



# Le change-debout

publié le 10/12/2025

## Descriptif :

Parfois en début de PS, tous les élèves n'ont pas encore la maturité nécessaire pour enlever définitivement les couche-culottes (maitrise insuffisante des sphincters). Dans ce cas, comment assurer leur hygiène, tout en les aidant à gagner en autonomie ? Technique du « change-debout ».

Parfois en début de PS, tous les élèves n'ont pas encore la maturité nécessaire pour enlever définitivement les couche-culottes (maitrise insuffisante des sphincters). Dans ce cas, comment assurer leur hygiène, tout en les aidant à gagner en autonomie ?

## Technique du « change-debout »

Comme son nom l'indique, l'enfant reste debout et il participe aux soins du début jusqu'à la fin du change. L'adulte, placé à sa hauteur, l'accompagne à chaque étape.

Le change-debout est un geste professionnel : si les ATSEM, de par leurs missions, sont prioritairement concernés, tout autre adulte de l'école peut aussi être amené à l'effectuer.

## Pourquoi pratiquer le change-debout ?

- . Éviter de maintenir immobile et allongé un enfant (qui ne le souhaite pas toujours).
- . Prévenir les risques de chutes du haut de la table à langer.
- . Éviter d'être en position surplombante (rapport de force), lors de cet acte lié à l'intimité.
- . Développer l'autonomie de l'enfant et faire de ce moment un temps d'apprentissage agréable.
- . S'inscrire dans une harmonisation des pratiques. Le change-debout est réalisé dans les crèches par exemple.

Lors de ce temps, une inversion des rôles, par rapport au change en position couchée, s'observe :

- . L'enfant devient acteur de de son propre développement. Il essaie de se déshabiller et de se rhabiller seul, de tenir le sachet de lingettes, d'appliquer l'eau/le savon sur le gant ... Il parle avec l'adulte de ce qu'il fait.
- . L'adulte ne change plus les couches : il accompagne l'enfant à les changer.

## Quelle organisation envisager ?

Elle porte principalement sur le lieu choisi et le matériel à avoir à portée de main.

- . Dans un endroit placé à l'abri des regards (pour préserver pudeur et intimité, ex : cloison amovible) et rassurant (connu de tous, vision au loin, non-exigu...).
- . Dans un espace permettant à l'enfant et à l'adulte d'évoluer durant le change (= une place pour chacun).
- . Le matériel non dangereux est à la portée de l'enfant.

Ex : une pаниère pour déposer ses habits, une poubelle, la barquette de couches propres, le sachet de lingettes, les distributeurs d'eau et de savon ...

## Quelles étapes prévoir ?

Les étapes ne changent pas : il s'agit toujours de se déshabiller, d'enlever la couche souillée, de se nettoyer, de remettre une couche ou un linge propre puis de se rhabiller. C'est plutôt le rôle de chacun qui évolue.

NB : La proposition de s'asseoir sur les genoux de l'adulte pour installer la couche propre n'a pas lieu d'être à l'école maternelle. L'enfant pourra rester debout tout au long du change.

Pour se changer debout, l'enfant pourra progressivement apprendre et réussir à :

- 1/ Récupérer une couche-culotte propre et une serviette propre (pour se sécher après le soin). L'enfant les positionne à l'endroit prévu.
  - 2/ Préparer ce qui l'aidera à se nettoyer (déposer le paquet de lingettes, mouiller le gant et déposer du savon sur l'un des deux côtés...).
  - 3/ Se déshabiller (vêtements du bas uniquement : chaussons/chaussures, chaussettes, pantalons/jupes/shorts).
  - 4/ Baisser progressivement la couche-culotte pour l'enlever.
  - 5/ Jeter la couche souillée, dans la poubelle dédiée et placée à portée de main.
  - 6/ Essayer de se nettoyer et de se sécher : l'accompagnement de l'adulte est indispensable !
- NB : En cas de selles, une serviette peut être disposée au sol. Les selles tombent sur la serviette et le professionnel réalise le soin du siège (nettoyer l'enfant et verbaliser ce qui est fait). Il est important de veiller à proposer à l'enfant d'aller aux toilettes, de lui proposer de ne pas plus mettre de couches s'il se sent prêt à essayer. C'est un moment d'encouragement mais sans obligation stricte !
- 7/ Toujours debout, enfiler une couche-culotte propre (si nécessaire).
  - 8/ Se rhabiller.
- L'adulte est présent à chaque instant pour accompagner l'enfant (aide matérielle, gestes appropriés), pour parler avec lui (formuler et expliquer ce qu'il fait) puis pour l'encourager à continuer de se changer seul. Il dédramatise les petits accidents. C'est bien un temps d'apprentissage !

### Une bibliographie

Quelques livres pour aborder le sujet avec les enfants.



Ressources :

vidéo Les Maternelles : <https://www.youtube.com/watch?v=izIKIjD5vZE>

Mission maternelle 91 : [https://www.ac-versailles.fr/sites/ac\\_versailles/files/2025-09/91-maternelle-lettre-septembre-25-58979.pdf](https://www.ac-versailles.fr/sites/ac_versailles/files/2025-09/91-maternelle-lettre-septembre-25-58979.pdf)