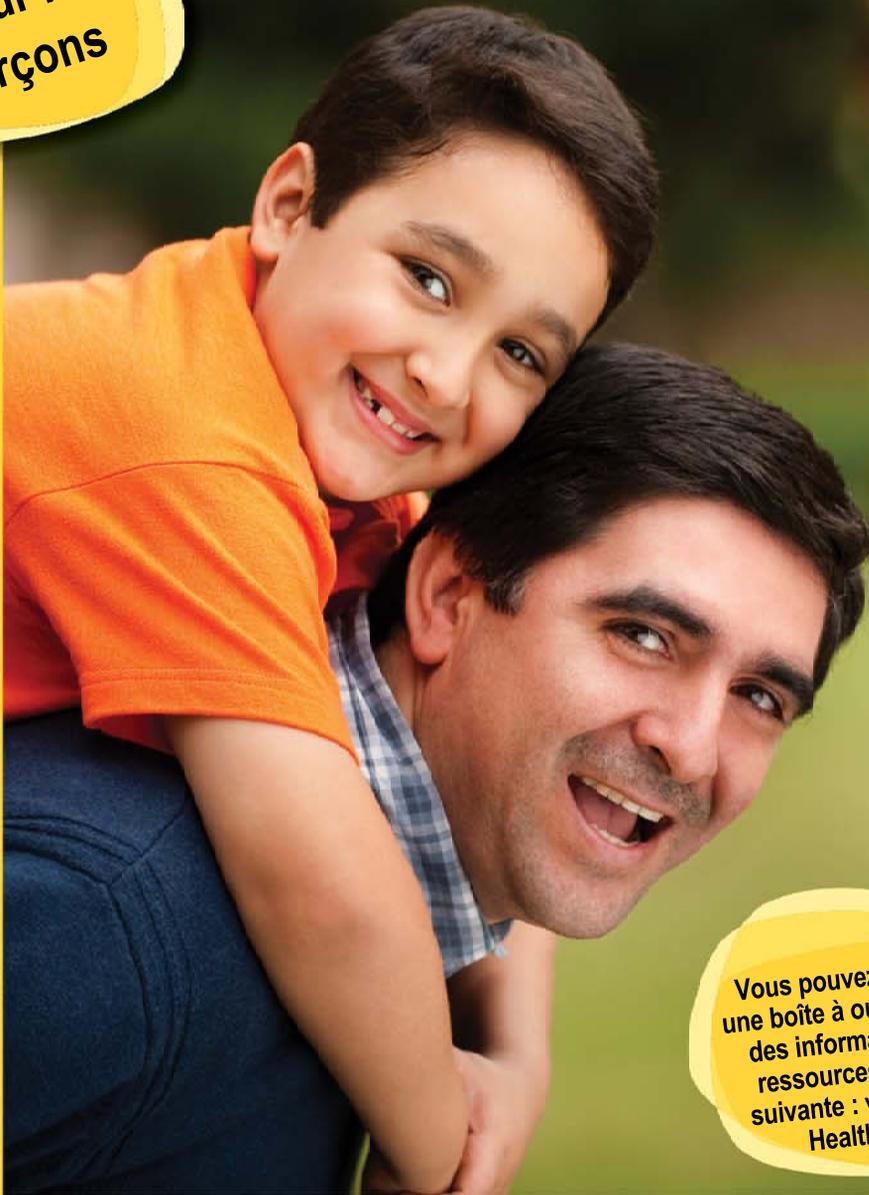




VANDERBILT KENNEDY CENTER
LEADERSHIP EDUCATION IN NEURODEVELOPMENTAL DISABILITIES

Un corps en bonne santé – Annexe

pour les
garçons



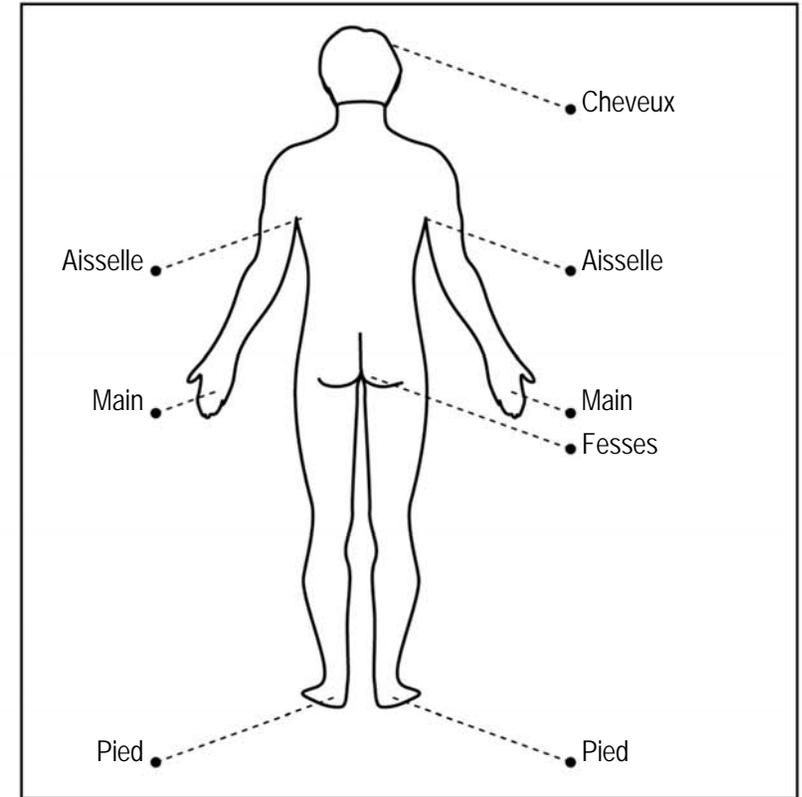
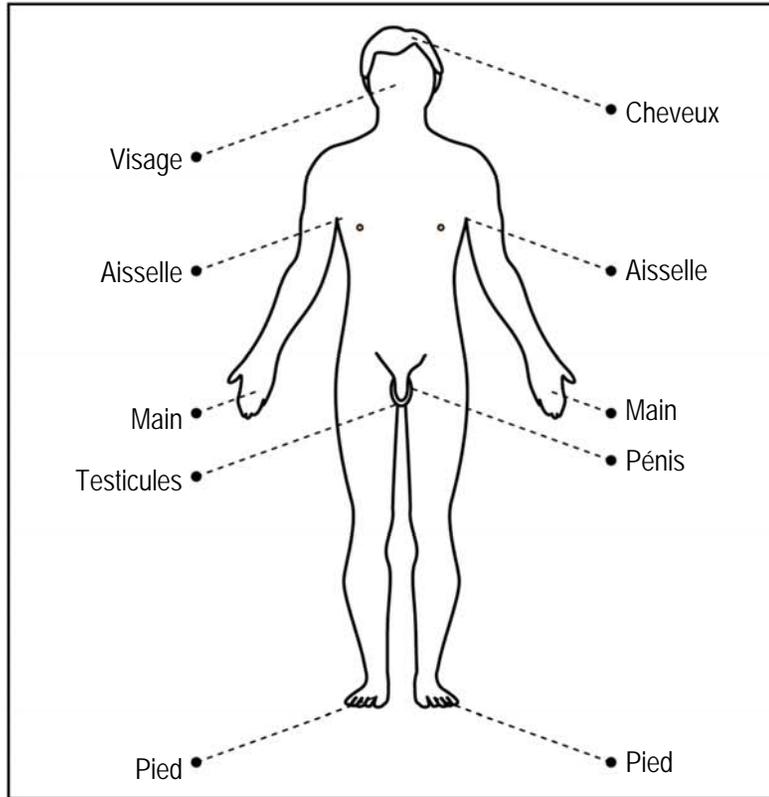
Vous pouvez télécharger
une boîte à outils contenant
des informations et des
ressources à l'adresse
suivante : [vkc.vumc.org/
HealthyBodies](http://vkc.vumc.org/HealthyBodies)

Un guide sur la puberté pour les garçons souffrant d'un
handicap à l'attention des parents

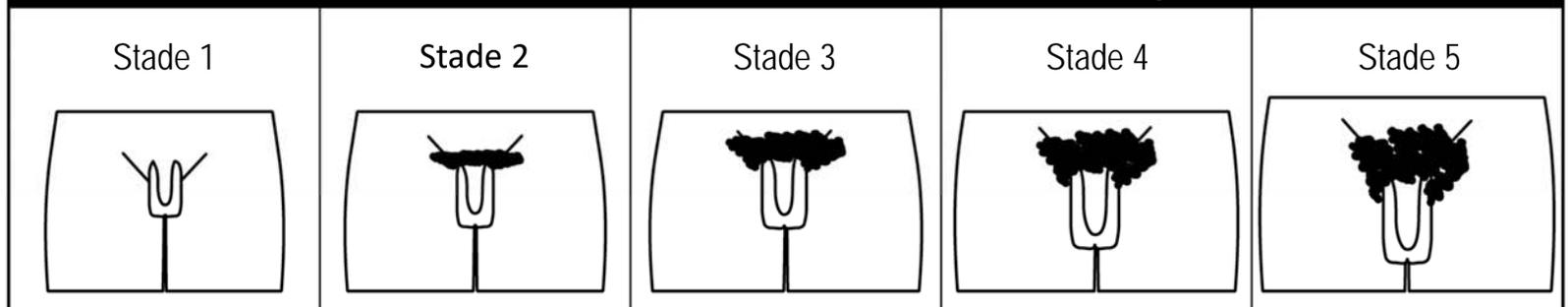
Annexe Enseigner les parties du corps – Supports visuels

Utilisez ces images pour enseigner le nom des parties du corps. Après avoir enseigné les noms des parties du corps, vous pouvez les recouvrir et demander à votre fils de les nommer dans le cadre d'un jeu. Vous pouvez également découper les noms et demander à votre fils de les placer physiquement sur l'image.

Les stades du développement de Tanner (ci-dessous) peuvent lui montrer comment son pénis et ses testicules vont changer et sa pilosité augmenter.

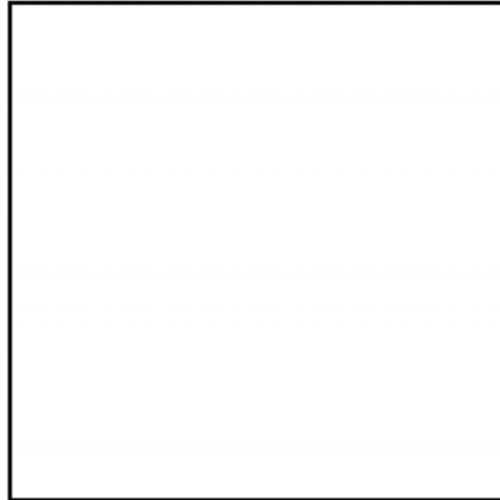
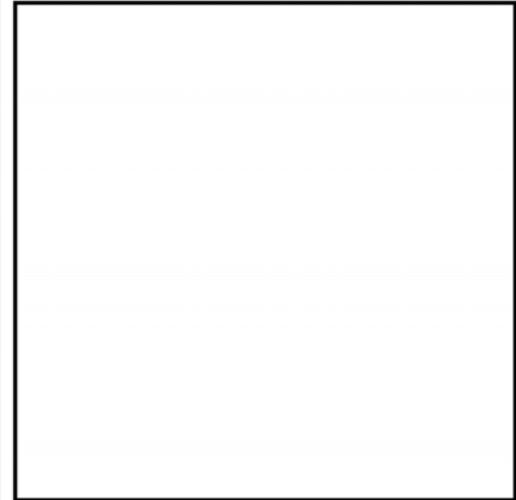
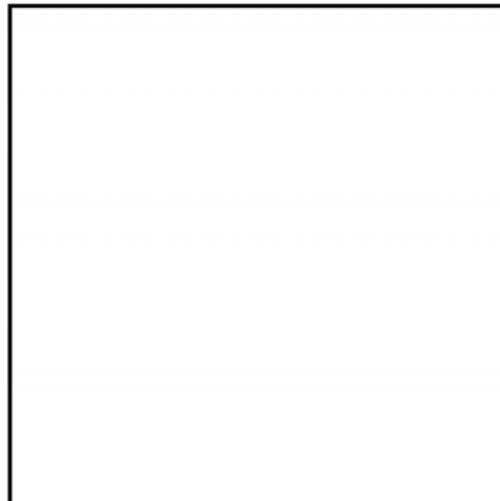
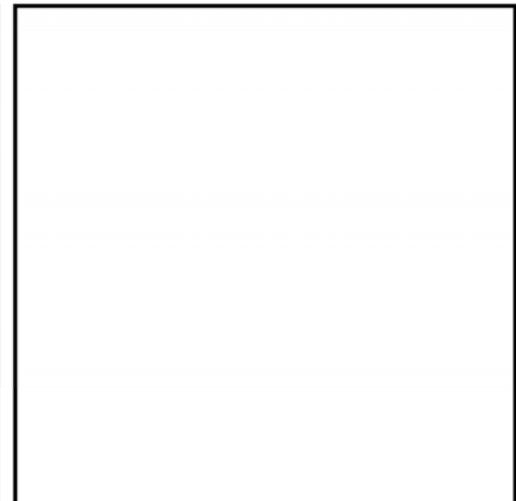


STADE DU DÉVELOPPEMENT PUBERTAIRE DE TANNER CHEZ LES GARÇONS

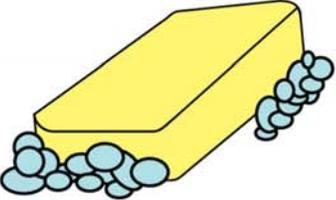
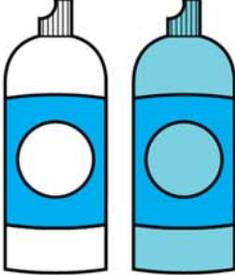
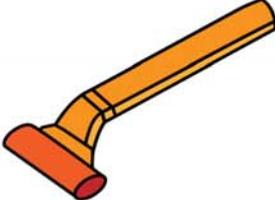
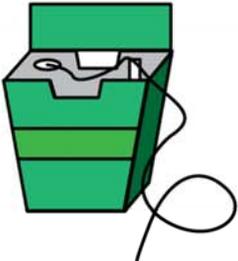


Pour motiver votre enfant à faire des choses qui peuvent être difficiles ou désagréables pour lui, comme l'exercice, essayez d'utiliser un support visuel tel qu'un tableau « D'abord/Ensuite ». Effectuez *d'abord* l'activité qui lui plaît le moins, *puis* l'activité qui fait office de récompense. Par exemple, « D'abord l'exercice » suivi de « Ensuite les jeux vidéo ». Vous pouvez utiliser des images ou des mots, en fonction des capacités de lecture de votre enfant. Vous pouvez également plastifier ces cartes et utiliser du velcro avec des images ou un marqueur effaçable à sec pour pouvoir les réutiliser.

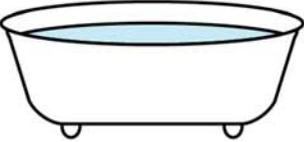
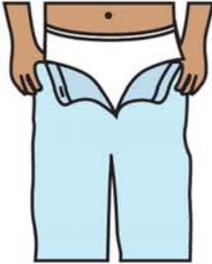
N'OUBLIEZ PAS : Mettez toujours l'activité la plus amusante dans la boîte Ensuite. Cela montre à votre enfant ce qu'il doit faire pour y accéder.

D'abord**Ensuite****D'abord****Ensuite**

Annexe Encourager une bonne hygiène – Supports visuels pour les produits d'hygiène

<p>Se savonner</p> 	<p>Shampooing/ Après-shampooing</p> 	<p>Rasoir</p> 	<p>Mousse à raser</p> 	<p>Déodorant</p> 
<p>Slip propre</p> 	<p>Lingettes humides</p> 	<p>Lotion</p> 	<p>Brosse à cheveux</p> 	<p>Brosse à dents</p> 
<p>Dentifrice</p> 	<p>Fil dentaire</p> 	<p>Prendre les médicaments</p> 	<p>Ne pas toucher aux boutons d'acné</p> 	

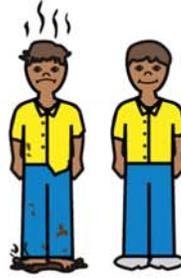
Annexe Encourager une bonne hygiène – Supports visuels pour la routine de la douche

<p>Remplir la baignoire d'eau chaude</p> 	<p>Ouvrir l'eau dans la douche</p> 	<p>Se déshabiller</p> 	<p>Aller dans la baignoire</p> 	<p>Aller sous la douche</p> 
<p>Laver le corps entier</p> 	<p>Rincer le savon</p> 	<p>Mettre du shampoing dans la paume de la main</p> 	<p>Appliquer sur la chevelure et faire mousser</p> 	<p>Rincer le shampoing</p> 
<p>Couper l'eau</p> 	<p>Se sécher avec une serviette</p> 	<p>Mettre du déodorant</p> 	<p>Mettre des vêtements propres</p> 	<p>Je me suis bien débrouillé</p> 

Qu'est-ce que c'est que cette odeur ?

Je grandis et mon corps change. J'ai des poils sous les aisselles et sur mes parties intimes. Parfois, mes aisselles et mes parties intimes sentent mauvais. Cette odeur s'appelle l'odeur corporelle. Les gens n'aiment pas sentir les odeurs corporelles. Si je sens mauvais, les gens ne voudront pas être près de moi. Je peux réduire les odeurs corporelles en me lavant les cheveux, les aisselles, les parties intimes et les pieds tous les jours avec de l'eau chaude et du savon. Après m'être lavé(e), je peux mettre du déodorant sur mes aisselles. Le déodorant aidera mes aisselles à sentir bon et à rester sèches. Je mettrai du déodorant sous mes aisselles tous les matins pour me débarrasser de mon odeur corporelle. J'aime sentir bon. Si je sens bon, mes parents, mes amis et mes professeurs seront également contents.

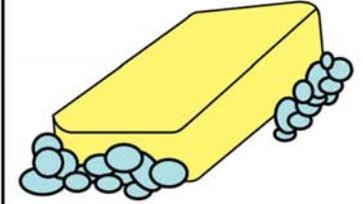
Sale vs propre



Se laver les cheveux



Se savonner



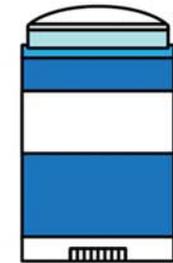
Laver le corps entier



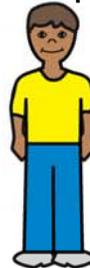
Mettre du déodorant



Déodorant

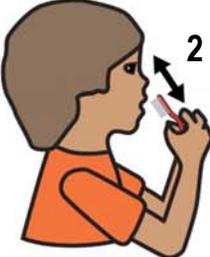


Mettre des vêtements propres



Sentir bon

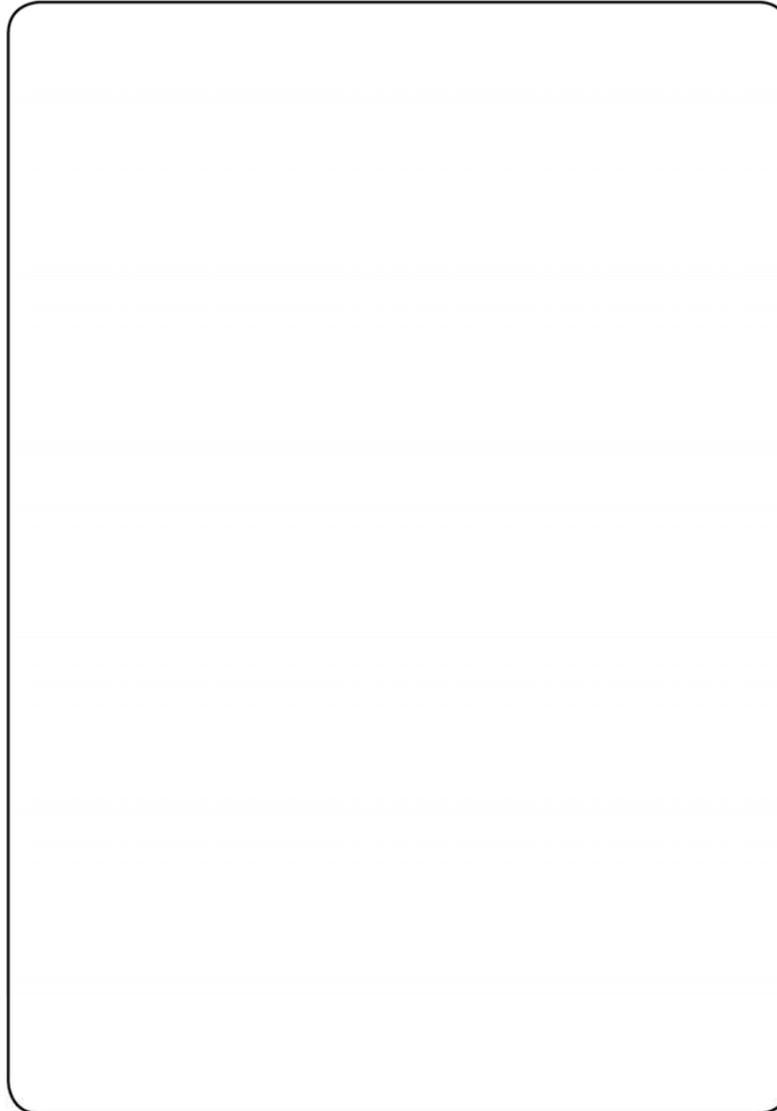
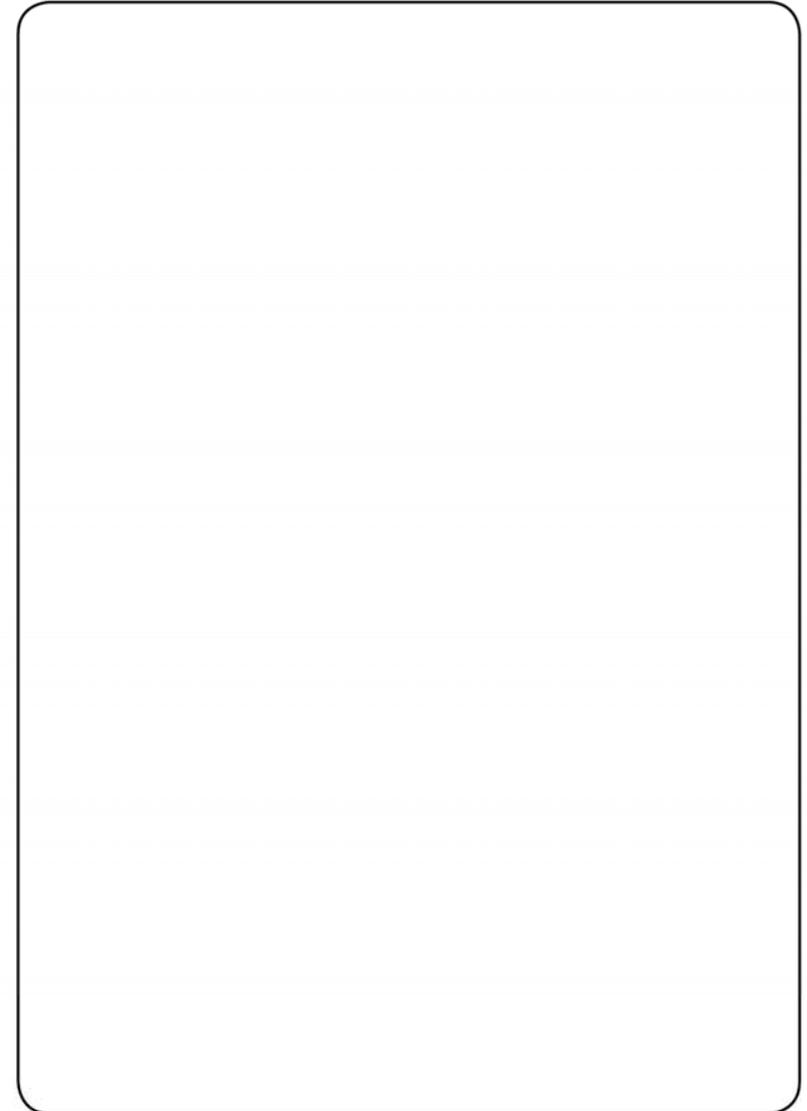


<p>Brosse à dents</p> 	<p>Dentifrice</p> 	<p>Mettre du dentifrice sur la brosse à dents</p> 	<p>Se brosser les dents</p> <p>2 min.</p> 	<p>Cracher dans le lavabo</p> 
<p>Se rincer la bouche</p> 	<p>Fil dentaire</p> 			

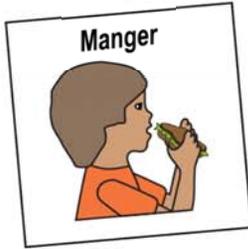
Vous pouvez apprendre à votre fils quels comportements sont acceptables dans les lieux publics et quelles activités doivent rester privées à l'aide d'images. Dans l'activité ci-dessous, vous pouvez l'aider à faire le tri entre les activités et les lieux publics et privés. Vous pouvez utiliser les images des pages suivantes ou ajouter vos propres images.

Une fois que votre fils aura compris ce que signifie « public » et « privé », vous pourrez utiliser les images « public » et « privé » comme rappel visuel. Par exemple, s'il commence à se curer le nez, brandissez la carte « privé » et dites-lui de trouver un endroit à l'abri des regards.

Ces images ou rappels visuels peuvent également être utilisés pour préparer votre fils à se rendre dans un lieu public, comme une sortie au restaurant.

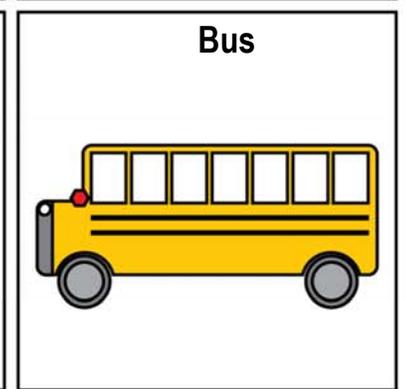
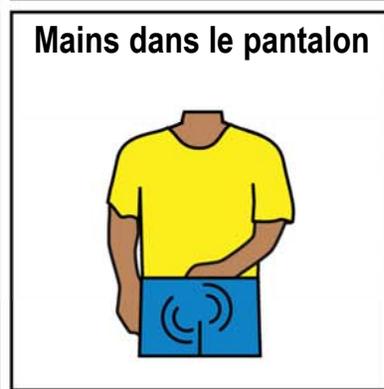
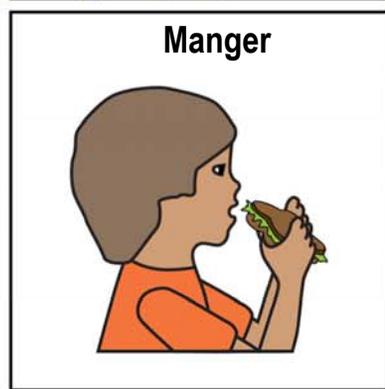
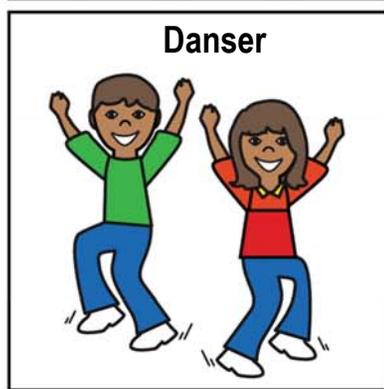
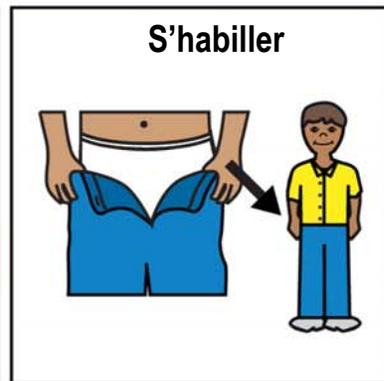
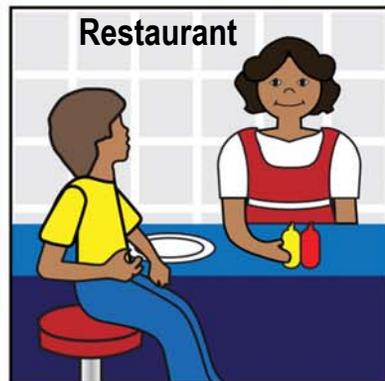
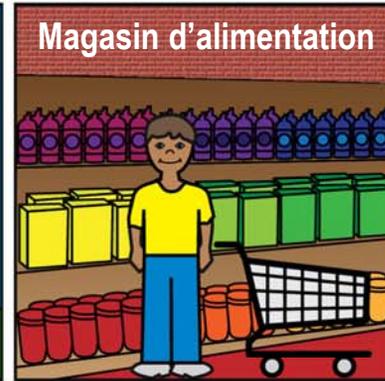
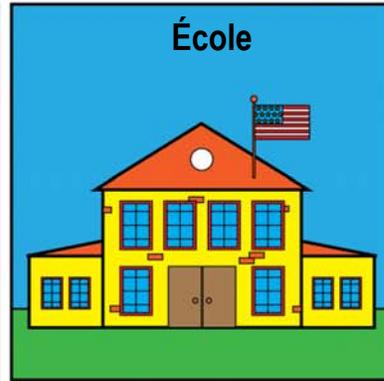
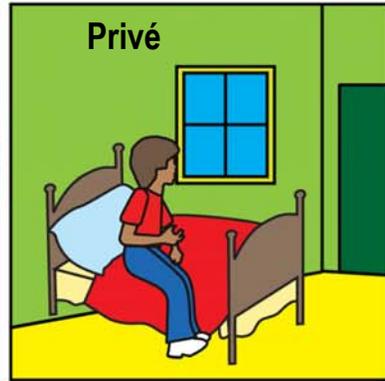
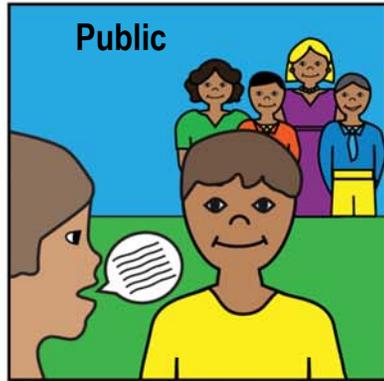
Public**Privé**

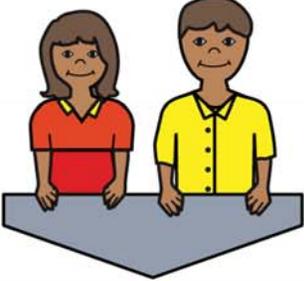
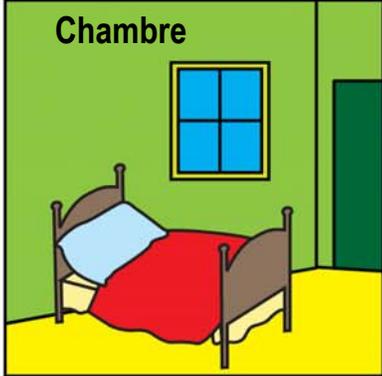
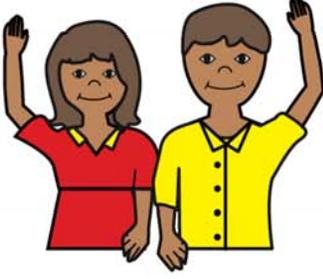
Public



Privé



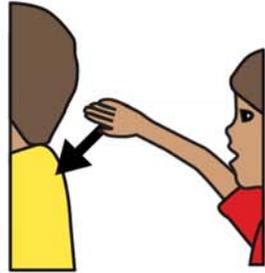


<p>Faire un pet</p> 	<p>Mains sur la table</p> 	<p>Se gratter le bras</p> 	<p>Salle de bain toilette</p> 	<p>Chambre</p> 
<p>Salle de bain</p> 	<p>Se gratter les fesses</p> 	<p>Seul</p> 	<p>Pas de mains dans le pantalon</p> 	<p>Se laver les mains</p> 
<p>Jouer au ballon</p> 	<p>Faire coucou de la main</p> 	<p>Récompense</p> 	<p>Récompense</p> 	<p>Activité spéciale</p> 

Tenir un livre devant soi



Tapes dans le dos



Se curer le nez



Se tenir la main



Tape dans la main



Serrer quelqu'un dans ses bras



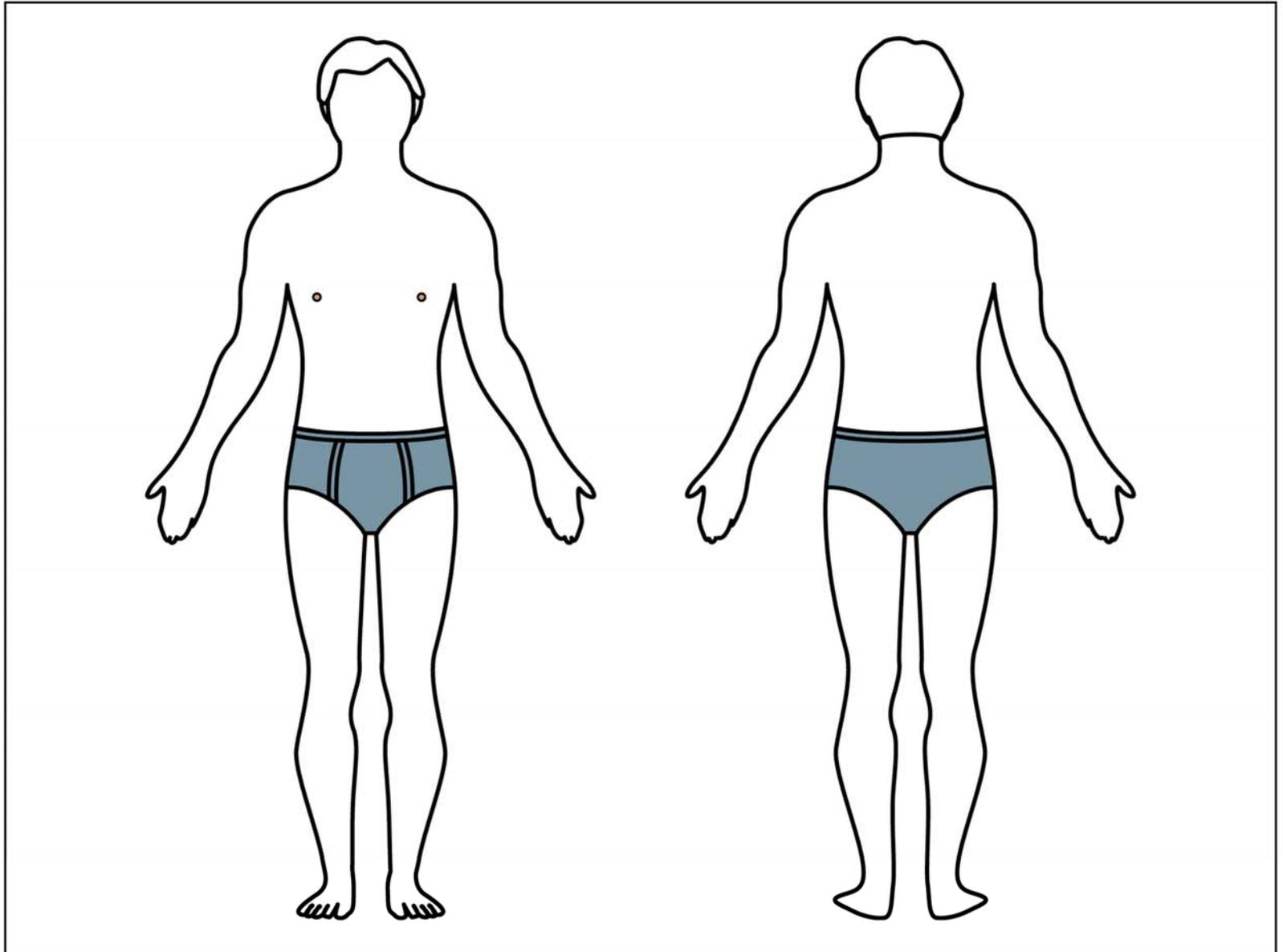
Faire un bisou

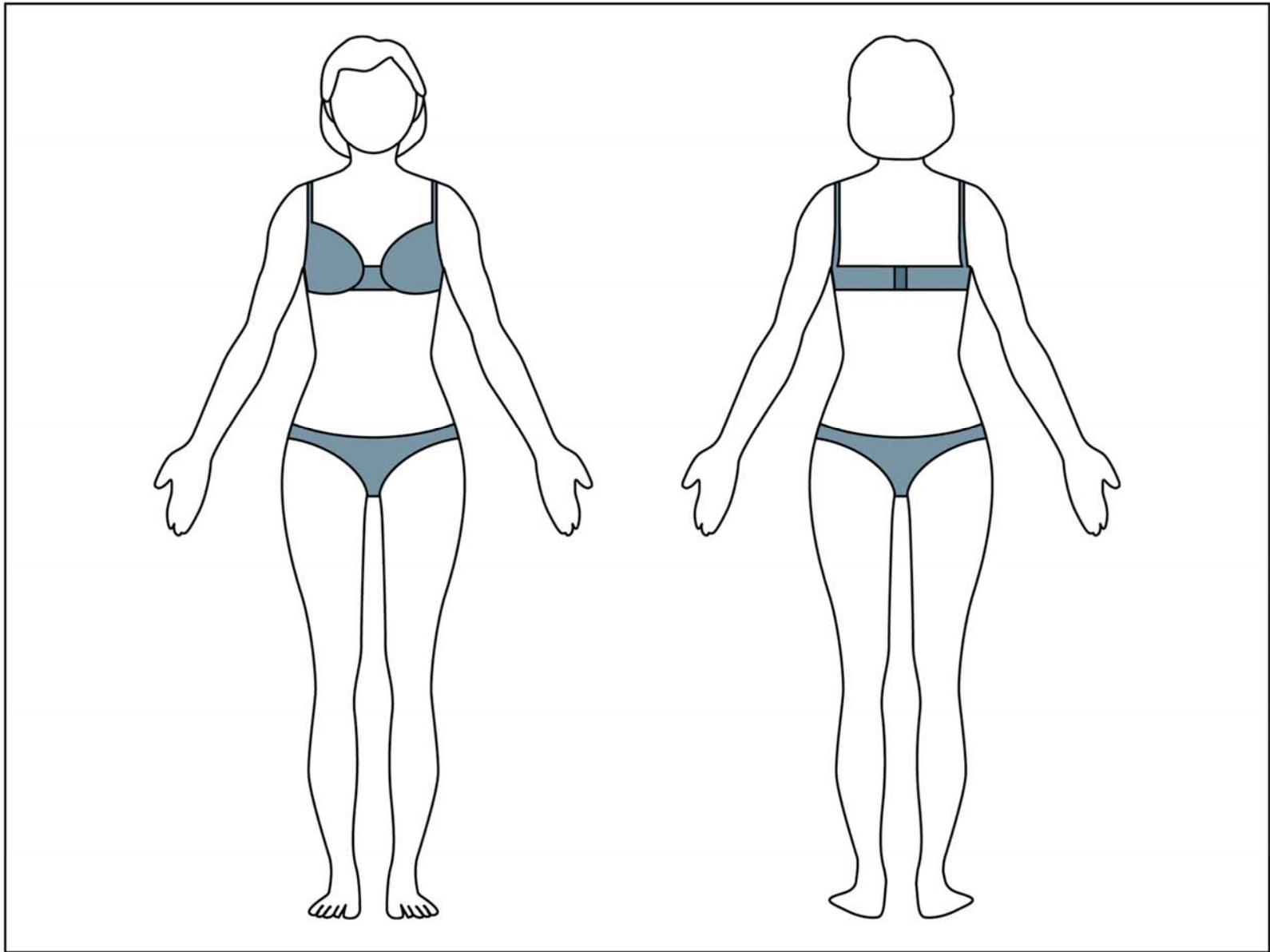


Apprenez à votre enfant où il peut toucher les autres et où les autres peuvent le toucher en utilisant les figures suivantes. Montrez une partie du corps et dites : « Est-ce qu'on peut toucher ? »

Si oui, placez un cercle vert sur cette partie du corps pour dire « oui ». Si non, mettez un cercle rouge pour « stop ».

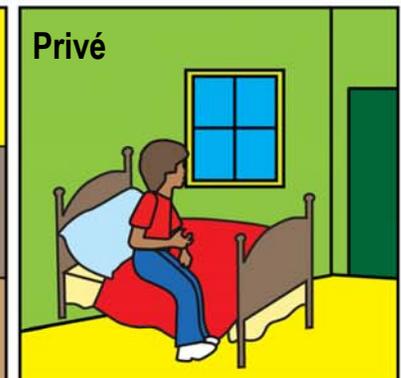
Par exemple, votre fils doit mettre un cercle vert sur la main et un cercle rouge sur le bas. Vous pouvez utiliser la même activité et demander : « Où les gens peuvent-ils me toucher ? »





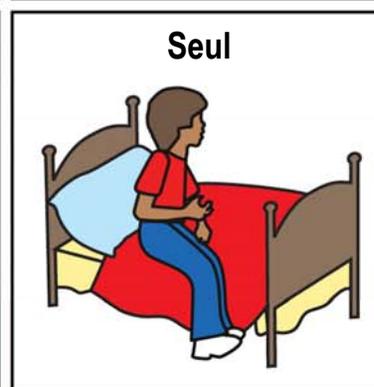
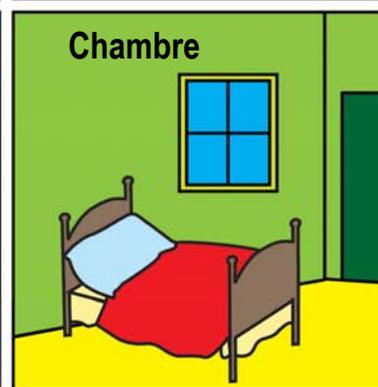
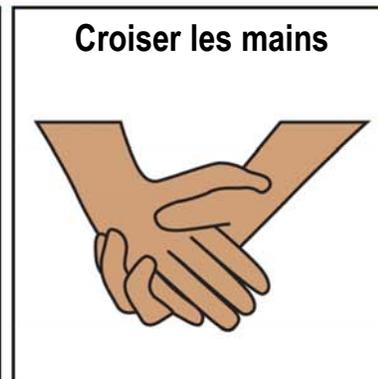
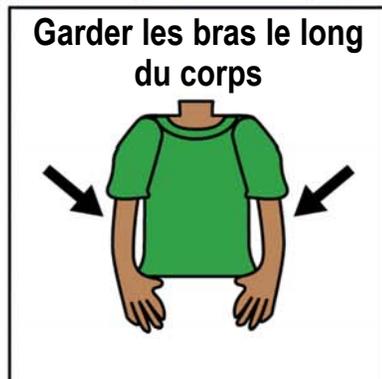
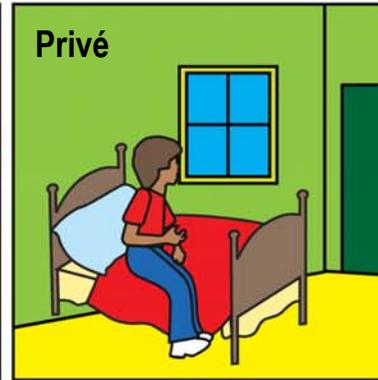
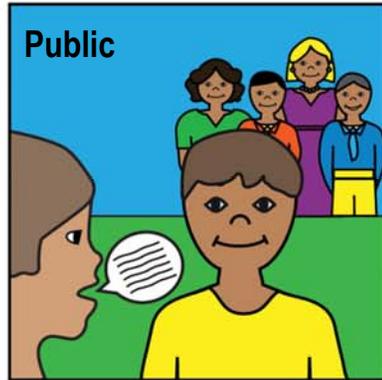
Se curer le nez est quelque chose que l'on fait en privé

Il m'arrive de me curer le nez en privé. Je ne me cure le nez que lorsque quelque chose est coincé dans mon nez et que je ne peux pas l'expulser avec un mouchoir en papier. Se curer le nez peut propager des microbes. Je dois utiliser un mouchoir en papier lorsque je me cure le nez ou me mouche. Je dois me laver les mains après avoir touché mon nez. Les gens ne veulent pas me voir me curer le nez. Lorsque j'ai besoin de me curer le nez, je vais dans un endroit privé, par exemple dans la salle de bain avec la porte fermée. Je ne dois pas me curer le nez devant d'autres personnes ni parler de mon geste à d'autres personnes.



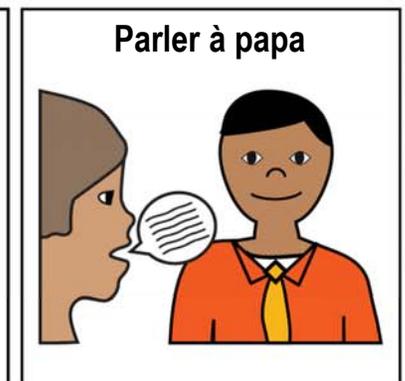
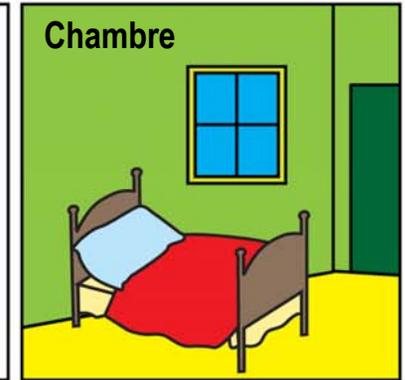
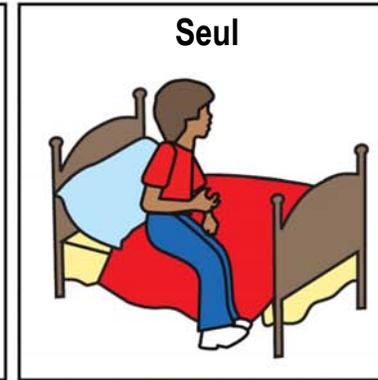
Parties intimes

Les endroits **publics** sont ceux où les gens peuvent me voir. Les endroits **privés** sont des endroits à l'écart des autres personnes, comme ma chambre ou la salle de bain avec la porte fermée. Tout le monde a des parties **intimes**. Je peux savoir quelles parties de mon corps sont **intimes** parce que je les couvre avec mes sous-vêtements. Je ne touche pas mes parties intimes en public, à la vue des autres. Je ne mets jamais mes mains dans mon pantalon en public. Je peux m'aider à me rappeler de ne pas toucher en mettant mes mains à côté de moi, en croisant les bras ou les mains. Parfois, j'ai besoin de toucher mes parties intimes, par exemple lorsque ça me gratte ou que mes sous-vêtements me gênent. Je peux demander à aller aux toilettes. Lorsque je suis seul(e) dans ma chambre ou dans la salle de bain, je peux toucher mes parties intimes.



Mais ça fait du bien !

Je ne touche pas mes parties intimes en public, à la vue des autres. Lorsque je suis seul(e) dans ma chambre ou dans la salle de bain avec la porte fermée, je peux toucher mes parties intimes. Toucher mes parties intimes peut parfois me faire du bien. Certaines personnes aiment ce qu'elles ressentent lorsqu'elles touchent leurs parties intimes. Je peux toucher mes parties intimes quand je suis seul(e). Parfois, toucher mes parties intimes peut être salissant. Je nettoierai mes mains et mes parties intimes quand j'aurai fini. Je ne parlerai pas du fait de toucher mes parties intimes avec d'autres personnes. Si j'ai des questions ou si j'ai mal quand je me touche, j'en parlerai à mon _____ (insérer le nom du médecin ou d'un adulte de confiance.)



Toucher ou ne pas toucher, voilà la question !

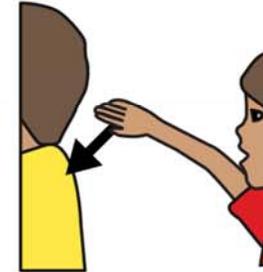
Lorsque je suis avec mes amis et ma famille, il est généralement acceptable de les toucher et qu'ils me touchent le bras, le dos, les épaules ou les mains. Il s'agit de zones du corps qu'il est acceptable de toucher. Par exemple, je peux leur donner une tape dans la main, leur tapoter le dos ou leur toucher le bras pour attirer leur attention. Je n'ai pas le droit de toucher d'autres personnes sur les parties de leur corps couvertes par des sous-vêtements, comme les fesses, les seins, le pénis ou le vagin. Il est interdit à quiconque (à l'exception de mon médecin, de mes parents ou de _____)* de toucher les parties de mon corps couvertes par mes sous-vêtements. Il s'agit de parties intimes du corps et de zones « Stop ». Si quelqu'un me touche les parties intimes, je dois dire « STOP » ou « NON » et le signaler à ma mère, mon père, _____ ou mes professeurs. Parfois, ma mère, mon père, (insérer le nom d'un adulte de confiance) et mon médecin auront besoin de voir mes parties intimes pour m'aider à rester propre et en bonne santé. Si je ne veux pas qu'ils voient mes parties intimes, je peux leur demander de respecter mon intimité.

* Il peut s'avérer utile de modifier la liste pour y inclure les soignants ou les professionnels de la santé qui doivent aider l'enfant dans ses activités quotidiennes ou pratiquer des actes médicaux nécessaires.

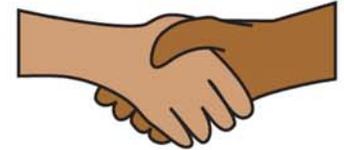
Tape dans la main



Tapes dans le dos



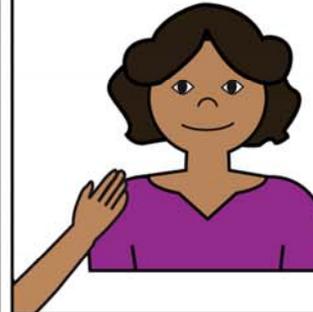
Se serrer la main



Se tenir la main



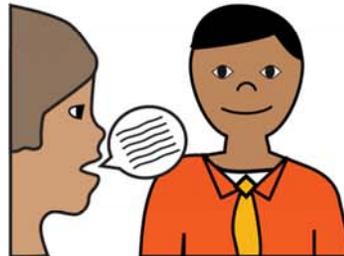
Toucher les épaules



Maillot de bain



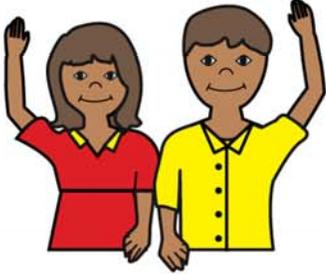
Parler à papa



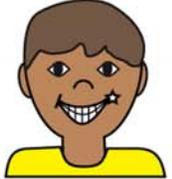
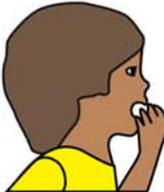
Famille, amis et autres personnes

L'utilisation d'un jeu de tri pour expliquer les relations peut aider votre enfant à comprendre quel type de comportement est approprié pour différents types de relations. Par exemple, les inconnus se trouvent dans la colonne la plus éloignée et votre enfant peut voir qu'il est acceptable de les saluer ou de leur serrer la main. Les comportements de la première ligne concernent les partenaires romantiques et les conjoints. La famille et les amis se situent entre les deux. Votre famille peut décider des comportements à inclure dans chaque case. Vous pouvez prendre des photos de personnes pour illustrer chaque groupe.

Entraînez-vous. Emportez-le avec vous lors de vos sorties et utilisez-le pour aider votre enfant à comprendre comment saluer quelqu'un. Par exemple, sortez le tableau lorsque votre enfant voit une personne qu'il connaît à l'école et montrez-lui les comportements qu'il peut adopter pour dire bonjour.

Marié(e) ou dans une relation	Famille	Amis	Autres personnes et inconnus
<p>Faire un bisou</p> 	<p>Serrer quelqu'un dans ses bras</p> 	<p>Tape dans la main</p> 	<p>Faire coucou de la main</p> 

Ces cartes illustrées montrent différents sentiments et expressions faciales. Vous pouvez utiliser ces cartes pour a) décrire ce que ressent votre fils et b) l'aider à vous dire ce qu'il ressent. Par exemple, s'il semble heureux, montrez-lui la carte « Heureux(-se) » pendant que vous décrivez ce sentiment (« Tu sembles heureux aujourd'hui »). Il peut apprendre à vous donner la carte pour vous dire ce qu'il ressent.

<p>Triste</p> 	<p>Déprimé</p> 	<p>Gêné</p> 	<p>En colère</p> 	<p>Choqué</p> 
<p>Déçu</p> 	<p>Blessé</p> 	<p>Confus</p> 	<p>Frustré</p> 	<p>Excité</p> 
<p>Heureux</p> 	<p>Détendu</p> 	<p>Curieux</p> 	<p>Aimé</p> 	<p>Fier</p> 
<p>Paresseux</p> 	<p>Prêt à travailler</p> 	<p>Fatigué</p> 	<p>Grincheux</p> 	

Lorsque j'ai une éjaculation nocturne

Parfois, lorsque je me réveille le matin, mes sous-vêtements sont mouillés. Je n'ai pas fait pipi au lit. J'ai eu une éjaculation nocturne. C'est normal.

J'enlèverai mon pyjama et mes sous-vêtements sales. Je les mettrai dans le panier à linge. Mes parents seront fiers que je range mes vêtements sales.

Je laverai mes parties intimes avec un gant de toilette chaud pour être propre. Ensuite, je mettrai des sous-vêtements et un pantalon propres.

Puis je signalerai à mes parents que mes draps sont sales. Je peux utiliser mes mots ou accrocher une affichette sur ma porte.

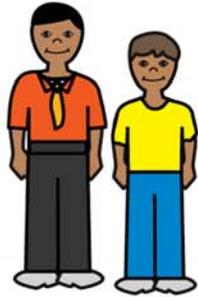
Je peux enlever les draps sales de mon lit et les mettre dans le panier à linge. Cela aidera ma mère et mon père.

Les éjaculations nocturnes font partie de la vie d'un adulte. Je peux prendre soin de moi quand j'ai une éjaculation nocturne.



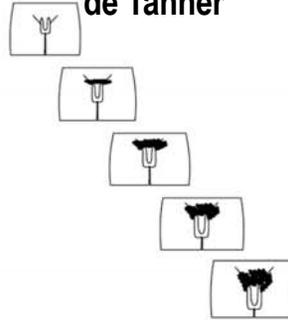


Grandir



Je grandis. Mon corps devient plus grand et plus gros.

Stade du développement pubertaire de Tanner



Mon pénis et mes testicules grandissent et changent également. Je vais avoir des poils sous les bras et entre les jambes. C'est normal.

Les érections



Parfois, lorsque je touche mon pénis, il devient plus dur et plus long. C'est ce qu'on appelle une érection.

Attendre



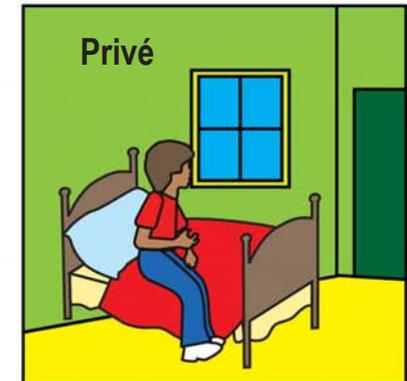
Parfois, les érections surviennent lorsque je ne le souhaite pas. Je peux m'asseoir tranquillement jusqu'à ce qu'elle disparaisse ou demander à aller aux toilettes.

Hommes adultes



Les érections font partie du processus normal de croissance. Cela arrive à tous les hommes, même à mon ____ (insérer la figure masculine dans la vie de l'enfant).

Privé



Les érections sont privées. Je ne dois pas parler de mon pénis ou de mes érections en public. Si j'ai des questions, je peux les poser à ____ (insérer le nom d'un adulte de confiance) lorsque nous sommes seuls.

©Vanderbilt Kennedy Center (VKC). Tous droits réservés. Utilisé avec l'autorisation de l'auteur. Les publications ont été cosignées par des stagiaires de longue durée du programme LEND de Vanderbilt et/ou par des membres du corps enseignant et du personnel de l'université de Vanderbilt. Produit par VKC Communications and Graphics. Le texte et/ou les illustrations ne peuvent être utilisés sans l'autorisation écrite du VKC (kc@vumc.org). Publications rendues possibles par le MCHB/de l'HRSA/du HHS T73MC00050 ; le contenu relève de la seule responsabilité des auteurs et ne représente pas nécessairement le point de vue officiel du MCHB/de l'HRSA/du HHS.

