



A la puberté, les questions, doutes et troubles rendent la vie difficile.

# Soutenir son enfant à la puberté

Avec la puberté, le besoin d'une intimité corporelle et sensuelle apparaît.

Comment les parents d'enfants vivant avec un handicap mental peuvent-ils répondre à ce besoin? Esther Elisabeth Schütz, sexologue et directrice de l'institut pour la pédagogie et thérapie sexuelles (ISP) d'Uster (ZH) fournit quelques pistes.

Propos recueillis par: Johanna Lier / Traduction: France Santi / Illustration: Marie Veya

## Quelle est la place de la sexualité dans le processus d'autonomie des jeunes vivant avec un handicap mental?

La sexualité a pour premier effet de donner envie aux jeunes de quitter le nid parental. Si la jeune fille ou le jeune garçon est soutenu dans son développement sexuel, le processus de détachement s'en trouvera facilité.

## Est-il possible de soutenir son enfant dans cette quête d'autonomie quand, parallèlement, il demande un suivi et des soins corporels conséquents?

Les parents, comme les éducateurs, doivent faire la différence entre l'âge de développement psychique et l'âge réel, et se concentrer sur ce dernier. Ils peuvent, par exemple, faire comprendre à l'enfant qu'il est maintenant un adolescent et lui donner la possibilité de vivre des moments d'intimité. Lors des soins, la mère ou le père peut expliquer à son enfant que s'il est parfois un peu gênant pour lui que maman ou papa l'aide pour son hygiène, c'est parce qu'il devient gentiment adulte. De cette façon, les adolescents apprennent à faire la différence entre les gestes de soins et ceux qui sont d'ordre érotique ou sensuel.

## Comment les parents peuvent-ils soutenir leur enfant dans son épanouissement sexuel?

Si lors des soins, les parents s'attachent à nommer les organes sexuels et parviennent à reconnaître la sexualité de leur enfant, ce der-

nier sera soutenu dans son épanouissement. Cela est d'autant plus important que les ados en situation de handicap ont moins la possibilité d'échanger avec d'autres sur la sexualité. Ils sont plus dépendants de leurs parents et des spécialistes pour être informés. Même si parfois ils font des expériences – balancements, frottements ou pénétration à l'aide d'ustensiles – ils ne savent généralement pas comment vivre leur sexualité de manière agréable. La sexualité, comme toute chose, doit s'apprendre. Dans les institutions, elle fait aujourd'hui partie du développement individuel, notamment comme moyen de prévention contre les abus.

## A la puberté, les jeunes ne montrent plus leur corps et gardent leurs pensées secrètes. Comment les parents d'enfants vivant avec un handicap mental peuvent-ils les soutenir dans cette attitude, malgré leur besoin d'encadrement?

Il est vrai qu'à la puberté, les enfants non handicapés signalent clairement qu'ils deviennent adultes. Ils ne prennent plus de bain avec leurs parents, ils ferment la porte de leur chambre. Pour les parents d'un enfant avec handicap, c'est plus compliqué car ils ont un devoir de protection particulier. Mais malgré tout, ils doivent soutenir l'autonomisation de leur enfant. Ils peuvent agir par petits pas. Par exemple, en prenant de moins en moins souvent l'enfant sur leurs genoux, en faisant moins de câlins et en posant une certaine

distance corporelle plus en accord avec l'âge physiologique de leur enfant. Cela aidera la jeune personne à faire la différence entre la tendresse des parents et celle d'un amoureux ou d'une amoureuse et à poser une certaine distance entre elle et les autres.

## Il n'est pas forcément facile, en tant que parents, de faire face aux premiers émois de son enfant. Comment réagir au mieux quand sa fille ou son fils tombe amoureux?

Quand un enfant commence à vouloir découvrir le monde par lui-même, les parents doivent faire preuve d'un grand courage. Mais il faut se dire que si les jeunes filles et les jeunes garçons, malgré leurs limites, apprennent à apprécier leur sexualité et la sensualité de leur corps, ils auront plus de facilité à entrer dans une vraie relation avec l'autre. On protège toujours ce que l'on a appris à apprécier et à aimer.

### EN BREF

Esther Elisabeth Schütz est sexologue et directrice de l'institut pour la pédagogie et la thérapie sexuelles (ISP). Situé à Uster, dans le canton de Zurich, l'ISP offre, entre autres, une formation continue en pédagogie sexuelle ainsi qu'une formation complémentaire "sexualité et handicap". Infos: [www.sexualpaedagogik.ch](http://www.sexualpaedagogik.ch)