

# WAT antwoorden?

Je peux  
me promener  
tout·e nu·e ?

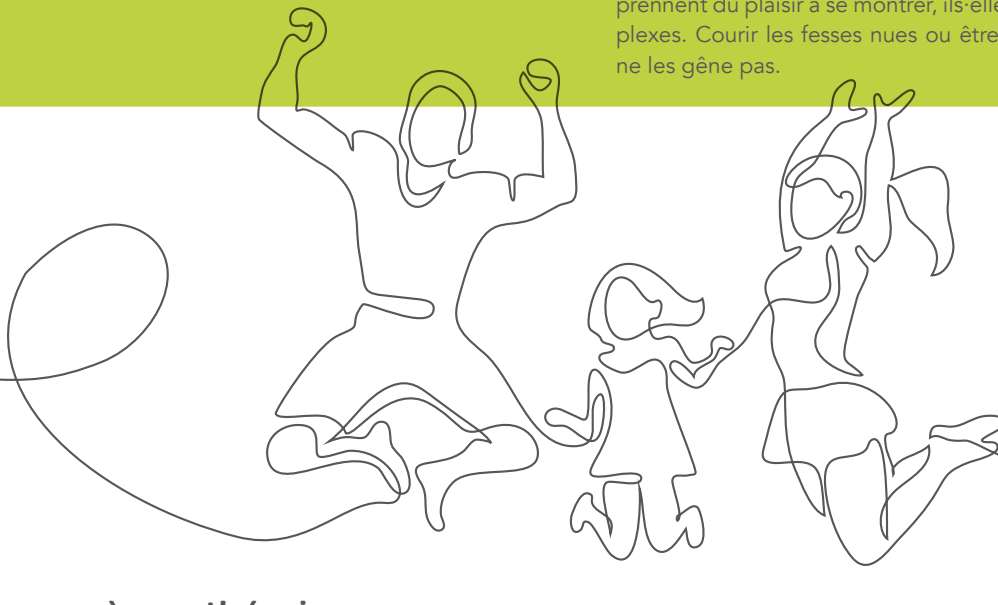
4-7  
ans

## Sous le coup de l'émotion...

Vous pourriez rire à l'énoncé de cette question ou même, ne pas prendre le temps d'y répondre. Vous pourriez aussi être amené·e à vous interroger vous-même sur le sujet de la nudité au sein de votre domicile.

Cette question renvoie effectivement à notre pudeur et à celle de nos enfants. Il est préférable de ne pas se moquer d'eux-elles.

Dans les premières années de leur vie, beaucoup d'enfants prennent du plaisir à se montrer, ils-elles s'affichent sans complexes. Courir les fesses nues ou être sur leur pot en public ne les gêne pas.



## Des repères «théoriques»

Les normes concernant la nudité sont les règles (sociales et culturelles) de la sexualité qui s'acquièrent vers l'âge de 4 ans.

La pudeur chez l'enfant se manifeste entre 4 et 7 ans. Voici un aperçu de l'évolution du rapport au corps et à l'intimité.

- Vers 6 ans, les enfants demeurent curieux·ses et continuent de poser des questions, mais ils-elles commencent à se rendre compte que les adultes **ne sont plus aussi réceptifs-ves / à l'aise qu'ils-elles le prétendent à répondre aux questions**. Les enfants deviennent plus introverti·es et prudes, mais les jeux sexuels persistent. Leur sexualité devient latente (période de latence). La notion d'intimité est normalement intégrée.

- **À 6 ans, il-elle est désormais assez grand·e pour se laver tout·e seul·e.**
- Entre 7 et 9 ans (l'âge de raison), les enfants peuvent commencer à se sentir mal à l'aise face à la nudité. Ils-elles ne veulent plus se déshabiller en présence d'autres personnes et arrêtent de se promener nu·es. Les enfants posent moins de questions sur le sexe et la sexualité. Ils-elles ne sont pas moins intéressé·es, mais ils-elles ont compris qu'il s'agit d'un sujet «lourd» dont on ne parle pas en public.
- Le fait d'exhiber ses parties (entre enfants) est moins fréquent entre 7 et 10 ans et reprend à la préadolescence.

## L'avis des expert·e·s

Exposer la beauté de son corps est souvent réalisé pour soi et se limite dans le temps (en fonction de l'âge).

**Bon repère : si l'enfant s'enferme dans la salle de bain ou se cache pour ne pas dévoiler sa nudité, ne circulez plus nu·e.** En effet, tout comme un·e adulte, un·e enfant a besoin de préserver son intimité. Petit·e, il·elle n'a pas encore conscience du regard des autres sur lui·elle. Il·elle ne connaît donc pas la pudeur. Celle-ci apparaît au fur et à mesure que l'enfant grandit. Il·elle éprouve alors le besoin de couvrir sa nudité, de protéger son « jardin secret » et de garder certains sentiments et certaines pensées pour lui·elle-même.

Ce besoin peut être plus ou moins prononcé selon la personnalité de l'enfant, mais il est important de toujours le respecter. **En effet, avec la pudeur vient aussi l'apprentissage des règles en société et des limites à respecter avec les autres.** Cet apprentissage servira à l'enfant dans tous ses rapports sociaux.

À partir de 7 ans, l'enfant devient de plus en plus pudique. Il·elle comprend bien ce qu'est l'espace intime et sait respecter les limites entre lui et les autres.

Le niveau de pudeur peut varier selon les familles et les cultures (par ex. la pratique du sauna traditionnel en famille dans certains pays). La gestion de cette pudeur et l'éducation donnée sont primordiales puisqu'elles déterminent la perception que votre enfant aura de lui·d'elle-même pendant l'adolescence. Ainsi, lorsque vous sentez qu'une mise au point s'impose, votre explication doit inclure une certaine notion de respect de soi et des autres, sans diaboliser le corps. Tout en évitant de donner l'impression à votre enfant que son corps est repoussant, il est important de lui apprendre à s'habiller avant d'entrer en contact avec d'autres personnes. **L'exhibitionnisme (= le fait de se monter nu·e), en tant que pathologie (maladie), est très rare chez l'enfant.**

Le plus important, est que la nudité ne doit pas être imposée. Un·e parent qui est nu·e et croise ses enfants dans le couloir parce qu'il·elle rejoint sa chambre pour aller s'habiller permet une certaine banalisation du corps. En revanche, un·e parent nu·e, qui s'installe dans le salon, n'accorde pas d'importance au respect mutuel dans un environnement partagé. **La nudité « par hasard » est acceptable, mais la nudité imposée, surtout quand elle met les enfants mal à l'aise, est à proscrire.**

## Astuces et manière de répondre

- Il faut rappeler que, dans notre société, nous ne nous baladons pas nu·es en dehors de la maison. À la maison, cela dépend de vous, de votre rapport au corps, de votre enfant et de son âge (cf. ci-dessus).
- Au-delà de nous protéger du froid, du soleil, des agressions extérieures..., les vêtements ont d'autres rôles : se mettre en valeur, cacher sa nudité, son intimité, camoufler ce qui nous dérange, valoriser ce qu'on aime, ou encore exprimer son genre.
- Lorsque votre enfant manifeste son besoin d'intimité, votre réaction est importante. En respectant votre enfant, vous lui apprenez à se respecter lui·elle-même, à établir ses limites et à respecter celles des autres.
- Ne vous moquez pas de votre enfant et respectez ses désirs en matière de nudité. Si, par exemple, il·elle préfère ne pas se déshabiller devant vous ou n'importe quelle autre personne, respectez son choix. Assurez-vous que les autres adultes et enfants en fassent de même.
- Aidez-le·la à se sentir bien socialement. Si votre enfant éprouve de la gêne à l'école (par exemple, pour se changer lors du cours d'éducation physique), parlez-en discrètement à son enseignant·e.
- Ne vous promenez pas nu·e devant votre enfant si vous sentez que cela le·la dérange. S'il·elle vous voit nu·e par hasard, n'en faites pas toute une histoire, mais évitez simplement la nudité devant lui·elle si vous le·la sentez mal à l'aise. Il ne s'agit pas d'avoir honte de son corps, mais seulement de respecter le sentiment de pudeur de votre enfant.
- Ne forcez rien. La pudeur va se développer naturellement. S'il·elle se touche les parties intimes (autostimulation), ne soyez pas inquiet·ète. C'est une exploration naturelle du corps. Cela fait partie du développement de l'enfant et ce n'est pas honteux. **Rappelez-lui toutefois de ne pas le faire en public, et précisez-lui où c'est acceptable de le faire** (sa chambre ou la salle de bain à la maison).
- Répondez à ces questions simplement, en utilisant les bons mots pour **identifier les parties du corps**.
- Validez avec lui·elle qu'il·elle a raison de se sentir ainsi : **son corps lui appartient.**



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)**

