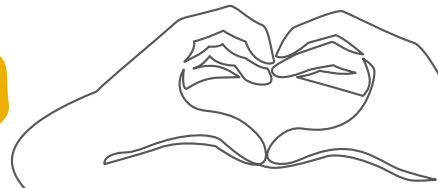


# WAT äntwieren?

## C'est quoi l'amour?

4-6  
ans



### Sous le coup de l'émotion...

À cette question, qui peut paraître simpliste et naïve, vous pourriez rire ou encore répondre par la négation : « L'amour, ce n'est rien » ou encore « Cela n'existe pas ». Bien entendu, les réponses possibles à cette grande question sont nombreuses, mais l'essentiel est de dire ce que l'on ressent tout en restant vigilant·e, car cette question peut parfois en cacher une autre : « M'aimes-tu ? » ou « Quelqu'un peut-il m'aimer ? »

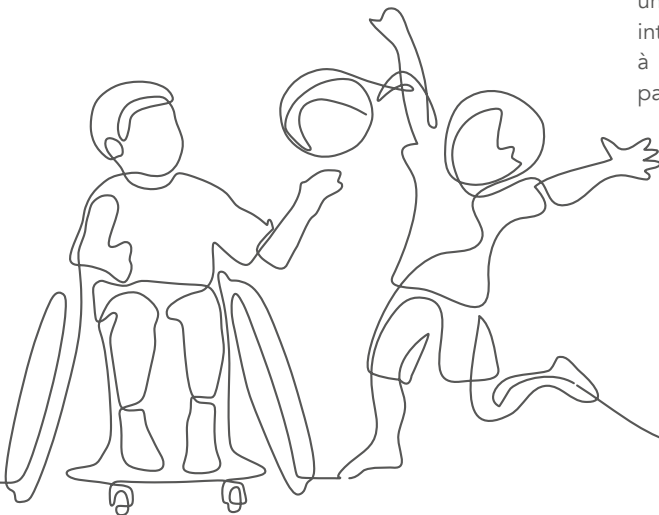
En tant que parent, rassurez-vous : il n'y a pas forcément de connotation sexuelle à « C'est quoi l'amour ? ». Cette question se rapporte autant aux sentiments qu'aux relations avec les autres. La question met en jeu des sensations, des émotions et des sentiments dont l'usage permet à l'être humain de se découvrir et de découvrir les autres.

### Des repères « théoriques »

Cette question peut être posée très tôt. Vers 4 - 6 ans, les enfants se lient d'amitié entre eux (parfois, ils·elles sont du même sexe, parfois des sexes opposés) et associent souvent l'amitié et l'affection à « être amoureux ». Ils·elles diront par exemple qu'ils·elles sont amoureux·se de leur maman/papa, de leur maître·sse/enseignant·e, de leur lapin, etc., sans la moindre connotation sexuelle. C'est simplement leur manière d'exprimer le sentiment de « bien aimer » quelqu'un. C'est l'âge où l'enfant apprend à faire la coordination entre ses propres émotions et celles des autres (empathie).

#### À NOTER :

- **Qu'est-ce qu'un sentiment ?** C'est une (longue) réaction que je ressens par rapport à moi-même ou d'autres personnes.
- **Qu'est-ce qu'une émotion ?** Une émotion est une vive réaction (de 3 à 4 minutes maximum) à quelque chose qui provient de l'extérieur. Les émotions permettent au corps de répondre de façon adaptée.
- **Qu'est-ce que l'amour ?** L'amour n'a pas de définition universelle et peut être considéré comme un sentiment intense et agréable qui incite les êtres à se rapprocher, à s'unir. Il y a une multitude de sortes d'amour (l'amour parental, filial, passionnel...).



Le premier sentiment amoureux est généralement vécu vers 7 - 9 ans.

Le·la meilleur·e ami·e arrive souvent dans la vie de l'enfant aux alentours de 8 - 9 ans.

## L'avis des expert-e-s

Il est important de comprendre que les enfants se développent en fonction de ce qu'ils-elles reçoivent de la part de leurs parents, y compris leur manière d'exprimer de gérer leurs émotions.

En matière d'éducation sexuelle et affective, on a tendance à oublier l'une des composantes les plus importantes: l'affectivité.

**L'affectivité comprend l'ensemble des sentiments et des émotions d'une personne.** En tant que parent, il est important d'apprendre aux enfants à:

- contrôler leurs réactions face à ce qu'ils ressentent;
- reconnaître les émotions des autres;

- gérer leurs émotions et sentiments face aux autres (leur parler d'amitié, d'amour...), et les manifester positivement.

Pour cela, il faut pouvoir exprimer notre affectivité envers eux-elles, même sans paroles, en les prenant dans nos bras, en leur faisant des câlins...

S'il est important pour vous de parler d'amour et de sexualité avec vos enfants et si vous êtes à l'aise de le faire, mieux vaut ne pas attendre l'adolescence pour aborder ces questions. En vous identifiant en tant qu'interlocuteur-trice capable d'apporter des réponses sur le sujet, vous permettrez de faciliter le dialogue sur ces questions tout au long de leur développement, et ce, jusqu'à l'adolescence.

## Astuces et manière de répondre

- Pensez à lire la fiche générale n° 2
- Prenez le temps d'être vraiment à l'écoute de votre enfant. Lui dire simplement « Je t'écoute » est une bonne manière d'initier la conversation.
- Ne répondez peut-être pas dans l'immédiat. Prenez le temps:
  - d'évaluer ce qu'il-elle sait ou ce qu'il-elle pense;
  - de savoir ce qu'il-elle cherche à savoir.
- N'ayez pas peur de différer la réponse au besoin: « Je vais me renseigner pour te répondre ».
- Répondez à toutes ces questions, mais ne cherchez pas à être exhaustif-ve. Pas besoin d'aller tout de suite dans les détails, chaque chose en son temps.
- Une réponse simple peut parfois satisfaire l'enfant: « Aimer une personne, c'est avoir des sentiments quand elle est près de toi comme être content-e, joyeux-se, heureux-se, etc. Tu peux avoir envie de la voir souvent ou de jouer avec elle tout le temps, de la voir tous les jours. On peut lui faire des câlins ou des bisous si elle est d'accord. »
- On peut déjà expliquer dans un langage compréhensible pour l'enfant ce qu'est le consentement et donner le bon exemple, comme ne pas le forcer à embrasser sa tante ou une autre personne s'il-elle ne le veut pas (cf. fiche sur le consentement).
- Pensez à identifier et nommer les émotions. Demandez-lui comment il-elle se sent. Par exemple, vous pouvez prendre un livre et simplement discuter de l'histoire: « Tu as aimé l'histoire? Pourquoi? Qu'est-ce que tu ressens? »
- Dites-lui que vous l'aimez: « Je t'aime ».

## Des outils

### Les émotions:

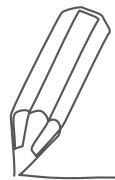
#### Livres:

- Content, fâché!
- Les petites (et les grandes) émotions de la vie
- Les émotions (mes p'tites questions)
- Ich und meine Gefühle de Kreul, Holde
- Ein Dino zeigt Gefühle
- A mengem klengen Haerz
- Mein erstes Aufklärungsbuch, Loewe Verlag
- Ich bin ganz schön wütend !
- Lily/luis (Anrich)
- Les cahiers Filliozat: mes émotions
- La couleur des émotions
- **Le jeu de cartes:** le langage des émotions
- **Le film:** Vice Versa/Inside out/Illes steht Kopf

### L'amour:

#### Livres:

- C'est quoi l'amour
- Roméo et Juliette – Shakespeare pour les petits.
- Monsieur Madame Je t'aime
- Timalin
- Das Farbenmonster
- Kindergarten
- All You Need Is Love.
- Le Loup qui cherchait une amoureuse)
- Robot in Love.
- Lapin Bisou



planning familial

**Bibliothèque d'outils, lexique, bibliographie, adresses utiles,...** Retrouvez tous nos outils dans les fiches « annexes » sur le site [www.watantweren.lu](http://www.watantweren.lu)