Faites de votre mieux. Si vous pensez avoir commis des erreurs, il n'est probablement pas trop tard pour les réparer

1. Marion Cuercq, *Une enfance en nORd. Pour une éducation sans violence et à hauteur d'enfant*, Marabout, 2023.

et réajuster. Soyez clément avec vous-même, c'est difficile d'être parent, et il n'y a pas de parent parfait.

Vous savez maintenant qui sont les agresseur(se)s, quels sont leurs motivations et leurs modes opératoires. Vous connaissez les différentes étapes de l'emprise et comment les repérer. Vous comprenez aussi probablement mieux les facteurs de risques de violences sexuelles qui concernent les enfants. Nous allons maintenant apprendre à dissuader de notre mieux les agresseur(se)s, en trois axes : apprendre à votre enfant à se protéger, apprendre comment mieux protéger vous-même votre enfant, et impliquer l'entourage de votre enfant dans sa protection.

4

Apprendre à son enfant à se protéger des violences sexuelles

En préambule, précisons que c'est à la société et aux adultes de protéger l'enfant et que ce n'est JAMAIS la faute de l'enfant s'il a été agressé. Néanmoins, éduquer son enfant, c'est le préparer au monde des adultes et lui apprendre progressivement à se protéger et à savoir dire non.

Se protéger, pour l'enfant, s'appuie sur cinq compétences : avoir les mots pour parler de sexualité (selon l'âge bien sûr), savoir que les violences sexuelles existent (là encore, selon l'âge), connaître les règles de sécurité corporelle, savoir signaler les situations suspectes, et savoir dire non. Comme toutes les compétences, celles-ci peuvent se développer et l'on peut s'entraîner. Voici comment.

AVOIR LES MOTS POUR PARLER DE SEXUALITÉ :

L'ÉDUCATION SEXUELLE

Bien souvent, j'ai eu l'occasion de voir, tant chez mes patients ayant commis des violences sexuelles que chez mes patients en ayant été victimes, à quel point le manque d'éducation sexuelle dans l'enfance avait compliqué leur développement sexuel et relationnel. Mon activité auprès des agresseurs sexuels impliquait nécessairement une dimension d'éducation sexuelle (un de mes patients pensait que si un homme était castré, il mourrait tout comme si on lui coupait la tête ; plusieurs croyaient sincèrement au « vagin denté », la plupart avaient des représentations des rapports de genre très sexistes et une image de la séduction et de la sexualité influencée par le porno, etc.). Par ailleurs, la plupart des victimes n'ont pas intégré pleinement la notion de consentement pour elles-mêmes, du fait de ce qu'on leur a imposé.

Dans le cadre de la préparation de cet ouvrage, je me suis penchée sur la recherche portant sur les programmes d'éducation sexuelle et sur le contenu et le déroulement de ces programmes. Je me propose ici de vous en restituer l'essentiel.

Beaucoup de parents sont mal à l'aise quand il s'agit de parler de sexualité à leur enfant. C'est bien compréhensible. Pourtant, souvenez-vous que le manque d'éducation sexuelle peut amener votre enfant ou votre ado à visionner du porno pour avoir des connaissances sexuelles ! Il vaut donc mieux que les connaissances, qui sont utiles pour se protéger contre les violences sexuelles, viennent d'un informateur fiable, protecteur et bienveillant : vous ! Mais surtout, il est important d'avoir en tête que l'éducation sexuelle, c'est bien plus que parler de sexualité ! C'est parler relations, image de soi, consentement (pas juste

le consentement sexuel, mais d'une manière générale!), expression des émotions... La sexualité s'appuie finalement sur bien des compétences différentes, notamment l'auto-protection. En France, par exemple, l'Éducation nationale décrit trois champs de connaissances et de compétences pour l'éducation à la sexualité: le biologique, certes, mais aussi le psycho-affectif (estime de soi, relation aux autres, émotions et sentiments...) et le social (rôles sexués et stéréotypes, consentement, valeurs et normes...). Les interventions visent notamment à développer le sens critique et à favoriser des comportements responsables.

La recherche montre que l'éducation sexuelle est protectrice: selon l'Unesco¹, elle améliore les comportements des jeunes à l'égard de la sexualité ainsi que leur santé sexuelle; elle retarde l'âge du premier rapport sexuel et augmente les capacités à se protéger sexuellement.

La plupart des programmes de prévention des violences sexuelles dispensés en milieu scolaire auprès des enfants et des adolescents ont fait leurs preuves. Ils abordent différents thèmes et les programmes les plus efficaces sont ceux qui rendent l'enfant actif dans son apprentissage (jeux de rôles, échanges plutôt que simple écoute). Malheureusement, la très grande majorité de ces programmes n'intègre pas un facteur capital pour la protection de l'enfant: l'implication des parents. Les quelques programmes incluant les parents sont les plus efficaces, car des parents bien informés sur les risques, des parents vigilants et actifs dans la protection de leur enfant représentent le meilleur facteur de protection possible. C'est là que vous entrez en scène!

1. <https://www.unesco.org/en/health-education/cse>

Pour vous aider à aborder l'éducation sexuelle de votre enfant, nous allons passer en revue ce que les programmes d'éducation sexuelle abordent généralement¹ : l'anatomie sexuelle et le nom des parties du corps, le consentement et l'idée que « mon corps m'appartient », les deux types de toucher, la dimension relationnelle de la sexualité et, pour les plus âgés, les violences sexuelles. Passons ces thèmes en revue.

L'éducation sexuelle peut commencer dès le plus jeune âge, sous une forme adaptée bien sûr. Elle couvre les informations liées à l'anatomie et à la reproduction, au sexe et au genre, à l'image corporelle, mais surtout aux rapports entre les sexes et à l'égalité, notamment garçon-fille.

Il est recommandé de répondre aux questions de l'enfant plutôt que de les éluder ou de lui fournir des informations en devançant ses questions, afin de respecter son rythme et ce, quel que soit l'âge. Il vaut mieux parler du sujet lorsqu'il se présente spontanément que de façon artificielle, hors contexte. Les occasions sont nombreuses : récit de relations avec les autres, observation des animaux au zoo ou dans la nature, moments de toilette et de change, expression des émotions dans la vie quotidienne, récits issus de films, de BD, de livres...

L'anatomie, les mots

Le premier thème des programmes d'éducation sexuelle porte généralement sur l'anatomie. L'éducation sexuelle est importante, notamment au niveau des mots employés, car

1. Bien des supports sont disponibles dans des livres et sur Internet pour vous aider dans cette tâche délicate, voir le carnet de ressources. Le site de la fondation Marie-Vincent, <https://marie-vincent.org/articles-prevention/leducation-a-la-sexualite/>, ainsi que le site de Martine Hébert, chercheure remarquable sur ces questions, <https://martinehebert.uqam.ca/outils-de-diffusion/>, regorgent de ressources.

certain(e)s agresseur(se)s profitent de l'ignorance de l'enfant pour l'agresser sexuellement, prétextant lui « apprendre » la sexualité. L'ignorance, par l'enfant, des mots justes ou le malaise pour qualifier ses parties intimes est un indicateur de l'absence d'éducation sexuelle, détectable par l'agresseur(se).

Apprendre à nommer les parties du corps, c'est l'une des premières choses que vous pouvez faire, dès les premiers âges, y compris, peu à peu, ses « parties intimes ». On transmet ensuite l'idée de ce que veut dire « intime » et que ces parties intimes sont spéciales par rapport au reste du corps.

Il est conseillé d'utiliser les mots « parties intimes » plutôt que des mots qui pourraient être ambigus, car les mots ambigus peuvent empêcher la révélation de violences. Par exemple, « il a touché mon minou » est ambigu ; « il a touché mes parties intimes » ne l'est aucunement. Une façon simple d'apprendre à l'enfant ce que sont les parties intimes, c'est de dire que ce sont celles qui sont sous le maillot de bain.

Mon corps m'appartient : le consentement

Un deuxième thème abordé dans les programmes d'éducation sexuelle est la question du consentement. On croit souvent que prévenir les violences sexuelles, c'est expliquer ce que sont les violences sexuelles et dire à l'enfant qu'il peut ou même doit dire non dans ce genre de situations.

Ce n'est pas si simple ! L'enfant apprend en faisant, plus qu'en écoutant. Si l'on veut qu'il dise non quand quelqu'un ne traite pas bien son corps, il faut lui apprendre à le faire dans des situations similaires, plus simples, de la vie quotidienne. Il faut l'entraîner à dire non ! Concrètement, cela implique de vérifier le consentement de l'enfant lorsqu'il s'agit de son corps : « Est-ce que je peux te prendre sur les genoux ? te faire

un bisou? un câlin?» Dès tout petit, il est utile que l'enfant soit respecté dans ses limites corporelles et qu'on lui reconnaisse le droit de refuser un contact (sauf quand sa sécurité est en jeu, bien sûr, comme le porter pour le protéger d'un chien agressif ou tenir la main pour traverser la route).

L'idée, c'est que l'enfant soit habitué à ce qu'on le consulte avant de toucher son corps et à ce qu'on l'informe de ce que l'on va faire, par exemple au cours d'un geste médical ou d'hygiène. «Je vais t'essuyer, tu es prêt?» Il s'agit de respecter les limites corporelles de l'enfant et de lui faire faire régulièrement l'expérience que son corps lui appartient, que c'est vraiment lui qui décide pour son corps!

On commence à l'appliquer dès le plus jeune âge pour qu'il ait l'habitude, depuis toujours, qu'on fasse attention à la façon de traiter son corps et à ses manifestations de consentement ou de refus. Oui, vous avez bien lu! Dès ses premiers jours de vie! Car même un nourrisson manifeste déjà des mimiques de plaisir ou des grimaces selon qu'il aime ou non la manière dont il est touché. Il faut savoir qu'au cours des 1 000 premiers jours de vie, même si l'on ne mémorise pas ce qui nous arrive sous forme de souvenirs, on mémorise la manière dont on est traité et on construit des attentes dans notre corps: comment je m'attends à être touché, pris en compte, porté; comment je m'attends à ce que les autres, en particulier mes proches et mes parents, se comportent avec mon corps. Par exemple, il s'agit d'annoncer à son bébé qu'on va lui changer sa couche, de commenter nos gestes pendant le change, même s'il ne comprend pas encore le langage verbal. Il s'agit aussi d'observer ses mimiques, ses réactions, de les commenter et de prendre en compte son éventuel inconfort: c'est la toute première expérience d'écoute de son

consentement et de prise en compte de celui-ci. Évidemment, en tant que parent, surtout au début, on ne sait pas toujours décrypter les expressions de son bébé. C'est normal, et ce n'est pas grave de se tromper ! L'important, c'est d'avoir en tête que le bébé manifeste ce qu'il aime ou non et, dans la mesure du possible, d'y prêter attention et de le respecter.

Un enfant qui a l'habitude d'être traité dans son corps, dès son plus jeune âge, avec sensibilité, écoute et considération, sera mieux armé pour réagir dès qu'un comportement « dérape » à son égard. Cela ne signifie pas de faire tout le temps attention et que toute maladresse ou erreur serait dramatique, juste d'avoir ça en tête quand on s'occupe de son bébé : qu'il emmagasine déjà comment son corps mérite d'être traité.

- *Mise en situation : visite chez le pédiatre*

Adrienne, 5 ans, a une infection urinaire. Sa mère l'emmène chez le pédiatre qui l'examine. Adrienne est en culotte et le pédiatre, au cours de l'examen, lui baisse sa culotte pour l'examiner, sans l'avoir prévenue ni le lui avoir demandé. Adrienne se tourne vers sa mère et commente : « C'est bizarre, ça ! »

Manifestement, Adrienne est éduquée au consentement et c'est ce qui lui permet, malgré son jeune âge, de réagir à la situation et de percevoir que quelque chose n'est pas habituel dans la manière dont le pédiatre traite son corps.

Dans la situation ci-dessus, à la place de la maman d'Adrienne, que diriez-vous au médecin ? et à Adrienne (sur le moment ou après-coup) ? Attention, il ne s'agit pas de faire un esclandre, mais pas non plus de ne rien dire ! Qu'en pensez-vous ? Quelle serait votre formulation ? La situation est délicate ici car vous ne voulez pas vous mettre le médecin « à dos », bien sûr. Pourtant, il est important de ne pas

enseigner la soumission à votre enfant face à une figure d'autorité ou une personne dont il pourrait avoir besoin.

Au médecin, cela pourrait être « vous ne l'avez pas prévenue avant d'enlever sa culotte » (*nommer*), en ajoutant éventuellement « ça l'a un peu surprise », par exemple, puis, « nous préférons que vous la préveniez avant de baisser sa culotte » (*recadrer* – et c'est tout!).

Attention, il ne s'agit pas de passer d'un extrême à l'autre, de ne plus jamais oser toucher son enfant sans vérifier son consentement ou de faire des remarques à toute personne qui oserait toucher votre enfant sans demander! Les enfants ne sont pas en sucre. Il ne s'agit pas non plus de ne poser aucune limite à l'enfant et de le laisser décider de tout! Si un soin est nécessaire, par exemple, ce n'est pas l'enfant qui peut en décider. En revanche, il peut être informé de la manière dont ce soin va être réalisé et pourquoi. Et enfin, ne pas apprendre à l'enfant à obéir par soumission, ça ne signifie pas ne pas lui apprendre la discipline!

Nous venons de voir comment éduquer l'enfant dans une culture du consentement. Ensuite, quand l'enfant grandit, il est utile de lui parler plus particulièrement du consentement sexuel.

Éduquer au consentement, c'est aussi en parler, bien sûr! Pour les enfants, la vidéo « Le consentement expliqué aux enfants », par exemple, explique le consentement en donnant des exemples de situations concrètes autour du choix de faire un câlin ou un bisou. Aux plus grands, vous pouvez montrer la vidéo « Le consentement : pas si compliqué, finalement! » qui aide à comprendre le consentement de façon humoristique, par comparaison avec l'acceptation ou le refus d'une tasse de thé (je vous la recommande, elle est vraiment drôle).



Qu'entend-t-on par consentement sexuel?

C'est donner son accord à un acte sexuel, avec ou sans contact physique. Il faut plusieurs critères pour qu'un consentement soit valide¹ :

- il doit être libre et éclairé;
- il doit être donné par la personne concernée (pas par un tiers, comme l'un de ses parents par exemple);
- le silence n'équivaut pas au consentement;
- l'absence de résistance physique n'équivaut pas au consentement;
- il est possible de retirer son consentement sexuel à tout moment, même au cours d'une relation sexuelle: le partenaire doit alors le respecter immédiatement et sans faire pression.

Ce n'est pas parce que deux personnes ont déjà eu des relations sexuelles par le passé qu'elles seront toujours consentantes dans le futur.

Le consentement sexuel ne peut pas être donné:

- face à une personne en situation d'autorité (parent, beau-parent, enseignant, religieux, entraîneur sportif...). C'est-à-dire que, face à ces personnes, même si l'ado a consenti, on considère qu'il n'a pas la maturité pour pouvoir donner un consentement éclairé et mesurer les conséquences;
- s'il est fait usage de la violence, la contrainte, la menace ou la surprise (critères du droit français);
- si la personne est sous l'effet de l'alcool ou de drogues ou encore si elle est endormie ou inconsciente;
- si la personne a moins de 15 ans. Ici, il y a exception si le partenaire est mineur et que la différence d'âge est de moins de 5 ans entre les deux partenaires, sauf lorsqu'ils sont de la même famille (il n'y a alors pas de consentement possible).

Les relations sexuelles consenties entre mineurs ne seront donc pas poursuivies en justice.

1. Voir notamment le programme «Parcours Amoureux des Jeunes» sur le site martinehebert.uqam.ca/

Bien d'autres vidéos YouTube sont disponibles sur le sujet, notamment sur la chaîne @InformationViolencesSexuelles, incluant la « chanson du consentement », par exemple. Vous trouverez les liens de ces vidéos et de ces chaînes YouTube en fin d'ouvrage, dans le carnet de ressources. Souvenez-vous aussi qu'il ne s'agit pas tant de montrer ces vidéos à votre enfant que d'en parler ensuite avec lui : on apprend bien plus lorsque l'on est actif ! Cela peut aussi être repris dans un jeu, etc.

Par ailleurs, les animaux de compagnie peuvent être un bon moyen d'éduquer au consentement : est-ce qu'on peut tirer la queue du chat ? le prendre dans ses bras dès qu'on en a envie ? le câliner quand il dort ? pourquoi ? etc.

Enfin, éduquer son enfant au consentement, c'est aussi lui apprendre à le respecter, à votre égard ou à l'égard des autres.

- *Mise en situation : mon enfant ne respecte pas mon corps*

Vous avez des invités à table et votre enfant de 3 ans agrippe votre bras et se met à grimper sur vos genoux, sans vous l'avoir demandé. Il se met à genoux face à vous, s'interpose entre votre ami qui vous parle et vous-même, ou encore tripote votre visage alors que vous discutez.

Ici, il est nécessaire d'aider votre enfant, qui a certainement besoin d'attention, à trouver des manières plus respectueuses de votre corps pour exprimer ses besoins ! Il est important, même si c'est délicat en présence d'invités, à la fois de faire comprendre à votre enfant que son comportement n'est pas acceptable pour vous et aussi de l'aider à trouver une autre manière, acceptable, de faire face à la situation. Vous pouvez essayer de comprendre ses besoins et comment trouver un

compromis entre ses besoins ou envies et votre envie de profiter de la visite de vos invités. Peut-être s'ennuie-t-il et a-t-il besoin d'une occupation ? Peut-être a-t-il faim ou sommeil ?

Cela pourrait être : « Écoute, je vois que tu t'ennuies et que tu voudrais mon attention. Mais j'aimerais parler avec mes amis que je ne vois pas souvent et je n'aime pas comme tu me touches (*nommer*). Je ne suis pas d'accord que tu me fasses mal ou que tu me touches comme ça (*recadrer*). Je te propose de venir sur mes genoux pour dessiner. Mais si tu me fais mal ou que tu me gênes en te mettant devant moi, je te reposerai par terre. Tu as compris ? » Voilà typiquement une interaction fondée sur la coopération, où les besoins de l'enfant et de l'adulte sont pris en compte pour proposer une solution acceptable, en se basant sur le *Nommer-Recadrer*.

- *Mise en situation : les comportements sexuels normaux ou pas selon l'âge*

À la maternelle, deux garçons de 4 ans jouent à l'écart dans la cour. Ils ont baissé leurs slips et se montrent leurs sexes. La maîtresse les surprend et leur explique que le sexe, c'est personnel.

Elle informe les parents lorsqu'ils viennent chercher leurs enfants.

Que feriez-vous à la place de ces parents ? Ce comportement vous paraît-il normal ou pas ?

Si vous avez un doute sur le caractère normal d'un comportement sexuel d'un enfant, il existe une grille très bien faite pour vous aider à vous y retrouver¹. Elle tient notamment compte du fait que le comportement soit unique ou répété,

1. « Les comportements sexuels des enfants » sur le site <https://violences-sexuelles.info/>

ou qu'il persiste malgré les explications données sur ce qui est interdit ou autorisé et pourquoi. Dans la mise en situation précédente, à 4 ans, ce comportement est normal, mais il va devenir plus préoccupant s'il se répète malgré les explications fournies par la maîtresse et les parents.

Enfin, le respect du corps de l'autre et de son intimité, c'est aussi apprendre à frapper avant d'entrer dans une chambre, ne pas entrer dans la salle de bains ou les toilettes si quelqu'un s'y trouve, apprendre à fermer les portes de ces pièces lorsque l'on y est, et respecter l'intimité physique et psychologique de l'enfant sous ses différentes formes : on n'ouvre pas le courrier, les mails, on ne fouille pas le téléphone ou la chambre ; on respecte les demandes de pudeur de l'enfant lorsqu'il en exprime et on veille à ce que les autres membres de la famille les respectent aussi. Bien sûr, ce respect va dans les deux sens : on s'attend aussi à ce que l'enfant respecte notre pudeur et frappe avant d'entrer dans notre chambre, dès qu'il est en âge de pouvoir le faire.

Les deux types de toucher : approprié/inapproprié

Dans les programmes d'éducation sexuelle, une troisième idée que l'on communique à l'enfant, c'est qu'il existe deux types de touchers : ceux qui sont appropriés et ceux qui ne le sont pas. On préfère l'expression « approprié ou pas » à « bon ou mauvais » ou encore « agréable ou désagréable » car un toucher sexuel peut générer de la confusion chez l'enfant, en étant physiquement agréable mais émotionnellement ou psychologiquement déplaisant ou dérangeant. Là encore, partir de situations concrètes est plus efficace en termes de prévention que de simplement en parler. Donner des exemples, demander à votre enfant comment l'enfant de

l'histoire pourrait réagir et quelles seraient les conséquences pour lui, aidera votre enfant à expérimenter l'intérêt de parler et de demander de l'aide quand il y a un souci. On peut même jouer la réponse de protection à l'égard de l'enfant avec des marionnettes, des personnages, des poupées...

Pensez à préciser que le toucher inapproprié peut venir d'un inconnu, mais aussi d'une personne connue et même d'une personne que l'enfant aime.

On pourrait donner les exemples suivants :

« Le baby-sitter chatouille Rena, qui a 4 ans. Elle rigole. Puis elle continue de rigoler mais dit "arrête!" en rigolant. Qu'est-ce que tu en penses? Est-ce que c'est un toucher approprié ou pas? Que devrait faire le baby-sitter? » Ici, il faut faire comprendre à l'enfant que si Rena dit arrête, il faut arrêter, même si elle rigole.

« Le voisin a essayé plusieurs fois de te toucher les parties intimes. Est-ce un toucher approprié ou inapproprié? Que fais-tu? »

« Tu es en soirée pyjama et le grand frère de ta copine veut te prendre en photo à la salle de bains, toute nue. Ce n'est pas un toucher, mais est-ce que c'est approprié ou pas? Que fais-tu? »

Il peut être utile d'apprendre à l'enfant des phrases simples, comme « personne n'a le droit ni de toucher ni de regarder mes parties intimes » ou « personne n'a le droit de me montrer ou de me demander de toucher ses parties intimes », et de l'entraîner à les répéter. Ainsi, elles seront beaucoup plus facilement disponibles en cas de besoin, et c'est dissuasif pour l'agresseur(se). Cela peut paraître idiot ou superflu, mais souvenez-vous que les programmes de prévention des

violences sexuelles qui ont fait leurs preuves passent précisément par des temps d'entraînement comme celui-ci. Les programmes qui sont juste « théoriques » sont moins efficaces.

Par ailleurs, le toucher est essentiel au développement de l'enfant : si vous offrez à votre enfant des expériences régulières de toucher affectueux et sécurisant, cela l'aidera à avoir un critère de comparaison avec d'autres touchers. Cela ne signifie pas d'éviter tout contact corporel, au contraire, mais de vérifier si votre enfant a bien envie d'un câlin, s'il aime les bisous ou pas, s'il en a envie ou pas, et de le respecter ; et ce dès le plus jeune âge, sachant qu'au début, votre petit vous manifestera surtout son consentement par son comportement et ses mimiques.

- *Mise en situation : mamie et papy ont envie d'un câlin*

Marina a 7 mois. Elle dort dans sa poussette au parc alors que sa maman veille sur elle. Sa mamie, qui les rejoint, s'exclame « qu'elle est mignonne ! » et prend la petite dans ses bras, ce qui la réveille.

Ou encore : Prisca a 18 mois, elle commence à bien marcher et se dandine à travers le salon. Elle passe devant son papy qui l'attrape pour la prendre dans les bras et lui faire un bisou. Prisca pleure et se débat.

En tant que parent, que feriez-vous ?

Dans ces deux situations, les grands-parents font preuve d'un manque de sensibilité à l'égard de l'enfant et de son consentement. Ils semblent se comporter de façon impulsive, sans vérifier ce que ressent l'enfant et s'il a lui aussi envie d'un câlin. Il s'agit ici de donner l'exemple à l'enfant, en identifiant des situations de toucher non approprié dans la vie quotidienne et en intervenant pour les faire cesser. Comme toujours,

vous pouvez *Nommer-Recadrer* – puis passer à autre chose. Par exemple: «Tu prends Marina dans tes bras alors qu'elle dort, et ça la réveille (*nommer*). Je veux qu'on respecte son sommeil et qu'on vérifie de quoi elle a envie avant de la prendre (*recadrer*)». Ou encore: «Tu attrapes Prisca au passage (*nommer*). Je veux qu'on vérifie avec elle si elle veut être prise dans les bras ou embrassée et pas qu'elle soit prise par surprise (*recadrer*).»

La mise en situation suivante pose cette question dans un contexte plus facile à anticiper: dans ce cas encore, il s'agit d'une personne importante de la famille, que l'on ne veut pas blesser; là encore, comment aider l'enfant à détecter un toucher qui n'est pas approprié et lui apprendre que l'enfant sera défendu et qu'il n'a pas à subir «pour faire plaisir»?

• *Mise en situation: faire un bisou à papy?*

Marie, 4 ans, explique qu'elle n'aime pas faire de bisous. Papy va venir en visite le week-end prochain. Il tient beaucoup à ce qu'on lui fasse des bisous. Comment faire face à cette situation?

Imaginez comment vous y prendre pour faire respecter le refus de votre fille à son papy. Que pourriez-vous dire? Comment pourriez-vous éventuellement être soutenu par l'autre parent, s'il y en a un, ou par la conjointe de papy? Manifestement, papy met une signification particulière aux bisous, «il y tient beaucoup»: qu'est-ce que ça veut dire pour lui, si Marie refuse? Exemples: qu'elle ne l'aime pas, qu'il la dégoûte, qu'elle n'est pas contente de le voir... Comment aider papy à vivre les choses différemment? Comment expliquer à Marie qu'elle n'a pas à faire de bisou, mais qu'on lui demande de dire bonjour, car c'est important d'être poli? Comme toujours: «Marie n'a pas envie de bisou» (*nommer*).

« Je ne veux pas qu'on la force. Elle va te dire bonjour autrement » (*recadrer*).

La dimension relationnelle de la sexualité

Après l'anatomie, le consentement et les deux types de touchers, la dimension relationnelle de la sexualité est la quatrième dimension évoquée dans les programmes d'éducation sexuelle. Dès que l'enfant sera en âge de vous poser des questions sur la sexualité, avant de lui parler des risques (qu'il s'agisse des IST ou des violences sexuelles!), l'idée est de faire comprendre à l'enfant que la sexualité, c'est d'abord de l'amour, de la tendresse et une relation privilégiée entre deux adultes. C'est quelque chose de précieux, d'intime, qui doit être protégé.

Si c'est un adolescent plus âgé et qu'il a déjà une vie sexuelle active, vous pouvez lui parler du site Internet *commentonsaime.fr* (après l'avoir vous-même consulté pour vous en faire une idée : certains sujets sont sensibles et non adaptés aux adolescents plus jeunes).

Nous l'avons vu, les enfants apprennent essentiellement par imitation, plutôt qu'en faisant ce qu'on leur dit de faire. La qualité de votre propre relation de couple, la manière dont vous communiquez avec l'autre parent ou votre conjoint, votre façon de faire face aux conflits et de les résoudre, tout cela est un modèle pour votre enfant. Il peut donc être utile que vous appreniez à mieux communiquer dans votre couple si vous estimez que c'est nécessaire.

En tant que parent, des études ont montré que vous jouez un rôle important dans la manière dont votre ado développe ses comportements de séduction et son engagement sexuel.

Selon la recherche, les facteurs influençant ces comportements sont :

- la manière dont vous donnez *progressivement* de la liberté à votre ado (monitorer plutôt que contrôler) ;
- votre façon de communiquer au sujet des relations amoureuses ;
- le modèle relationnel que vous fournissez, que ce soit dans la relation à votre enfant mais aussi à votre conjoint et à vos proches (avec ou sans violence, avec ou sans domination, avec ou sans contrôle, avec ou sans communication...).

Oui, je sais, ça met la pression ! Mais ne vous en faites pas, vous n'avez pas besoin d'être parfait(e), et souvenez-vous que vous pouvez aussi réparer vos erreurs quand il y en a eu.

INFORMER SON ENFANT SUR LES VIOLENCES SEXUELLES

Nous avons vu que les programmes de prévention des violences sexuelles développaient quatre compétences principales, dont la première reposait sur l'éducation sexuelle (incluant l'anatomie, le consentement, les types de touchers et la dimension relationnelle de la sexualité). La deuxième dimension des programmes de prévention des violences sexuelles porte sur l'information de l'enfant au sujet des violences sexuelles en tant que telles.

Beaucoup de parents craignent de traumatiser leur enfant en lui parlant de violences sexuelles. Il faut effectivement faire attention à la manière d'en parler, à ce que l'on dit et à quel âge on le dit. Pourtant, les programmes d'éducation sexuelle dispensés à l'école ont montré qu'ils n'augmentent ni l'anxiété des enfants, ni celle de leurs parents, ni la peur

du toucher chez l'enfant. Ils peuvent au contraire rassurer en donnant aux enfants et à leurs parents une sensation de contrôle par rapport au danger.

Si vous cherchez à protéger votre enfant des violences sexuelles sans l'informer qu'elles existent, vous vous privez de sa capacité à détecter et à vous rapporter les situations ambiguës, vous réduisez de plus de 50 % votre force de frappe et vous risquez de réagir trop tard !

En revanche, savoir que les violences sexuelles existent, c'est savoir mettre les mots dessus quand elles surviennent. C'est savoir repérer les comportements suspects, parce que l'enfant peut les décoder correctement. C'est aussi savoir éviter les situations à risques. Il est indispensable de sensibiliser avec délicatesse votre enfant à ce que vous aurez appris ici.

La Fondation Marie-Vincent recommande que la prévention de la violence sexuelle soit fondée sur cinq « incontournables » selon l'acronyme PRIVÉ : « Parler de sexualité avec son enfant en abordant les... Relations égalitaires, Indices de violences sexuelles et les habiletés de protection de soi, Vrais mots quant aux parties sexuelles et les notions d'intimité, les Émotions, les pensées et l'estime de soi », différentes thématiques que nous retrouverons au fil de cette partie.

Quand on répond aux questions d'un enfant portant sur la sexualité, l'important est de penser à lui parler d'amour et de tendresse, et de ne pas se focaliser exclusivement sur les risques. La relation amoureuse, dans l'idéal, permet de prendre soin de soi et de l'autre, de s'écouter et de se respecter, de respecter son corps et ses envies : voilà le message essentiel que doit entendre votre enfant !

Si l'enfant vous pose une question par rapport à la sexualité, afin de vous assurer de ne pas le choquer, commencez par lui demander ce qu'il sait, ce qu'il a compris ou entendu : cela vous permettra d'ajuster votre réponse à son stade de développement. Par exemple, un tout-petit peut être intéressé de savoir qu'un bébé est issu de la rencontre d'une graine de maman et d'une graine de papa, mais ne se pose pas encore la question de la façon dont ces deux « graines » se rencontrent.

Savoir parler de sexualité, connaître les bons mots, cela aide l'enfant à se protéger. Les agresseur(se)s sexuel(le)s s'en prennent plus facilement à des enfants ou adolescents mal à l'aise au sujet de la sexualité, ignorants, confus ou honteux.

Vous êtes mal à l'aise pour parler de sexualité avec votre enfant ? Ça se travaille ! Ça vient peut-être en partie de la manière dont on vous en a parlé ou pas dans votre propre enfance ? Parler de cette difficulté et de votre histoire à des proches, à d'autres parents ou à votre conjoint, s'il y a, peut certainement vous aider à prendre du recul et à développer d'autres modèles, d'autres façons de faire. Procurez-vous des livres d'éducation sexuelle ou renseignez-vous sur Internet, les ressources sont nombreuses (voir le carnet de ressources inclus à la fin de ce livre). Essayez autant que possible d'anticiper, c'est-à-dire de réfléchir à tout ceci *avant* que votre enfant n'atteigne l'âge où il commencera à poser des questions, auxquelles vous pourriez être mal préparé(e). Si ces différentes stratégies ne suffisent pas, il peut alors être utile de consulter pour comprendre ce blocage. Et, souvenez-vous, l'éducation sexuelle, c'est bien plus que parler de sexualité : c'est parler anatomie et reproduction, certes, mais aussi parler de consentement et de toucher, et donc parler de relations,

d'égalité des sexes, d'expression de ses émotions, de ses sentiments et de ses envies, du fait de savoir dire non et d'accepter que l'autre dise non, d'exercer l'autoprotection, d'avoir une bonne image de soi...

Le carnet en fin d'ouvrage vous donnera des idées de livres, de vidéos et de ressources Internet qui peuvent vous soutenir dans l'éducation sexuelle de votre enfant, adaptés à son âge. Vous n'êtes pas seul(e)!

LUI APPRENDRE LES RÈGLES DE SÉCURITÉ CORPORELLE

Après l'éducation sexuelle et l'information concernant les violences sexuelles, la troisième compétence utile à développer chez l'enfant est la connaissance et l'application des règles de sécurité corporelle.

Ici, on part du principe que l'agresseur(se) potentiel(le) aura plus de difficulté à générer de la confusion chez votre enfant si vous avez communiqué des règles claires. Par exemple :

- Personne n'a le droit de toucher tes parties intimes sans ton accord.
- Personne n'a le droit de regarder ou prendre en photo/ filmer tes parties intimes.
- Personne n'a le droit de te faire toucher ses parties intimes ou de te les montrer.
- Tu as le droit de toucher et regarder tes parties intimes, seulement quand tu es seul(e).
- Ne garde jamais de secret si quelqu'un te touche ou regarde tes parties intimes, ou te fait le toucher ou regarder ses parties intimes.

- Personne n’a le droit de te montrer des dessins, photos ou vidéos de personnes nues.
- Si cela arrive, va-t’en si possible tout de suite, et parles-en dès que tu peux à un adulte de confiance.

Pour les plus grands :

- Un adulte n’a pas le droit de faire des blagues sexuelles devant toi.
- Un adulte n’a pas le droit de te raconter sa vie sexuelle.
- Un adulte n’a pas le droit de te montrer du matériel pornographique.
- Si cela arrive, si tu peux, dis à l’adulte d’arrêter. Sinon, va-t’en si possible tout de suite, et parles-en dès que tu peux à un adulte de confiance.

FAVORISER LA PAROLE, LUTTER CONTRE LE SECRET

Cette quatrième dimension de protection de l’enfant repose sur le fait que la très grande majorité des agresseur(se)s prépare l’agression avec des petites transgressions des limites qu’un enfant averti peut repérer et vous signaler, surtout s’il a l’habitude que son intimité (physique et psychologique) soit respectée.

Ici, comme toujours, c’est l’entraînement et l’habitude qui sont efficaces. Si votre enfant a l’habitude que vous l’écoutez et que vous vous intéressiez à ce qu’il a vécu dans sa journée, il y a beaucoup plus de chances qu’il vous parle de ce qui le préoccupe ou le dérange.

Une option peut consister à proposer, régulièrement, chaque jour dans la mesure du possible, un temps dédié à se raconter des choses de la journée. Au cours de ces discussions

répétées, l'enfant apprend que sa vie vous intéresse, que vous l'écoutez et qu'il peut compter sur vous pour le soutenir quand il exprime des difficultés. Prenez l'habitude de ne pas minimiser ses tracas et ses émotions difficiles : quelque chose qui peut sembler insignifiant pour vous peut être très important pour lui. Écoutez-le, acceptez ses émotions, puis voyez s'il a besoin d'aide pour résoudre ses difficultés (ne lui proposez pas systématiquement des solutions à ses problèmes, laissez-le développer sa capacité à en trouver par lui-même). Votre enfant est l'une des personnes les plus importantes de votre vie ? Son bien-être actuel et futur est une priorité pour vous ? Il ne faut pas qu'il en doute ! Montrez-lui, régulièrement, qu'il compte pour vous et que vous êtes là pour lui.



**C'est l'histoire... d'Alice,
victime de violences sexuelles par son prof de français**

Alice, 13 ans, se sent mal dans sa peau et traverse une période très difficile car sa sœur a des problèmes graves de santé depuis un an, qui l'amènent à être régulièrement hospitalisée. Alice se sent seule et n'a pas d'amie proche à qui parler car ses parents sont très préoccupés par l'état de santé de sa sœur. Sa seule soupape, c'est d'écrire des poèmes.

Un jour, à la fin du cours de français, son prof vient la voir car il la trouve triste, il lui demande ce qui se passe. Alice s'épanche, et comme son prof l'écoute, elle lui montre ses poèmes, qu'elle n'a pourtant jamais montrés à personne. Son prof la complimente, dit que ses poèmes sont très émouvants et qu'elle est manifestement très douée (les compliments, vous vous souvenez comme ça endort le sens critique dans l'emprise ?). Il lui donne son numéro de téléphone portable et prend celui d'Alice, en lui disant qu'elle peut l'appeler si elle veut parler, de jour comme de nuit (non-respect des limites). Le week-end suivant,

la sœur d'Alice est réhospitalisée et Alice va mal : elle appelle son prof pour lui parler. Il l'écoute, fait preuve de sollicitude et à nouveau la complimente : « Tu dégages quelque chose de spécial, de magique, tu as beaucoup de talent, j'ai hâte de te voir en cours lundi. » Le lundi, il offre à Alice un livre de poèmes en lui demandant que ce soit un secret (à nouveau non-respect des limites en tant que prof, un cadeau qui vise sans doute à rendre Alice dépendante, et à endormir son sens critique). À la sortie du collège, il croise Alice seule et lui propose de faire le chemin avec elle. Il lui déclare son « amour », disant qu'il n'a jamais ressenti ça pour personne, et lui récite un poème (l'enquête montrera qu'il a procédé ainsi avec au moins cinq victimes). Quelques semaines plus tard, après de multiples rapprochements et non-respects des limites, il l'invite chez lui après les cours. Malgré l'heure tardive du retour de sa fille, le père d'Alice ne lui pose aucune question. La semaine suivante, à nouveau invitée chez son prof, Alice subit de la part de ce dernier des attouchements. Là encore, il dit à Alice que c'est un secret, qu'il ne faut pas que ça se sache. Après plus de six mois, une des copines d'Alice la surprend en train d'entrer chez le prof de français en sa compagnie. C'est cette copine qui en parlera aux parents, qui découvriront ainsi les faits.

La procédure judiciaire est en cours. Ce prof de français a de toute évidence un profil « pseudo-amoureux », c'est-à-dire qu'il tente de se faire croire et de faire croire à la victime qu'il s'agit d'une relation amoureuse pour ne pas voir les violences sexuelles, l'emprise et la manipulation. Dans cette situation dramatique, on voit comment les circonstances familiales difficiles d'Alice ont précipité une occasion de rapprochement de la part de l'agresseur et ont empêché les parents de voir les signes avant-coureurs : trop occupés à résoudre les problèmes de santé de la sœur, les parents n'étaient pas disponibles pour leur fille. Alice dit d'ailleurs qu'elle ne voulait pas parler de sa souffrance à ses parents car elle ne voulait pas « leur en rajouter ». Elle décrit aussi qu'elle se sentait délaissée et blessée que ses parents ne s'aperçoivent pas à quel point elle allait mal.

Parfois, comme dans le cas d'Alice, les épreuves de la vie nous rendent moins disponibles pour nos enfants. Malheureusement, il arrive que des agresseur(se)s tentent d'en tirer parti. Dans ces circonstances, on ne peut pas toujours être aussi disponible qu'on le souhaiterait pour son enfant. Cela peut aider de le lui dire, tout simplement. Et, peut-être, autant que possible, d'avoir en tête que cela peut constituer une situation à risque pour lui et de voir s'il y a des manières d'être plus disponible ou que quelqu'un de fiable prenne la relève.

Beaucoup de relations abusives commencent ou se consolident par la mise en place d'un secret : ça permet à l'agresseur(se) de tester si l'enfant se soumet ou s'il parle. S'il garde ce premier secret apparemment anodin, ça donne un feu vert à l'agresseur(se) qui peut avancer un peu plus vers l'agression. Il demandera alors à l'enfant de garder aussi le secret sur les violences sexuelles. C'est ce qui s'est passé dans le cas d'Alice, lorsque son prof lui a offert un livre en cadeau, en lui demandant de garder le secret.

La plupart des programmes de prévention des violences sexuelles recommandent aux parents d'instaurer une règle claire : « Pas de secret dans la famille ». Cela permet à l'enfant de réagir clairement le jour où quelqu'un lui demande de garder un secret. Un secret, c'est suspect !

Il s'agit d'apprendre à l'enfant qu'il ne doit pas garder de secret, surtout si ce secret concerne son corps ou celui d'une autre personne. Pour cela, il faut bien sûr ne jamais demander à l'enfant de garder un secret, que cette règle familiale soit respectée. Dans la vie quotidienne, il peut être utile d'employer le terme de « surprise » quand on prépare un cadeau, une fête pour quelqu'un, et de garder plutôt le

terme de « secret » pour quelque chose qui pèse, qui est douloureux. La surprise, c'est temporaire et joyeux ; le secret demande à être gardé pour toujours, il est lourd. Il est donc important que l'enfant apprenne à ne pas rester seul(e) avec un secret.

L'avantage de cette règle est qu'elle protège votre enfant par rapport à plein de situations, pas juste les violences sexuelles : le racket, les violences physiques, le harcèlement, etc. Dans le cas d'Alice, une telle règle l'aurait peut-être aidée à détecter les mauvaises intentions de son prof ou à en parler à un proche.

SAVOIR DIRE NON

Savoir dire non, c'est la cinquième compétence essentielle de l'enfant pour se protéger, notamment des violences sexuelles.

On l'a vu, l'enfant apprend surtout par imitation : si on veut qu'il apprenne à dire non, à s'affirmer, il a besoin de voir des adultes le faire et d'avoir des occasions de pratiquer. En tant que personne avec laquelle votre enfant est en sécurité, vous êtes la meilleure personne avec laquelle il peut s'entraîner. L'enfant a besoin de faire l'expérience qu'il peut vous dire non, dire quand quelque chose ne lui convient pas ou quand vous le touchez d'une manière qui est désagréable pour lui.

Vers 2 ans, l'enfant traverse souvent une phase d'opposition où il dit non très souvent. C'est une phase essentielle pour apprendre l'affirmation de soi, et aussi pour apprendre peu à peu à négocier plutôt qu'à s'imposer aux autres. Il ne s'agit donc pas de céder à l'enfant, mais de valider le fait qu'il a le droit d'être en désaccord, pour ensuite négocier, si

c'est possible (on ne négocie jamais sur les enjeux de sécurité, comme donner la main pour traverser la route par exemple)¹.

Un autre contexte dans lequel votre enfant va apprendre à s'affirmer, c'est la relation avec les autres enfants, et notamment ceux de sa fratrie ou ses cousins s'il en a. Aider votre enfant à résoudre ses conflits avec ses pairs peut considérablement l'équiper à se défendre du harcèlement. Là encore, un enfant qui n'est pas laissé à lui-même dans ses conflits avec les autres et auquel on apprend progressivement à résoudre ses disputes (sans les résoudre à sa place) sera moins vulnérable, à l'école par exemple.

À l'adolescence, la qualité de la communication parent-ado est encore plus importante, car l'ado est plus à risque d'être exposé à des violences, notamment sexuelles. Selon la recherche, la qualité de la relation, la sensibilité des parents à leur ado et le sentiment d'une « connexion » entre eux favorisent le fait que l'ado tienne ses parents informés rapidement de ce qui le préoccupe et évite des comportements qui pourraient les affecter.

Il faut savoir que l'enfant qui parle à un adulte de quelque chose qui le préoccupe, surtout s'il craint la réaction de l'adulte ou qu'il se sent coupable, va procéder par étapes et parler indirectement du problème, plutôt que tout raconter en une fois. Il peut poser une question générale, évoquer une histoire qui serait « arrivée à un ami » ou aborder la question qui le tracasse de façon indirecte. C'est seulement si l'adulte est à l'écoute qu'il saura relancer et favoriser la parole de l'enfant.

1. Pour en savoir plus sur le développement de la capacité à dire non au cours de la vie, et y travailler avec des exercices pratiques, voir mon ouvrage *La puissance réparatrice de votre cerveau* (Dunod, 2021).

Les agresseurs sexuels sur mineurs que j'ai suivis en thérapie m'ont décrit qu'ils savaient repérer les enfants qui n'ont pas l'habitude de s'exprimer et d'être écoutés, et qu'ils avaient évité de s'en prendre à des enfants « grande gueule », avec une bonne capacité d'affirmation de soi et dont ils sentaient la capacité à dire non et à dévoiler les faits rapidement, le cas échéant. À l'inverse, ces agresseurs profitaient, pour passer à l'acte, de moments où l'enfant ou l'ado était vulnérable : il/elle se sentait seul(e), triste, abandonné(e), incompris(e) de ses parents, c'était un(e) enfant placé(e) ou dont les parents étaient débordés par leurs propres problèmes ou difficultés (de santé, professionnelles, familiales...). Cette vulnérabilité et le manque de dialogue de l'enfant avec un adulte disponible permettaient de mettre en place une relation privilégiée de l'agresseur(se) avec l'enfant ou l'ado en question.



L'importance d'oser poser des questions

Gisèle a 17 ans quand elle est victime de viol de la part d'un « ami » qui ne supportait pas qu'elle refuse ses avances sexuelles. Il y a eu des signes précurseurs dont elle n'a parlé à personne : à deux reprises, cet « ami » l'avait menacée et même frappée parce qu'elle refusait ses avances. Gisèle n'avait personne à qui parler, elle venait de changer de lycée à la suite d'un déménagement et elle ne vivait qu'avec sa mère qui était dépassée par l'installation dans le nouveau logement et par sa recherche d'emploi. Après ces épisodes précurseurs, Gisèle s'est renfermée, craignant de croiser cet homme dans son quartier et évitant de sortir seule. Sa mère, qui pourtant devait l'accompagner au lycée car elle ne parvenait plus à y aller seule, ne lui a posé aucune question. Si la relation avait été meilleure avec elle, si la communication avait été de meilleure qualité, si sa mère lui avait demandé pourquoi ou de quoi elle avait peur, le pire aurait peut-être pu être évité.

Si vous remarquez un changement de comportement ou d'humeur chez votre enfant, des peurs nouvelles ou une modification dans son rapport à son propre corps, faites-lui preuve de votre intérêt et de votre préoccupation : si possible, demandez-lui ce qui se passe pour lui, comment il comprend ces changements, comment vous pouvez l'aider...



**C'est l'histoire de... Carla
à qui on a reproché sa pudeur**

Carla a 33 ans et me consulte car elle a été victime de violences sexuelles de la part de son premier partenaire, Marc, lorsqu'elle avait 16-17 ans. Elle me raconte qu'elle a été élevée dans une famille où on pratiquait le naturisme. Le souci, c'est qu'à l'adolescence, ça a commencé à la déranger, et que, dans sa famille, on n'a pas écouté ses protestations (dimension incestuelle). Depuis ses 8 ans, elle partait chaque été avec sa mère et son beau-père en camp naturiste où elle côtoyait toute la journée sa famille et les amis de ses parents nus, tout en subissant leurs remarques, à partir de l'adolescence, parce qu'elle restait en maillot de bain. Carla me raconte : « C'est comme si je devais subir, je n'avais pas mon mot à dire. Comme si mes sentiments, ma pudeur n'avaient pas d'importance. Alors quand Marc a commencé à m'imposer des actes sexuels que je ne voulais pas, c'est comme si je n'avais pas non plus mon mot à dire. Comme si c'était normal qu'on impose des choses sexuelles à mon corps. Je pense que c'est pour ça que j'ai mis si longtemps à comprendre que j'avais été victime de violences sexuelles de la part de Marc et à pouvoir en parler. »

Carla a grandi dans un environnement incestuel, peu respectueux de son consentement, peu sensible à ce qu'elle pouvait ressentir ou n'en tenant pas compte. Elle pense avoir été conditionnée à se comporter comme si son avis ne comptait pas, comme si son corps ne méritait pas d'être respecté, et que ça

l'a rendue vulnérable aux violences sexuelles. À l'inverse, un enfant qui a l'habitude que l'on vérifie ce qu'il ressent, que l'on respecte sa pudeur, qu'on l'incite à dire non et à s'affirmer en tenant compte de ce qu'il exprime a bien plus de chances de réagir de façon auto-protectrice dans les situations relationnelles abusives.

La lecture de cette partie vous inquiète au sujet de votre enfant ou ado ? Vous le trouvez timide, peu affirmé ? Il n'est jamais trop tard ! Souvenez-vous que vous êtes un modèle pour lui, et que c'est aussi grâce à sa relation avec vous qu'il apprend et grandit.

En complément, ou si vous n'avez pas de difficulté particulière à dire non, différentes démarches peuvent aider votre enfant ou ado à progresser : pratiquer un art martial ou prendre des cours de self-défense, faire du théâtre, et/ou consulter un psy, par exemple.

Enfin, la sécurité de l'enfant va être accrue s'il sait qu'il y a des services vers lesquels il peut se tourner en cas de difficultés : le 119 bien sûr, mais aussi de multiples services de permanence téléphonique ou Internet, destinés aux jeunes, aux personnes seules ou en souffrance, ou encore aux victimes : consultez le carnet de ressources à la fin de l'ouvrage pour en prendre connaissance. Il peut donc être utile de lui en parler, afin qu'il puisse y recourir si par malchance vous n'étiez temporairement pas disponible, ou encore afin qu'il puisse donner l'info à un(e) ami(e) en difficulté.



Conseil de lecture pour aller plus loin

Si vous avez trouvé difficiles les mises en situation parce que vous affirmer ou dire non est compliqué pour vous, il est important que vous progressiez sur ce point. Souvenez-vous que vous êtes un modèle pour votre enfant, et que, pour apprendre à dire non et à s'affirmer, il a besoin de s'inspirer de votre manière de vous y prendre. Bonne nouvelle, il s'agit d'une compétence qui s'acquiert ! Vous pouvez contacter un thérapeute en Thérapie Comportementale et Cognitive (TCC) afin de participer à un groupe d'affirmation de soi, par exemple. Une lecture utile peut être l'ouvrage de Thomas d'Ansembourg, *Cessez d'être gentil, soyez vrai ! Être avec les autres en restant soi-même* (Les Éditions de l'Homme, 2001).

5

Protéger activement son enfant

S'ENTRAÎNER À NOMMER ET RECADRER

Nous l'avons déjà vu à plusieurs reprises dans les mises en situation des chapitres précédents : vous êtes un modèle pour votre enfant, qui vous imite. Le fait que vous le protégiez est la meilleure façon de lui apprendre à se protéger. Le fait que vous l'écoutez est la meilleure façon de lui apprendre à s'écouter.

Nous avons vu une méthode simple pour protéger votre enfant : *nommer* ce qui ne vous convient pas ; *recadrer* (repréciser quelle est la limite) – et c'est tout (on passe à autre chose pour éviter toute justification ou argumentation sans fin, et ne pas dramatiser ou en faire toute une histoire). Bien sûr, cette approche ne sera pas suffisante si le non-respect des limites est si grave qu'il transgresse la loi : il faut alors signaler les faits aux autorités.

Lorsque vous vous comportez comme un protecteur actif de votre enfant, vous montrez à tout le monde que cet enfant est protégé, que vous êtes vigilant(e) et qu'un(e) agresseur(se) ne s'en tirera pas à bon compte avec vous. En plus de montrer à l'enfant comment se défendre, c'est dissuasif. Évidemment, c'est encore mieux si vous vous comportez de cette manière à l'égard de tous les enfants de votre entourage.

Maintenant que vous connaissez bien la stratégie *Nommer-Recadrer*, nous allons nous entraîner.

- *Mise en situation : un ami fait une remarque déplacée*

Votre fille de 8 ans vous raconte que l'un de vos amis, ayant vu sa culotte sous sa robe, lui a fait la réflexion : « Elle est très jolie ta culotte ! » Elle dit que ça l'a mise mal à l'aise.

Que pourriez-vous dire à cet ami ? À votre fille ? Comment communiquer à cet ami que vous êtes au courant (effet dissuasif : votre enfant a parlé) et que ce comportement vous questionne et ne vous convient pas ? Imaginez-vous en situation et formulez à voix haute ce que vous diriez. Prenez le temps d'effectuer cet exercice même s'il vous semble ridicule ou inutile. Ce genre de situation est difficile et le fait de formuler des phrases à voix haute vous entraîne de façon beaucoup plus concrète que de « juste » y réfléchir.

« Tu as fait une remarque sur la culotte de ma fille » (*nommer*) et « Je ne veux pas que tu fasses de commentaires sur la culotte de ma fille » (*recadrer*), et passer à autre chose.

Mettez-vous dans la peau de cet « ami » qui a fait un commentaire inapproprié. Peut-être me trouvez-vous sévère de penser que c'est inapproprié ? car ça pourrait être une remarque anodine, maladroite ? que cet ami n'est pas forcément mal intentionné ? Vous avez peut-être raison !

Mais souvenez-vous : nous ne prendrons aucun risque, et ce commentaire a mis votre fille mal à l'aise. Il mérite donc d'être abordé avec votre ami, même si vous êtes convaincu(e) que celui-ci n'était pas mal intentionné. Écoutez et respectez le vécu de votre enfant qui vous signale son malaise. Donnez-lui autant que possible l'habitude d'être entendu et défendu dans ses émotions et ses besoins.

- *Mise en situation : un adulte parle à votre enfant en salle d'attente*

Dans la salle d'attente chez le médecin, un monsieur s'attendrit devant votre fils de 3 ans. Il commence petit à petit à jouer avec lui puis à lui montrer une vidéo qu'il regarde sur son téléphone. Vous ne voyez pas de quoi il s'agit, mais on dirait une bagarre ou une scène de violence.

À vous de jouer : ça donnerait quoi ?

Par exemple : « Vous montrez votre téléphone à mon enfant » (*nommer*). « Je ne veux pas que mon enfant regarde des choses que je n'ai pas vues » (*recadrer*).

Une dernière mise en situation ?

- *Mise en situation : une mamie de votre immeuble*

Vous croisez dans la rue une gentille mamie de votre immeuble et vous discutez. Elle s'exclame, dit à quel point votre fille (5 ans) est mignonne, lui passe la main dans les cheveux et lui fait un bisou. Manifestement, votre fille, qui la connaît peu et est intimidée, n'apprécie pas.

Allez, on nomme, et on recadre : vous diriez quoi ?

« Vous avez embrassé ma fille » (*nommer*). « Je ne veux pas qu'on l'embrasse sans vérifier si elle est d'accord » (*recadrer*).

Ces différentes situations pourraient vous amener à penser qu'il faudrait réagir à tout, tout le temps, et ne rien laisser passer. Ce n'est heureusement pas si extrême! Il ne s'agit ici que de situations visant à vous entraîner à réagir à des situations variées. En réalité, réagir régulièrement, surtout dans les cas de non-respect des limites les plus marqués, est l'essentiel : pas besoin d'être constamment sur la défensive ou de réagir au quart de tour!

SÉCURISER L'ENVIRONNEMENT DE SON ENFANT :

SENSIBILISER L'ENTOURAGE

Vous l'aurez compris à la lecture de cet ouvrage, protéger son enfant des violences sexuelles implique aussi de protéger tous les enfants, de s'engager pour faire changer les choses, auprès de ses proches, des personnes qui sont directement en contact avec votre enfant, mais aussi de sensibiliser pour contribuer à rendre la société plus sûre, d'une manière générale.

Les enfants ne votent pas, beaucoup de victimes se taisent ou gardent leurs révélations privées. Il est donc nécessaire que nous soyons tous solidaires dans la prévention des violences sexuelles sur mineurs, afin de représenter et soutenir les enfants et les victimes. Cela demande du temps, de l'énergie, et surtout du courage.

Mais je suis sûre que vous êtes prêt(e) à faire ça pour votre enfant.

Communiquer ses règles et ses limites aux personnes côtoyant l'enfant

La sécurité de votre enfant est précieuse : vous êtes légitime à communiquer aux adultes qui l'entourent ce que vous

souhaitez qu'ils respectent comme règles à l'égard de votre enfant, en particulier à l'égard de son corps et de son intimité. Si tonton Gégé fait des blagues graveleuses à la fin d'un repas dominical un peu arrosé, cela vaut la peine d'intervenir (*Nommer-Recadrer*), et d'en reparler avec tout le monde à tête reposée (sans alcool), afin que la situation ne se reproduise pas. De même, si mamie Bernadette fait, devant toute la famille, des remarques à votre fille sur ses seins qui commencent à se développer, etc.

Pensez à préciser aux personnes chargées de s'occuper de votre enfant quelles sont les règles à respecter, notamment en ce qui concerne le toucher. Expliquez que votre enfant est sensibilisé aux violences sexuelles et qu'il s'attendra à ce qu'on lui demande son consentement pour être touché, et que les zones du maillot de bain sont interdites au toucher. Précisez les règles d'utilisation d'Internet ou de prise de vue, etc.

Parler au sujet des violences sexuelles

D'une façon générale, il est utile de parler des violences sexuelles et du risque qu'elles représentent. Il est aussi important de communiquer différemment pour faire changer les mentalités. Par exemple, éviter de stigmatiser les victimes en cherchant «ce qu'elles ont fait qui a pu provoquer l'agression», «pourquoi elle n'a pas dit non», «comment était-elle habillée», «pourquoi il n'en a pas parlé plus tôt». C'est toujours l'agresseur(se) le coupable. De même, il vaut mieux bannir de son vocabulaire des expressions comme «elle s'est fait violer/agresser», «je la soupçonne d'avoir été victime de viol» ou «il a avoué avoir été violé», expressions qui impliquent que c'est la victime qui a fait quelque chose et qu'elle est coupable. Ces expressions, courantes dans la vie

quotidienne et les médias, entretiennent la culture du viol. Vous pouvez aussi sensibiliser votre entourage avec tact à ces questions. C'est **toujours** l'agresseur(se) le coupable (oui, je sais, je l'ai déjà dit, mais on ne le répète jamais assez).

Partager ses réflexions avec d'autres adultes

Tous ces sujets sont stressants, on l'a vu. Beaucoup de questions et de situations peuvent être délicates à aborder : qui, dans votre entourage, peut vous y aider ? Nous, les humains, ne sommes pas faits pour élever un enfant seul(e) ou même juste à deux ! Avec qui pouvez-vous, ponctuellement ou régulièrement, discuter de ces sujets ? L'autre parent de votre enfant, s'il y a ? Votre conjoint ? Des amis ? Vos parents ou beaux-parents ? D'autres parents de votre entourage ? Des professionnels, comme un pédiatre ou un autre médecin ? Un psy ? Un accompagnant à la parentalité ? Plus vous êtes soutenu(e) dans votre parentalité, et en particulier dans la prévention des violences sexuelles, plus vous serez préparé(e) et disponible pour répondre aux questions ou problèmes éventuels de votre enfant.

Partager sa réflexion, ses difficultés et questionnements sur le sujet avec d'autres adultes et notamment d'autres parents contribue à sensibiliser et à faire avancer notre société sur la question. Cela peut aussi se faire via des groupes de parents, sur les réseaux sociaux, ou encore au sein d'une association de parents d'élèves, de parents d'enfants porteurs d'un handicap...

Sensibiliser les organismes qui accueillent l'enfant

N'hésitez pas à être exigeant, tout en restant bienveillant et constructif. Demandez-leur comment ils recrutent et

forment leur personnel (incluant les éventuels bénévoles) sur le sujet des violences sexuelles, si les casiers judiciaires sont vérifiés et avec quelle régularité, etc. Parlez-leur de l'importance d'aménager les lieux de manière à éviter les zones où un enfant pourrait être isolé sans être vu, d'adopter des mesures de sécurité visant à éviter les situations d'adulte seul(e) avec un enfant. Qui est autorisé à entrer dans les locaux? Quelles sont les conduites à tenir en cas de suspicion ou de révélation de violences, notamment sexuelles? Y a-t-il un code de conduite clairement rédigé sur ces questions?

S'engager, militer

Le moyen le plus efficace pour lutter contre les violences sexuelles, ce n'est pas d'organiser uniquement la protection de votre enfant, c'est de ne tolérer aucune violence sexuelle, d'être solidaire de toutes les victimes, de les entendre, de les croire, de les protéger et de lutter ainsi contre le déni et l'impunité dont bénéficie la majorité des agresseur(se)s. C'est aussi soutenir l'éducation sexuelle et lutter contre les violences sexistes. C'est enfin lutter contre toute forme de violence faite aux enfants, qu'elle soit physique, émotionnelle ou dite « éducative ». Pour cela, de nombreuses associations ont besoin d'aide, que ce soit sous forme de temps, de signature et diffusion de pétitions ou de soutien financier. Si vous souhaitez vous engager, pensez à elles! Un certain nombre d'entre elles figurent dans le carnet de ressources en fin de livre, mais il en existe bien d'autres, notamment au niveau local.

Vous pouvez aussi sensibiliser en communiquant la réalité des chiffres. La fiche statistique à la fin de ce livre regroupe des informations utiles citées dans l'ouvrage, elle vous aidera

à partager facilement des chiffres parlants. D'une manière générale, il est utile de diffuser des chiffres, informations, documents, ressources sur les violences sexuelles sur enfants auprès des personnes de votre entourage, en particulier celles qui s'occupent d'enfants, et auprès des personnes engagées en politique ou dans le milieu associatif¹.

Lutter contre les rapports de domination

Vous aurez aussi certainement compris comment les violences sexuelles, en particulier à l'égard des enfants, ne sont pas tant une question de sexualité qu'une question de domination : une personne attirée sexuellement par les enfants mais n'ayant pas d'enjeux à exercer de la domination ne passera vraisemblablement jamais à l'acte ; et, inversement, bien des agresseur(se)s sexuel(le)s sur enfants n'ont pas d'attirance sexuelle pour les enfants mais un fort besoin de dominer et de contraindre. Il n'est donc pas possible de prévenir la violence sexuelle sur les enfants sans agir sur la réduction des rapports de domination d'une façon plus large dans notre société, en particulier à l'égard des femmes, mais pas seulement. Cela signifie lutter contre le harcèlement, contre les relations abusives dans les familles, au travail, à l'école, dans les loisirs, à l'église, en politique... pour favoriser la culture du consentement dans tous les domaines, à commencer par celui de l'éducation. Cela signifie aussi sensibiliser votre enfant et ado à la culture dans laquelle il baigne et commenter les situations où il pourrait être exposé à des stéréotypes de genre (comme dans certains films, jeux vidéo, dessins

1. Une très bonne synthèse des questions clés concernant les violences sexuelles en général est proposée dans l'ouvrage de la Dre Muriel Salmona, *Violences sexuelles. Les 40 questions-réponses incontournables* (Dunod, 2015).

animés, mangas, BD, publicités, clips musicaux, etc.). Car la meilleure prévention n'est pas celle de la récurrence, mais celle du premier passage à l'acte !

Agir, sensibiliser, c'est aussi se remettre en question : remettre en question les valeurs et les modes relationnels dans lesquels nous avons été éduqués, et qui ont changé ; questionner notre rapport au genre, aux différences sexuelles et à la communauté LGBTQ+ ; questionner notre rapport aux enfants et à leur consentement dans la vie quotidienne : chez le médecin, au restaurant... Cela ne signifie évidemment pas tout leur permettre, ce qui serait délétère, ou leur laisser tout décider, car ils n'en ont pas la maturité, mais consulter leur avis, respecter leur refus lorsque c'est possible, en particulier si cela concerne leur corps, et leur expliquer simplement notre décision (sans pour autant y passer des heures) lorsque nous passons outre un refus de leur part dans une situation où il est impossible de faire autrement (généralement une situation d'urgence ou un enjeu de santé majeur).

6

Comment réagir dans les situations difficiles ?

Parler des violences sexuelles, c'est prendre le risque qu'on nous confie des informations délicates. Nous allons passer brièvement en revue cinq situations difficiles et les grandes lignes de conduite à tenir. Chacune d'entre elles pourrait faire l'objet d'un ouvrage à part entière, aussi ai-je pris le parti de n'indiquer que quelques pistes et d'orienter vers les organismes concernés pour aller plus loin.

D'une manière générale, dans les situations qui suivent, la règle absolue, c'est de **ne jamais rester seul(e)**. La règle n° 2, c'est de **s'entourer des bonnes personnes** !

UN ENFANT OU UN ADOLESCENT DE MON ENTOURAGE A PEUT-ÊTRE ÉTÉ VICTIME

Dans les cas de révélation par l'enfant ou de découverte par un tiers, les faits doivent être rapidement rapportés aux autorités¹.

Avant tout, respirez, tentez de reprendre contrôle sur le stress que la situation génère. La gestion du stress sera votre meilleure alliée pour faire face, prendre les meilleures décisions possibles et ne pas ajouter du stress à l'enfant concerné(e).

Ensuite, ne restez pas seul(e). Cette situation est probablement très difficile, elle le serait pour tout parent, c'est normal d'être stressé, perturbé, paniqué, de ne pas savoir quoi faire. Rassurez-vous, avec de l'aide, vous pourrez faire face.

Contactez rapidement la police ou la gendarmerie, surtout si les faits sont récents. Contactez aussi une structure d'aide qui vous renseignera et vous guidera dans la conduite à tenir. Par exemple, une structure d'aide aux victimes comme le 119 ou France Victimes (voir le carnet de ressources en fin d'ouvrage).

S'il y a des traces physiques de la violence sexuelle, faites-les rapidement examiner et constater par un médecin sans que l'enfant se lave avant (un examen sera fait dans le cadre de la procédure si vous portez plainte). Faites-vous aider par des personnes qualifiées dans ce domaine (numéros ou permanences Internet spécialisés, police ou gendarmerie, association spécialisée...), vous ne pouvez pas et ne devriez pas traverser cela seul(e).

1. En cas d'urgence ou de flagrance et de danger immédiat, appelez le 17 ou le 112 depuis un portable. Si la victime est blessée ou en état de choc : faites le 15 ou le 18.

Si votre enfant révèle avoir subi des violences sexuelles, encouragez-le à vous en dire plus : félicitez-le pour son courage de vous en parler, dites-lui que vous le croyez, que vous allez le protéger, que vous êtes prêt à l'écouter et qu'il peut vous dire tout ce qu'il veut. Ne posez pas de questions fermées et ne demandez pas de détails précis, privilégiez les questions ouvertes comme « que s'est-il passé ensuite ? ».

Évitez à tout prix : « Pourquoi tu ne m'en as pas parlé plus tôt ? Tu es sûr de ce que tu racontes ? » Enfin, rassurez votre enfant quant au fait que vous allez chercher de l'aide et que vous allez le protéger (même si vous pouvez aussi lui dire honnêtement que vous ne savez pas encore exactement comment ça va se passer).

Si jamais un adulte de votre entourage vous révèle avoir subi des violences sexuelles dans son passé, la qualité de l'écoute doit être la même, ainsi que les phrases à éviter. L'ouvrage de Swan N'Guyen, *Aider une victime de viol ou d'inceste. Les conseils d'une écoutante*, peut vous être d'un grand secours.



Idée reçue n° 10 : « Un enfant qui dévoile des violences sexuelles ment souvent. »

FAUX ! Les enfants mentent très rarement quand ils dévoilent de tels faits ! L'agresseur(se), en revanche, nie le plus souvent les faits.

À retenir en cas de révélation de violences sexuelles :
accueillez les propos, écoutez l'enfant, demandez-lui ce qui s'est passé ensuite, dites-lui que vous allez chercher de l'aide

et le protéger, et qu'il a bien fait de vous en parler, que vous le croyez. Ne doutez pas de ses propos et évitez de poser des questions trop précises.

QUELS SIGNES DOIVENT M'INTERROGER ?

QUAND DOIS-JE M'INQUIÉTER ?

Les symptômes d'un enfant ou d'un ado victime de violence sexuelle ne sont pas spécifiques : ils peuvent aussi bien être le signe d'une autre difficulté dans sa vie. Dans tous les cas, si des symptômes apparaissent ou s'aggravent, il est utile d'en parler avec votre enfant ou ado et, pour les plus jeunes, avec les personnes qui s'occupent de lui pour comprendre d'où viennent ces changements. Il peut s'agir notamment :

- de difficultés de sommeil ;
- de modification de l'appétit ;
- de régression, chez les plus petits (énurésie, encoprésie...) ;
- de troubles du comportement ;
- d'apparition ou d'aggravation d'une addiction (même « juste » au tabac, au travail scolaire ou aux écrans) ou d'un comportement compulsif (lavages compulsifs par exemple) ;
- d'anxiété, d'attaques de panique, d'évitement de certaines personnes ou de certaines situations ;
- d'humeur triste, de fatigue, de manque d'envie, de repli ;
- d'excitation, de manque de sommeil, d'agitation ;
- d'agressivité, de colère, d'irritabilité ;
- de changement brutal dans la personnalité ;

- d'une rupture de la communication avec ses parents ou ses proches...

Les comportements sexuels compulsifs doivent particulièrement questionner, surtout s'ils sont d'apparition soudaine. Ils peuvent aussi s'exprimer dans les jeux, les rêves ou cauchemars et les dessins. Pour un repérage, selon l'âge, de ce qu'est un comportement sexuel normal, modérément préoccupant et inquiétant chez l'enfant, vous pouvez vous reporter au document *Les comportements sexuels des enfants* accessible gratuitement sur le site <https://violences-sexuelles.info/>.

Soyez à l'écoute de votre enfant. Demandez-lui ce qu'il vit actuellement, ce qui est difficile, si quelqu'un lui a fait du mal ou lui en fait encore.

Si vous avez des doutes, appuyez-vous sur l'aide d'un professionnel spécialisé ou appelez le 119.

Évitez de chercher à obtenir des preuves ou de pousser l'enfant ou l'ado à raconter ce qui s'est passé s'il ne le souhaite pas, ne le martelez pas de questions. L'enquête doit être faite par un professionnel (police ou gendarmerie), ainsi que les entretiens avec la victime. En étant stressé, émotionnellement bouleversé et en répétant des questions, vous risquez de rendre le témoignage de votre enfant ou ado moins fiable.

Si vous avez observé des comportements de transgression de limites (même si ça ne va pas jusqu'à de la violence sexuelle caractérisée) de la part d'un adulte ou d'un ado et qu'ils persistent malgré votre intervention, il peut être temps d'en référer à une autorité (là encore, le 119 ou toute autre instance de protection de l'enfance). Souvenez-vous: vous n'êtes pas là pour fournir des preuves ou mener l'enquête.

Solliciter l'intervention d'une autorité consiste à demander une intervention de services spécialisés face à une situation qui vous semble inquiétante.

MON ENFANT OU MON ADO A AGRESSÉ SEXUELLEMENT UN AUTRE ENFANT

Votre enfant et vous avez besoin d'aide. Ne minimisez pas le problème, ne pensez pas que vous allez pouvoir vous en sortir seul(e).

Commettre une violence sexuelle est, chez l'enfant ou l'ado, un signe de détresse et de malaise, parfois un signe de souffrance psychologique profonde. Pour aider votre enfant à s'en sortir, il faut que les faits soient signalés à la protection de l'enfance afin que votre enfant puisse en mesurer la gravité et que votre famille puisse recevoir le soutien dont vous avez besoin dans cette situation difficile. Celle-ci doit être évaluée et prise en charge par des spécialistes. J'ai bien conscience que tout ceci peut faire peur, mais souvenez-vous qu'il s'agit d'une aide que vous allez recevoir.

Votre enfant va aussi avoir besoin de vous. Vous est-il possible de libérer du temps dans votre organisation, de réduire votre temps de travail par exemple, afin d'être plus disponible pour lui et de l'aider à traverser cette crise?

En complément, voici les recommandations pour soutenir votre enfant au quotidien afin qu'il ne passe pas à l'acte¹ :

- Ne pas le/la laisser seul(e) avec un autre enfant, ne lui laisser aucune occasion de commettre de nouvelles violences.

1. Ces conseils s'inspirent notamment du livre *Que savoir sur la sexualité de mon enfant?* de F. Saint-Pierre et M.-F. Viau, (Éditions du CHU Sainte-Justine, 2008).

- Être clair sur le fait que c'est son comportement que vous réprimez, pas sa personne.
- Lui donner du soutien, lui dire que vous êtes là s'il veut parler ou obtenir de l'aide, et que vous l'aimez toujours, mais qu'il n'a pas le droit de faire du mal aux autres.
- Fournir des réponses à ses questions, notamment en matière d'éducation sexuelle.
- Rappeler et appliquer les règles de protection de l'intimité au quotidien ; pas de blagues ou d'histoires à connotation sexuelle en sa présence.
- S'il est envahi par sa sexualité et qu'il a encore envie de commettre des violences, aidez-le à trouver des solutions avec un psy spécialisé. Soyez un relais au quotidien pour l'aider à les mettre en place, l'encourager dans ses efforts et ses progrès, lui donner confiance en lui.
- Ne pas être dupe de ses éventuelles tentatives de manipulation et rapporter toute nouvelle transgression aux autorités, s'il est ado.
- Ne pas laisser l'enfant seul(e) trop longtemps, l'aider à trouver des occupations qui lui permettent de s'épanouir et d'avoir un plaisir autre que sexuel ; c'est encore mieux si ces activités impliquent d'autres personnes.
- Ne pas laisser l'enfant sur Internet sans surveillance, supprimer toute connexion de sa chambre à coucher s'il y en avait une, prendre le téléphone la nuit.
- Cherchez vous-même du soutien : cette situation peut être très difficile, ne soyez pas seul(e) à y faire face. Si possible, impliquez d'autres adultes de confiance en les informant du problème avec tact, et avec l'accord de votre enfant.

Dans tous les cas: il est important que votre enfant comprenne que, quoi qu'il vous dise, quoi qu'il ait subi ou même fait, vous l'aimerez toujours et que vous êtes là pour le soutenir et l'aider à aller mieux.

C'est le moment pour vous aussi d'être bien soutenu(e) (mais pas par n'importe qui): par exemple par des proches, l'autre parent, la famille, le pédiatre ou le médecin traitant (vous pouvez demander à vous mettre en arrêt de travail afin de prendre du temps pour vous remettre et faire face à la situation), le personnel de l'école, un psy... Choisissez des personnes en qui vous avez confiance, qui habituellement vous écoutent et vous respectent. Évitez d'en parler à trop de personnes ou en public, votre enfant a besoin que l'on respecte son intimité blessée: choisissez bien vos interlocuteurs et les circonstances¹.

UN ADULTE DE MON ENTOURAGE A COMMIS DES VIOLENCES SEXUELLES



Les agresseur(se)s sexuel(le)s dans notre entourage

En février 2018, Caroline De Haas a tweeté:

Fait #1: 1 femme sur 2 a été victime de violences sexuelles.

Fait #2: vous connaissez beaucoup de victimes.

Fait #3: dans l'immense majorité des cas, la victime connaît l'agresseur.

Fait #4: vous connaissez beaucoup d'agresseurs.

Fait #5: c'est pas agréable à entendre.

1. Le site de la Fondation pour l'Enfance a une page très complète pour vous accompagner dans cette situation: <https://www.fondation-enfance.org/jai-besoin-daide/je-suis-adulte/violences-sexuelles-pedophilie-inceste/>

Dans une étude portant sur des agresseurs sexuels sur mineurs non judiciairisés et des hommes présentant une attirance sexuelle envers les enfants sans être passés à l'acte, plus de la moitié d'entre eux avaient déjà cherché de l'aide auprès d'un proche, et un peu moins de la moitié auprès d'un professionnel. Il peut donc arriver qu'une personne à risque se confie ou cherche de l'aide spontanément. Si l'un de vos proches vous demande de l'aide à ce sujet ou si vous pensez que l'un de vos proches peut être attiré sexuellement par les enfants ou adolescents ou à risque de passer à l'acte auprès d'eux, vous pouvez bénéficier d'une aide auprès de la permanence STOP¹ ou du CRIAVS de votre région (plus d'informations dans le carnet de ressources en fin d'ouvrage). Dans la mesure du possible, parlez-en à la personne concernée avec bienveillance mais sans complaisance : il ne s'agit pas d'être complice ou passif, mais de faire en sorte que cette personne consulte et reçoive l'aide professionnelle dont elle a besoin. L'ambiance de « chasse aux sorcières » qui règne dans notre société à l'égard des agresseur(se)s sexuel(le)s n'est pas propice à la prévention du passage à l'acte ou de la récidive. S'il est capital de condamner les violences sexuelles, il est aussi essentiel de favoriser le dévoilement chez les personnes craignant de passer à l'acte afin de pouvoir leur apporter l'aide nécessaire et de protéger les victimes potentielles.

Il s'agit donc d'un changement important dans le rapport aux agresseur(se)s sexuel(le)s, qui peut vous paraître choquant, surtout en tant que parent. Sachez néanmoins que la qualité du soutien social dont bénéficie un(e) agresseur(se) est une donnée essentielle de prévention de la récidive.

1. Service Téléphonique d'Orientation et de Prévention pour les personnes attirées sexuellement par les enfants : 08 06 23 10 63

Cela ne signifie en aucun cas qu'il faille donner une confiance aveugle à la personne coupable de violences sexuelles en minimisant le risque, ni même lui pardonner ou encore rester ami avec une personne qui a agressé un de vos proches.

Cela signifie d'être exigeant à son égard, de pousser l'agresseur(se) sexuel(le) à se dénoncer à la police si les faits n'ont pas été judiciairisés et de le dénoncer si nécessaire, puis de le/la pousser à s'engager fermement et clairement dans le sens de la prévention de la récidive et de la réparation.

Ceci signifie généralement que l'agresseur(se) ou la personne qui craint de commettre des violences sexuelles s'implique dans des soins spécialisés, individuels et de groupe, et que son entourage ne laisse rien passer en termes de minimisation ou de banalisation des faits ou des risques, ou même de valeurs favorables à la violence sexuelle (manque de respect dans les relations, culture de la domination, croyances favorables au viol, etc.). Vous pouvez, pour cela, vous aussi être soutenu(e) par un intervenant spécialisé¹.

Important ! Si vous avez un(e) agresseur(se) sexuel(le) dans votre entourage :

- Ne le/la laissez pas vous apitoyer ou vous manipuler. Croyez la victime, pas l'agresseur(se), si leurs discours sont différents : les agresseur(se)s mentent beaucoup plus souvent que les victimes !
- Si vous pouvez, soyez soutenant à l'égard de l'agresseur(se), sans être complice ou complaisant, ni mini-

1. Attention ! La plupart des psys en France ne sont pas encore formés à ce travail. Faites-vous recommander un intervenant par le CRIAVS de votre région.

miser, banaliser ou excuser les faits. N'évitez pas le sujet, ne faites pas comme si ce qui était arrivé n'était pas important ou était juste « passé ».

- Si les faits n'ont pas été judiciairisés, et si l'agresseur(se) est encore en contact avec la victime, dénoncez-le/la très rapidement ou accompagnez-le/la à la police ou à la gendarmerie pour qu'il/elle se dénonce. Incitez les parents de la victime à porter plainte ; si l'agresseur(se) ne se dénonce pas dans un délai rapide, dénoncez-le/la, par exemple par un courrier au procureur de la République signalant l'identité de l'enfant victime et les faits dont vous avez connaissance, y compris leur reconnaissance éventuelle par l'agresseur(se) sexuel(le). Dites clairement à l'agresseur(se) sexuel(le) qu'il/elle a intérêt à se dénoncer lui/elle-même et que les faits soient judiciairisés d'abord pour une meilleure prévention de sa récidive (même s'il/elle risque fort de minimiser ce point) car la plainte et la judiciairisation ont un effet très dissuasif sur la récidive (même en l'absence de condamnation) ; et afin qu'une plainte tombant des années voire des décennies après les faits ne détruise pas la vie qu'il/elle aurait pu reconstruire entre-temps. Vous pouvez l'accompagner si besoin. Dans tous les cas, sachez que vous avez une obligation légale de le signaler aux autorités, si vous apprenez qu'un mineur a été victime de violences sexuelles.
- Soutenez fermement un engagement thérapeutique auprès d'une équipe spécialisée, formée à la prise en charge des agresseur(se)s sexuel(le)s, avec si possible un suivi en groupe (au minimum) et en individuel. Même si les faits apparaissent comme un « dérapage » ponctuel aux yeux de l'agresseur(se) sexuel(le)

(attention à la minimisation!), il s'agit d'un dérapage grave qui mérite une attention et une analyse approfondie au niveau psychologique et au niveau de la prévention de la récurrence, avec des professionnels spécialisés.

- Si vous vous en sentez capable, communiquez à l'agresseur(se) sexuel(le) que vous êtes prêt(e) à le soutenir dans les moments difficiles et qu'il/elle peut vous solliciter s'il/elle se sent mal (avec ou sans risque de passer à l'acte). N'hésitez pas à vous faire connaître comme personne-ressource et à demander du soutien auprès des professionnels suivant l'agresseur(se) sexuel(le) (médecin traitant, psys, équipe spécialisée, conseiller d'insertion et de probation [CIP]...). Dans tous les cas, souvenez-vous que c'est l'agresseur(se) qui est responsable de ses actes, pas vous.

Pensez à vous faire soutenir vous aussi, par vos proches et, si besoin, par une personne spécialisée, afin de ne pas rester seul(e) dans cette situation objectivement difficile et éprouvante, et de vous appuyer sur d'autres personnes pour garder du recul et ne pas être manipulé(e) par l'agresseur(se) sexuel(le) (qui se raconte souvent des histoires à lui-même, *a fortiori* aux autres).

J'AI PEUR DE PASSER À L'ACTE

Si vous pensez que le risque, ça peut être vous : consultez auprès d'un CRIAVS, du service téléphonique STOP au 08 06 23 10 63. Si vous avez vous-même été victime de violences sexuelles dans l'enfance, il est possible que vous craigniez de reproduire ce type d'actes sur vos enfants. Cette

peur est très fréquente chez les survivant(e)s de violences sexuelles infantiles lorsqu'ils/elles deviennent parents. Il est important que vous receviez une aide professionnelle spécialisée afin d'évaluer les risques, d'être soutenu(e) et d'être libéré(e) de vos peurs. Généralement, il s'agit seulement de peurs qui ne s'accompagnent pas de passages à l'acte. Néanmoins, ces peurs peuvent impacter de façon significative la relation que vous avez à votre enfant et à son corps. Il est donc très important de vous en occuper. C'est une illusion de penser qu'on va s'en libérer seul(e), qu'il suffit de prendre sur soi et de ne pas y penser.

Conclusion

Que puis-je faire ensuite ?

Qu'avez-vous appris dans ce livre ? S'il vous a aidé à y voir plus clair, à savoir où et comment agir, prêtez-le à quelqu'un ! Ce livre a vocation à être utile, non à dormir sur une étagère.

Par ailleurs, plusieurs chantiers s'offrent potentiellement à vous :

- Bien sûr, sensibiliser les personnes en contact avec votre enfant, avec des enfants, et toutes les autres : c'est l'ensemble de la société qui a besoin d'évoluer. Il ne serait pas juste de faire peser la protection sur les seules épaules de l'enfant ou même de sa famille : c'est à la société entière de protéger les enfants, à tout le monde d'être bien informé et de veiller au grain.
- Peut-être, travailler sur votre difficulté à dire non et à vous affirmer, si c'est le cas. Votre enfant apprend en vous imitant !

- Exploiter le carnet de ressources ci-après afin de prendre connaissance des livres, sites Internet, vidéos et tout autre support qui existent sur le sujet et qui peuvent vous aider, notamment au niveau de l'éducation sexuelle. Pensez à consulter le *Guide de conversation sur le porno*, par exemple!
- Essayer de ne pas devenir trop parano et de ne pas constamment *Nommer-Recadrer*. Parlez avec vos proches, les autres parents, prenez du recul sur votre propre histoire éducative afin d'être le plus sensible et le plus disponible possible pour votre enfant.

J'espère sincèrement que vous ressortez de cette lecture plus conscient(e) des véritables situations à risques, mais aussi moins inquiet(ète), car mieux armé(e) pour les prévenir et y faire face. J'espère aussi que cette lecture suscitera des moments d'échanges affectueux et attentionnés entre vous et votre enfant, et que ce sera l'occasion pour vous de lui faire sentir votre présence, votre chaleur et votre protection. J'espère enfin que ce livre sera une invitation à prendre soin de vous, en tant que parent, même si ce n'est pas toujours facile dans nos vies trépidantes au rythme infernal, car votre enfant a besoin d'un parent bien dans ses baskets, qui sache dire non et qui puisse lui montrer comment prendre soin de soi.

Je vous souhaite une belle continuation, en toute sécurité, dans votre voyage de parent avec votre enfant. Et, souvenez-vous : la plupart des adultes sont bien intentionnés envers les enfants.

Prenez soin de vous !

Carnet de ressources

La liste bibliographique complète des études et sources citées dans l'ouvrage se trouve en téléchargement libre sur la page dédiée à cet ouvrage: <https://www.dunod.com/ean/9782100854714/>.

Je vous propose ici une sélection des principales ressources et références utiles.

Des ressources à notre disposition

Des informations utiles

- Le rapport « Violences sexuelles durant l'enfance et l'adolescence: des agressions familiales dont on parle peu » (INED, juin 2023): https://www.ined.fr/fichier/s_rubrique/33769/612.franceva.fr.pdf
- Le « Rapport de la Consultation sur la prévention de la maltraitance de l'enfant » de l'Organisation mondiale de la santé (1999): <https://iris.who.int/handle/10665/66790>
- L'étude de l'Unicef sur les violences et agressions sexuelles des enfants: <https://www.unicef.fr/convention-droits-enfants/protection/violences-et-agressions-sexuelles/>

- Le rapport « Risques et sécurité des enfants sur Internet » pour la France : <https://e-enfance.org/wp-content/uploads/2021/10/EU-Kids-Online.pdf>
- Le site du gouvernement français pour la prévention des violences sexistes et sexuelles : <https://arretonslesviolences.gouv.fr>
- Une définition légale des violences sexuelles en France : https://arretonslesviolences.gouv.fr/besoin-d-aide/violences-sexuelles#ce_que_dit_la_loi2
- Le site de la CIIVISE (Commission Indépendante sur l’Inceste et les Violences Sexuelles faites aux Enfants) : <https://www.ciivise.fr>
- sa chaîne YouTube : <https://www.youtube.com/@ciivise1636>
- et son rapport « Violences sexuelles faites aux enfants : on vous croit » (novembre 2023), dans lequel la CIIVISE « restitue ses trois années d’engagement, livre son analyse des violences sexuelles faites aux enfants et présente des préconisations de politique publique. » : <https://www.ciivise.fr/wp-content/uploads/2023/11/VERSION-DEF-SUR-LE-SITE-1611.pdf>

Des ouvrages

Des écrits de professionnels

- Thomas d’Ansembourg, *Cessez d’être gentil, soyez vrai !* Éditions de l’Homme (2020).
- Serge Garde, Hodayra Sellier et Karl Zéro, *1 sur 5. Manifeste contre la pédocriminalité en France*, Télémaque (2020).
- Muriel Salmona, *Violences sexuelles. Les 40 questions-réponses incontournables*, Dunod (2015).
- Dorothée Dussy, *Le Berceau des dominations*, Éditions de la discussion (2013).
- Muriel Salmona, *Le Livre noir des violences sexuelles*, Dunod (2013).

Des témoignages de victimes

- Fiamma Luzzati, *L'Emprise*, Dunod (2024).
- Neige Sinno, *Triste tigre*, P.O.L. (2023).
- Arnaud Gallais, *J'étais un enfant*, Flammarion (2023).
- Vanessa Springora, *Le Consentement*, Grasset (2020, adapté au cinéma en 2023).
- Marie Gervais, *Il me tue cet amour*, Massot (2020, un témoignage sur la violence sexuelle dans le couple à l'adolescence).
- Camille Kouchner, *La Familia Grande*, Seuil (2021).
- Adélaïde Bon, *La Petite Fille sur la banquise*, Grasset (2018).
- Andréa Bescond, *Les Chatouilles* (2016 pour la pièce de théâtre, 2018 pour le film).
- Laurent de Villiers, *Tais-toi et pardonne!* Flammarion (2011).
- Joyce Maynard, *Et devant moi, le monde*, Philippe Rey (2011).
- Jean-Yves Cendrey, *Les Jouets vivants*, L'Olivier (2005).
- Eva Thomas, *Le Sang des mots*, Desclée de Brouwer (2004).
- « De victimes à témoins. Témoignages adressés à la Commission indépendante sur les abus sexuels dans l'Église » : <https://www.ciase.fr/medias/Ciase-Rapport-5-octobre-2021-Annexe-AN32-Recueil-de-temoignages-De-victimes-a-temoins.pdf>
- La CIIVISE a publié une analyse très complète des réponses à son appel à témoignages : <https://www.ciivise.fr/2-ans-dappel-a-temoignages/>
- Le podcast « Ou peut-être une nuit » de Charlotte Pudlowski, chez Louie Media.

Des ressources pour les personnes traumatisées

- Caroline Hingray et Wissam El-Hage, *Le Trauma, comment s'en sortir?* De Boeck (2020).
- Bessel van der Kolk, *Le corps n'oublie rien*, Albin Michel (2020).

- Steve Haines et Sophie Standing, *Le Trauma, quelle chose étrange*, Ça et là (2019).

Des ressources de soutien à la parentalité

- Héloïse Junier, *Le Manuel de survie des parents*, Dunod (2022).
- Daniel J. Siegel et Tina Payne Bryson, *L'Attachement*, Les Arènes (2021).
- Jane Nelsen, *La Discipline positive*, Marabout (2019).
- Catherine Gueguen, *Vivre heureux avec son enfant*, Pocket (2017).
- Catherine Gueguen, *Pour une enfance heureuse*, Pocket (2015).
- Isabelle Filliozat, *J'ai tout essayé*, JC Lattès (2015).
- Nicole Guédeney, *L'Attachement, un lien vital*, Fabert (2011).

Des ressources à destination des enfants et adolescents

Toutes ces ressources doivent être consultées par l'adulte au préalable afin de s'assurer qu'elles sont adaptées à l'âge et à la maturité de l'enfant dans sa situation particulière.

Niveau Maternelle

- Marie Wabbes, *Petit Doux n'a pas peur*, La Martinière (2015) : cet ouvrage est recommandé aux enseignants par l'Éducation nationale.

Albums portant sur les émotions et les sentiments :

- Andréa Bescond et Mathieu Tucker, *Et si on se parlait? 3-6 ans*, Harper Collins (2020).
- Anna Llenas, *La Couleur des émotions*, Quatre Fleuve & Glénat (2014).
- Cristiana Valentini et Philip Giordano, *Un jour encore*, Rue du Monde (2009).

- Nicolas Smee, *Frimousse*, Gallimard Jeunesse (2006).
- Geneviève Noël et Hervé Le Goff, *Personne ne m'aime*, Père Castor Flammarion (2001).
- Mireille d'Allancé, *Grosse colère*, L'école des loisirs (2000).
- Elzbieta, *Flon-flon et Musette*, Pastel (1998).

Albums portant sur la prévention des violences :

- Kalle Güettler, Aslaug Jónsdóttir et Rakel Helmsdal, *Non! dit Petit-Monstre*, Circonflexe (2004).
- Marie-France Botte et Pascal Lemaître, *Qui s'y frotte s'y pique!* L'Archipel (1997).
- Rhéa Dufresne et Geneviève Després, *La Bulle de Miro* : <https://violences-sexuelles.info/portfolio/la-bulle-de-miro/>
- Rhéa Dufresne et Geneviève Després, *Marvin a disparu* : <https://cdn.marie-vincent.org/wp-content/uploads/2019/04/Marvin-a-disparu.pdf>
- Sokhna Fall, Claude Ponti et Muriel Salmona, *Quand on te fait du mal* : https://www.memoiretraumatique.org/assets/files/v1/Documents-pdf/2022-quand-on-te-fait-du-mal_ponti-memoire-traumatique-hdweb.pdf. Version disponible en ligne gratuitement ou par envoi sur demande par e-mail à l'association, également gratuitement : à diffuser largement!

Niveau Élémentaire

- Lucia Serrano, *Ton corps t'appartient! Premières notions d'intimité et de consentement*, Crackboom (2023).
- Isabelle Filliozat, Margot Fried-Filliozat et Isabelle Maroger, *Mon corps m'appartient!* Nathan (2022).
- Marjorie et Sandrine Poncet, *C'est à moi! Mon corps, mes choix*, P*Nuts (2021).

- Andréa Bescond et Mathieu Tucker, *Et si on se parlait? 7-10 ans*, Harper Collins (2020).
- Jocelyne Robert, *Te laisse pas faire. Les agressions et les abus sexuels expliqués aux enfants*, Éditions de l'Homme (2019).
- Le jeu de société «Takattak à la récré» de Geneviève Smal, aux éditions Si-Trouille, pour apprendre à se protéger du harcèlement.

Niveau Collège et lycée

- Des outils du «Parcours Amoureux des Jeunes» de la chercheuse Martine Hébert à l'UQAM (avec de nombreuses fiches thématiques sur l'éducation sexuelle à destination des ados): <https://martinehebert.uqam.ca/projets/paj/>
- La vidéo «Le consentement: pas si compliqué, finalement!» de l'UGAM: <https://www.youtube.com/watch?v=jyDDYtMgPqY>
- La vidéo «La chanson du consentement» du média Violences-Sexuelles info: <https://www.youtube.com/watch?v=gXR5lPh5S7s>
- Le court métrage «J'aurais dû...» sur le consentement, tourné par des adolescents au Québec à partir d'une pièce de théâtre: <https://www.youtube.com/watch?v=-hhowlWwy2I>
- La vidéo «C'est quoi les agressions sexuelles?» de l'association CVM: <https://www.youtube.com/watch?v=PVAFdPAA6qw>

Des guides pour adultes et enfants

- *Guide pour parler de porno avec votre enfant de 8-11 ans*: [https://uploads-ssl.webflow.com/6405addef31ded2ce424a841/642d221abf1f5efd459f0f08_8-11%20Conversation%20Guide%20\(FR\).pdf](https://uploads-ssl.webflow.com/6405addef31ded2ce424a841/642d221abf1f5efd459f0f08_8-11%20Conversation%20Guide%20(FR).pdf)
- «Comportements sexistes et violences sexuelles: prévenir, repérer, agir. Guide ressources pour les équipes éducatives des collèges et des lycées»: <https://eduscol.education.fr/document/1564/download>

- Un guide pour que les enfants repèrent les violences sexuelles: <https://violences-sexuelles.info/>
- Le violentomètre, outil de repérage des violences conjugales: <https://www.centre-hubertine-auclert.fr/egalitheque/publication/le-violentometre>
- Une «recommandation de conduite à tenir devant des agressions sexuelles intra-familiales» de l'association Stop aux Violences Sexuelles: <https://www.stopauxviolencessexuelles.com/wp-content/uploads/2013/10/conduite-intra-famille2.pdf>
- Un modèle de code de conduite qui peut être adopté par une organisation, ici celle de l'association québécoise des organismes de coopération internationale: https://aqoci.qc.ca/wp-content/uploads/2019/08/pdf_aqoci_caneva_de_code_de_conduite.pdf
- «Violences sexuelles intrafamiliales: comprendre, prévenir, repérer et agir. Vademecum à destination de l'ensemble des professionnels de l'Éducation nationale»: <https://eduscol.education.fr/document/12583/download?attachment>
- La formation en ligne «Prévenir les violences sexuelles sur enfants» proposée par l'association 1vie, une courte formation d'une heure gratuite et une formation complète de six heures pour 25€: <https://1vie.org/formation-web/>
- De nombreuses ressources sur le site STOP-VEO enfance sans violences: <https://stopveo.org/>
- Plusieurs chaînes YouTube ou comptes Instagram offrent des ressources concrètes pour une éducation sans violence, par exemple le compte @Papapositive, et en anglais le compte @ResponsiveParenting, ainsi que les comptes des auteurs ou associations cités ci-dessus.

Prévenir les risques d'Internet

- Les conseils d'une plateforme gouvernementale pour les parents au sujet de l'usage des écrans :
<https://jeprotegemonenfant.gouv.fr/>
- Le site Internet de l'association e-enfance, reconnue d'utilité publique, pour un monde numérique responsable :
<https://e-enfance.org/> ; il propose notamment un harcèlomètre :
<https://e-enfance.org/harcelometre/>
- Le programme national et européen « Internet sans crainte » :
<https://www.Internetsanscrainte.fr/>
- Les conseils de la plateforme gouvernementale de signalement des infractions commises sur Internet, Pharos :
<https://www.Internet-signalement.gouv.fr/PharosS1/>
- Le site de l'association Féministes contre le cyberharcèlement (avec notamment des ressources sur des manières fiables de garder des traces des messages harcelants) :
<https://www.vscyberh.org/que-faire-en-cas-de-cyber-harcèlement>
- Les conseils de la Fondation pour l'Enfance :
<https://www.fondation-enfance.org/jai-besoin-daide/>
- Les conseils et ressources de la CNIL concernant l'éducation numérique : <https://www.cnil.fr/fr/education-numerique-decouvrez-les-conseils-et-ressources-de-la-cnil>

Des supports d'éducation affective et sexuelle

- Des ressources de l'Éducation nationale pour l'éducation à la sexualité : <https://eduscol.education.fr/2346/sante>
- Des ressources de l'association Contre les Violences sur Mineurs, à consulter par les parents (consentement, pornographie, écrans...) : <https://association-cvm.org>
- Le site de la Fondation pour l'Enfance, rubrique « j'ai besoin d'aide » : <https://www.fondation-enfance.org/jai-besoin-daide/>

- Martine Hébert, chercheure à l'Université du Québec à Montréal, propose différents programmes et supports de prévention selon les âges : <https://martinehebert.uqam.ca/outils-de-diffusion/>
- Les ressources de la Fondation Marie-Vincent sur l'éducation à la sexualité : <https://marie-vincent.org/articles-prevention/leducation-a-la-sexualite/>
- Pour les professionnels, une formation en ligne à l'usage de la Boîte à outils (BOAT®) de prévention des violences sexuelles et sexistes est proposée par le CHU de Montpellier : <https://criavs.chu-montpellier.fr/fr/boat>
- «Le guide du ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse à destination des animateurs/animateuses et des éducateurs/éducatrices sportifs : accompagnement à la vie relationnelle, affective et sexuelle et éducation à la sexualité et prévention des violences sexuelles» : <https://www.jeunes.gouv.fr/sites/default/files/2023-07/accompagnement-la-vie-relationnelle-affective-et-sexuelle---ducation-la-sexualit-et-pr-vention-des-violences-sexuelles-2249.pdf>

Des plateformes d'aide

Prévention du passage à l'acte

- Des outils de prévention proposés par les CRIAVS (Centre Ressources pour les Intervenants auprès des Auteurs de Violences Sexuelles) : https://www.ffcriavs.org/boite_outils/outils_prevention/
- Le programme STOP (Service Téléphonique d'Orientation et de Prévention) : 08 06 23 10 63, un service d'aide aux personnes attirées sexuellement par les enfants, une permanence téléphonique et un site internet : <https://pedo.help/fr/accueil/>
- Les ressources du centre de consultation EIDO : <https://www.eido-trauma-violences.com/>

- Les ressources du centre de consultation des Buttes Chaumont : <https://centre-des-buttes-chaumont.org/>
- Des ateliers en ligne et en présentiel proposés par l'association 1vie : <http://www.1vie.org>

En cas de violences sexuelles

- Enfant en danger : tél. 119 – <https://www.allo119.gouv.fr/>
- Enfance et partage : tél. 01 55 25 65 65 – <https://enfance-et-partage.org/>
- L'enfant bleu : tél. 01 56 56 62 62 – <https://enfantbleu.org/> – renseignements@enfantbleu.org
- La voix de l'enfant : <https://www.lavoixdelenfant.org/>
- Contre les violences sur mineurs (CVM) : <https://association-cvm.org/>
- Colosse aux pieds d'argile : tél. 05 58 97 85 23 – contact.colosse@gmail.com – <https://colosse.fr/>
- L'association « je.tu.il... » : tél. 01 42 27 02 27 – info@jetuil.asso.fr – <https://www.jetuil.asso.fr/>
- Viol femmes informations : tél. 08 00 95 95 – <https://cfcv.asso.fr/>
- Mémoire traumatique et victimologie : <https://www.memoiretraumatique.org/>
- Fédération nationale des centres d'information des droits des femmes et des familles : tél. 01 42 17 12 00 – cnidff@cnidff.fr – <https://fncidff.info/qui-sommes-nous/>
- Les centres de planification ou d'éducation familiale (CPEF) : <https://www.pasdecalais.fr/Solidarite-Sante/Enfance-et-famille/La-Protection-Maternelle-et-Infantile/Le-Centre-de-Planification-ou-d-Education-familiale-CPEF>
- @BeBraveFrance : <https://twitter.com/BeBraveFrance>
- Association Face à l'Inceste : <https://facealinceste.fr>

Prise en charge des victimes

- En cas d'urgence ou de flagrance et de danger immédiat, appelez le 17 ou le 112 depuis un portable. Si la victime est blessée ou en état de choc : faites le 15 ou le 18.
- *Allô Enfance en danger* 119 : « Numéro d'appel gratuit, ouvert 24h/24 dédié à la prévention et à la protection des enfants en danger ou en risque de l'être. En cas d'appel, le numéro n'apparaît pas sur la facture de téléphone. Pour les personnes sourdes ou malentendantes, un service de visioconférence avec un interprète en langue des signes française, soumis au secret professionnel, est disponible du lundi au vendredi de 8 h 30 à 19 h et le samedi de 9 h à 12 h. Un tchat est également disponible les lundi et vendredi de 17 h à 21 h et les mardi, mercredi et jeudi de 15 h à 19 h et un formulaire permet de signaler une situation de danger non imminent. »
- *Violences Femmes Info* 39 19 : « Numéro d'écoute national destiné aux femmes victimes de violences, à leur entourage et aux professionnels concernés. Appel anonyme et gratuit 7j/7, du lundi au samedi 24 h/24, le samedi jusqu'à 18 h et le dimanche et les jours fériés de 9 h à 18 h. »
- *France Victimes* 116 006 : « Numéro gratuit ouvert 7j/7. Il permet à toute personne qui s'estime victime d'une infraction (atteintes aux biens, aux personnes, accidents de la circulation, événements collectifs, attentats) d'être aidée par un professionnel dans le respect de son anonymat. »
- *Non au harcèlement* 3020 : ce numéro permet de dialoguer avec des écoutants pour les situations de harcèlement à l'École.
- *Jeunes victimes de violences numériques et leurs parents* 3018, « permet notamment d'accompagner les victimes et d'intervenir auprès des réseaux sociaux pour supprimer un contenu illégal en quelques heures. L'appel est gratuit, anonyme et confidentiel, du lundi au samedi, de 09 h à 20 h ».

- *Fil Santé Jeunes* 08 00 23 52 36 : ligne ouverte 7j/7 de 9 h à 23 h, ce « numéro permet aux jeunes d'obtenir des informations et des conseils de la part de professionnels de santé (psychologue, médecin, conseiller conjugal et familial), et éventuellement d'être orienté vers une structure près de chez eux. Un dispositif pour les personnes sourdes et malentendantes est disponible le lundi de 9 h à 19 h et le samedi de 9 h à 12 h. Fil Santé Jeunes est également accessible par tchat du lundi au vendredi de 9 h à 22 h ».
- *Enavanttoutes.fr* : association de lutte contre les violences conjugales, en particulier chez les jeunes. A développé la plateforme d'aide *commentonsaime.fr* et un tchat d'écoute en ligne.
- *Annuaire de l'association francophone du trauma et de la dissociation* (un annuaire de psychothérapeutes sensibilisés et formés à la prise en charge du psychotraumatisme) : <http://www.aftd.eu>

Des associations de prévention et de lutte contre les mariages forcés, les mutilations sexuelles féminines et la prostitution

- Amicale du nid : tél. 01 44 52 56 40 – <https://amicaledunid.org/>
- Mouvement du nid : tél. 01 42 70 92 40
– <https://mouvementdunid.org/>
- Agir contre la prostitution des enfants (ACPE) :
tél. 01 40 26 91 51 – <https://www.acpe-asso.org/>
- Groupe pour l'abolition des mutilations sexuelles féminines et des mariages forcés (GAMS) : tél. 01 43 48 10 87
– association.gams@wanadoo.fr – <https://federationgams.org/>
- *Darkness to light* (association anglophone, formations courtes en ligne pour apprendre à protéger les enfants des violences) : <https://www.d2l.org/>

Listes des actions possibles par tranche d'âge

De 0 à 4 ans

- Donner l'habitude d'être défendu : *Nommer-Recadrer*.
- Habituer l'enfant au consentement.
- Accepter que l'enfant puisse dire non et faire des choix.
- Respecter son intimité au quotidien.
- Consacrer des temps privilégiés ensemble, chaque jour si possible.
- Pour les parents des très jeunes enfants : connaître les critères de sélection d'une nounou (cf. page 67).

Pour les plus grands :

- Commencer à apprendre la différence entre toucher approprié et toucher inapproprié.
- Faire respecter le corps des autres (enfants, adultes, animaux de compagnie, etc.).
- Repérer, ensemble, à qui l'enfant peut s'adresser s'il se perd dans un espace public.

De 5 à 10 ans

- Maintenir l'habitude d'être défendu : *Nommer-Recadrer*.
- Maintenir le consentement dans la vie quotidienne.
- Apprendre à dire non, à négocier et à résoudre les disputes.
- Respecter l'intimité au quotidien.
- Consacrer des temps privilégiés d'écoute et de discussion, le plus régulièrement possible.
- Apprendre ou renforcer la différence entre toucher approprié et toucher inapproprié.
- Débuter une éducation sexuelle.
- Apprendre à l'enfant des phrases simples : « Personne n'a le droit de toucher/regarder mes parties intimes » ou « Personne n'a le droit de me montrer/demander de toucher ses parties intimes »
- À partir des 8 ans de l'enfant, le parent peut consulter le *Guide de conversation sur le porno*.
- Avec les plus grands : commencer à parler de la manipulation, des signes d'alerte dans la relation, consulter les mesures de sécurité pour les sorties dans l'espace public.
- Pour les parents : connaître les critères de sélection d'une personne à laquelle confier son enfant (voir comment choisir sa baby-sitter, cf. page 69).

De 11 à 18 ans

- Apprendre à se défendre : *Nommer-Recadrer*.
- Apprendre à résoudre les disputes et négocier.
- Respecter l'intimité au quotidien.
- Consacrer des temps privilégiés d'écoute et de discussion, régulièrement.

- Monitorer ce que l'ado fait de son temps et de son argent de poche, les personnes qu'il fréquente et les endroits où il va (autonomie progressive).
- Protéger à l'égard d'Internet et du porno.
- Consulter le *Guide de conversation sur le porno*.
- Comprendre et faire comprendre à son enfant l'emprise et ses trois dimensions: outrepasser les limites, rendre dépendant, endormir le sens critique.
- Continuer l'éducation à la sexualité et à la relation de couple (et savoir repérer les signes d'alerte dans la relation amoureuse, cf. page 91).
- Prendre des mesures de sécurité pour les sorties seul(e) dans l'espace public (cf. page 95).
- Enregistrer sur son téléphone les numéros de secours (ainsi que le numéro dédié aux situations d'urgence dans les transports en commun, s'il y en a un).

Les statistiques à retenir

Cette fiche récapitule des statistiques essentielles à connaître si l'on veut sensibiliser son entourage aux violences sexuelles (d'après l'étude de juin 2023 de l'INED) :

- 13 % des femmes et 5,5 % des hommes ont subi des violences sexuelles avant l'âge de 18 ans, soit environ 5 millions de Français.
- Dans 40 % des cas, il s'agit d'un (ou plusieurs) viol(s).
- 35,7 % des femmes et 21,6 % des hommes victimes de violences sexuelles avant 18 ans ont été agressés par un membre de leur famille.
- Au total, 4,6 % des femmes et 1,2 % des hommes ont été victimes de violences sexuelles dans le cadre de leur famille avant l'âge de 18 ans, soit plus de 2 millions de Français.
- 73,8 % des femmes et 48,8 % des hommes victimes de violences sexuelles dans l'enfance l'ont été par un membre de leur famille, un proche de la famille ou un ami.
- Seuls 13 % à 16 % des violences sexuelles sur mineurs sont commises par un inconnu, il s'agit alors le plus souvent d'un acte unique.
- Les violences sexuelles commises par un membre de la famille ou par un proche durent souvent plusieurs années: plus d'un

an dans 40 % des cas de violences sexuelles intra-familiales et 20 % des cas de violences sexuelles par des proches en dehors de la famille.

- 96 % des agresseur(se)s sexuel(le)s sont des hommes. Mais 20 % des violences sexuelles commises sur les enfants de moins de 12 ans le sont par des femmes, et elles commettent entre 10 et 15 % des violences sexuelles sur les garçons.
- 30 % des poursuites pour violences sexuelles sur mineurs concernent des agresseur(se)s mineur(e)s, et 50 % des viols sur mineurs sont commis par des mineurs.
- Moins de 1 % des viols ou tentatives de viol et moins de 15 % des plaintes pour viols aboutissent à une condamnation.
- Chez les ados, près de 20 % des garçons et 5 % des filles ont commis des violences sexuelles au sein de leurs relations amoureuses.
- 1 homme sur 5 est attiré sexuellement par les mineurs ou a commis une violence sexuelle sur un(e) mineur(e).

Remerciements

À mes patient(e)s, sans votre confiance, ce livre n'aurait pas été possible, tant vous m'avez appris.

Aux nombreux(ses) bénévoles, militant(e)s, personnalités engagées, citoyen(ne)s et professionnel(le)s dans l'ombre qui contribuent chaque jour, chacun(e) à leur façon, à lutter contre les violences, en particulier sexuelles ; et en particulier, aux membres de la CIIVISE pour leur travail colossal et tellement juste.

Aux Éditions Dunod, pour leur accompagnement dans la réalisation de ce travail et leur soutien à ce projet sur un thème sensible.

À mes proches, pour leur soutien indéfectible durant la rédaction de cet ouvrage à la thématique délicate.

À Nicolas de Salles de Hys, pour la relecture de la version initiale de l'ouvrage, pour ses conseils et feed-backs francs, précieux et enthousiastes.