



# PUDEUR

SÉQUENCE  
1/2

Les séquences sur la pudeur et l'intimité comporte 2 séquences :  
La pudeur et intimité en collectivité et masturbation

✓ Durée : 30 à 60 minutes

📍 Lieu : salle conviviale



## PUBLIC : 12-14 ANS MIXTE

Aucun prérequis



## ANIMATEUR.RICE.S : 1 OU 2

### Prérequis :

- › Se procurer le règlement intérieur de l'unité – identifier les règles liées à la pudeur, au respect de l'intimité et les règles de vie en collectivité qui y figurent.



## SUPPORT.S ET MATÉRIEL

- › Santé BD : Visuels en annexe
- › Paperboard, feutres



## OBJECTIFS DE LA SÉANCE

- › Définir la notion de pudeur
- › Connaître les règles sociales, les droits et les devoirs de la vie en collectivité
- › Développer l'empathie, le respect de soi et des autres.

- › CPS : Avoir de l'empathie pour les autres
- › CPS : Avoir conscience de soi
- › CPS : Etre habile dans ses relations

## RESSOURCES

- › [SANTÉ BD.org](http://SANTÉ BD.org)
- › PESSADI – Programme d'éducation à la santé pour les adolescents présentant une déficience intellectuelle – livret « pudeur et masturbation » disponible en prêt au centre de documentation de Promotion santé Normandie

## ACCUEIL

- › L'animateur-riche installe les participant-e-s dans la salle prévue. Il-elle veille à ce que les participant-e-s soient bien installé-e-s et qu'ils-elles puissent voir les supports et échanger avec les autres.
- › L'animateur-riche rappelle le cadre et les règles du groupe.
- › Un rituel peut être mis en place dans le groupe ou une animation de bienvenue.
- › L'animateur-riche explique que la séance d'aujourd'hui va permettre de parler de la pudeur.



# PUDEUR

SÉQUENCE  
1/2

Les séquences sur la pudeur et l'intimité comporte 2 séquences :  
La pudeur et intimité en collectivité et masturbation

## ÉTAPE 01



### OBJECTIFS

- › Définir collectivement la pudeur



### CONSIGNES

L'animateur-riche lance l'animation en interrogeant le groupe sur la signification de la pudeur

Il-elle note l'ensemble des réponses du groupe sur le tableau. Si vous ne comprenez pas le sens de certains mots évoqués ou que le sens n'est pas clair, faites reformuler les participant-e-s.



### QUESTIONS

- › Pouvez-vous me dire :
- › Est-ce que vous connaissez le mot « pudeur » ?
- › Qu'est-ce que cela veut dire ?

Laissez le groupe s'exprimer afin de savoir ce qu'il connaît.

Exemples de réponses attendues :

- › « c'est quand on se cache quand on est nu »
- › « c'est lorsque l'on ferme la porte de la chambre ou de la cabine d'essayage quand on se déshabille »
- › « c'est quand on ferme la porte pour aller aux toilettes ou prendre une douche »

Si personne ne connaît la signification, donner des exemples : (technique de d'accord/pas d'accord)

- › Se montrer nu devant les gens
- › Remonter son pantalon avant de sortir des toilettes
- › S'habiller ou se déshabiller devant les autres

- › Prendre sa douche la porte ouverte
- › Toucher son sexe dans la pièce de vie ou dans le bus
- › Se masturber dans sa chambre
- › Fermer le rideau ou la porte de la cabine d'essayage du magasin
- › Faire du sport torse-nu

Il y a plein d'autres exemples évoquant la pudeur. Utilisez des exemples du quotidien. L'important est de faire comprendre au groupe qu'il y a des choses que l'on fait seulement en privé et qu'on ne peut pas montrer sa nudité en totalité ou en partie à tout le monde.

Nuancer, amener le débat et la réflexion en rebondissant sur les réponses des participants :

Ex : on ne se montre pas nu devant les gens. Oui mais, n'y a-t-il pas des exceptions à cette règle ?

Quand est-ce que l'on a le droit ou pas le choix d'être nu devant les autres ?

- › Chez le médecin
- › Devant ses parents, est-ce que cela arrive parfois ?
- › A la plage
- › Dans le vestiaire de la salle de sport

Différencier les lieux où c'est interdit et les lieux où c'est admis / les lieux où c'est adapté et ceux où ça ne l'est pas.



# PUDEUR

SÉQUENCE  
1/2

Les séquences sur la pudeur et l'intimité comporte 2 séquences :  
La pudeur et intimité en collectivité et masturbation

## ÉTAPE 02



### OBJECTIFS

- › Respecter la pudeur des autres
- › Connaître les droits et les devoirs de chacun



### CONSIGNES

En partant des images de l'outil, demander aux jeunes de choisir l'image qui correspond au respect de la pudeur de l'autre.

Images disponibles:

- › Entrer dans la salle de bain
- › Une personne s'habille, sa porte est ouverte
- › Une personne se change dans un vestiaire collectif
- › Une personne sort des toilettes



### QUESTIONS

- › A partir des images, pouvez-vous me dire :
- › Comment doit-on se comporter vis-à-vis des autres lorsque l'on doit se mettre nu dans un lieu collectif ?

Respecter l'intimité, le degré de pudeur de chacun. Chaque personne à des degrés de sensibilité différents.

Pourquoi c'est important de respecter l'intimité des autres ?

- › Se sentir en confiance
- › En sécurité
- › Notion de respect

- › Qu'est-ce que veut dire le mot tabou ?

Sujet dont on ne parle pas par crainte ou par pudeur (gêne).

- › Est-ce qu'il y a des mots qui sont tabous ?

- › De quoi parle-t-on quand on parle d'intimité ?

Intimité : sexualité, besoin de se retrouver seul ou à deux, les parties intimes...

- › Est-ce normal d'avoir besoin d'intimité ? pourquoi ?

Aborder la notion de choix c'est-à-dire :

Je peux dire non à une demande.

Je peux m'isoler pour être tranquille quand je me change.

Je peux refuser de regarder des images qui sont choquantes ou me prendre en photo en situation d'intimité

### MESSAGE

La pudeur, un besoin d'intimité pour se respecter et respecter les autres !



# PUDEUR

SÉQUENCE  
1/2

Les séquences sur la pudeur et l'intimité comporte 2 séquences :  
La pudeur et intimité en collectivité et masturbation

## FIN DE SÉANCE



### RETOUR AU CALME

Faire asseoir les enfants pour dire que la séance est finie.



### QUESTIONS

> Demander aux participant-e-s de résumer en quelques mots ce qu'ils ont retenu de la séance.

Demander au groupe de résumer en quelques mots ce qu'ils ont retenu de la séance.

S'assurer qu'il ne reste pas de question ou d'incompréhension en suspens.



### CONSIGNE

Clore l'animation en remerciant les participants pour leur investissement.

## NOTIONS CLÉS À ABORDER

Quelques éléments de réponse pour l'animateur : (définition à adaptée en fonction de votre public)

A l'adolescence et à l'âge adulte, le non-respect de certaines règles de pudeur et de vie en collectivité peut occasionner des comportements défendus par la loi, on peut parler d'atteinte à la pudeur ou d'exhibitionnisme. Pour éviter ces situations, il est nécessaire de faire l'éducation à la pudeur.

- La pudeur est un sentiment de réserve, de retenue, de honte et de délicatesse.

- La pudeur a été inventée par l'être humain pour pouvoir vivre en société. Elle favorise chez les hommes et les femmes une certaine retenue morale et physique pour ce qui est considéré comme indécent dans la société. La pudeur est différente d'une société à l'autre et d'une époque à l'autre.

La pudeur est une réserve ou une certaine discrétion associée au corps et à la sexualité.

A l'inverse de la pudeur, il y a l'exhibitionnisme et l'attentat à la pudeur qui sont punis par des lois.

La pudeur répond à un besoin fondamental pour la construction d'un enfant. : besoin d'intimité et de sécurité.