

# Comment accompagner son enfant vers la « propreté » ?



Microcosmos, réseau de micro crèches

Christel L - Mars 2018

En collaboration avec le Dr Lemmonier et les équipes des micro  
crèches du Porge et de Sainte Hélène



Dans nos sociétés occidentales, pendant longtemps, on ne savait pas que l'on pouvait faire confiance aux capacités de développement de l'enfant, et qu'il était important de respecter sa maturation. L'adulte pensait nécessaire de « dresser » l'enfant, le mettre « droit » (comme le mettre debout et marcher, par exemple), mais aussi de le civiliser, de le faire sortir d'un état qualifié « d'animal, d'archaïque, » pour le civiliser. C'est de cet état d'esprit et de cette peur, que vient l'habitude et la croyance qu'il faut enseigner à l'enfant et lui inculquer « la propreté ». On retrouve le côté moralisateur de ce terme : l'enfant passerait de sale à propre. Pourtant, un bébé en couche n'est pas sale !

D'ailleurs, saleté et caca sont souvent confondus. Par exemple quand il est dit à l'enfant qu'« une saleté par terre, c'est caca », quand les matières fécales sont commentées comme belles « oh le joli cadeau ! » ou comme sales, « oh, ça pue »! Non, c'est juste biologique. Ni bien, ni mal, ni beau, ni moche.

**Alors, comment accompagner au mieux les enfants dans l'acquisition du contrôle des sphincters ?** C'est ainsi qu'il faudrait se poser la question.

Apprentissage, propreté ne sont pas des termes appropriés pour parler de cette grande acquisition qui se fait pour la plupart des petits, très **naturellement** autour de 2 ans  $\frac{1}{2}$ -3 ans.

Comme pour les autres acquisitions, pour que l'enfant puisse devenir « propre », il faut qu'il soit prêt.

## Mon enfant est-il prêt ?

Votre enfant prend conscience de la nécessité de vider ses intestins et sa vessie et il est capable de contrôler l'émission de ses selles et de ses urines.

Cette capacité suppose que votre enfant ait atteint une certaine maturité intellectuelle, affective et de son système nerveux.

### - Maturation de son système nerveux:

Elle va permettre à l'enfant de contrôler volontairement ses sphincters :

- grâce à la maturation des nerfs moteurs qui innervent les sphincters,
- grâce à la maturation des nerfs sensitifs qui permettent de ressentir si la vessie est pleine ou si l'intestin contient des selles.

### - Maturation affective :

L'enfant doit avoir envie de devenir grand, de faire comme les grands. Ce sera une étape où l'enfant sera en mesure de se séparer plus facilement de ses proches sans avoir peur d'être abandonné. Il doit savoir marcher depuis un moment.

### - Maturation intellectuelle :

L'enfant doit pouvoir exprimer par la parole ce qu'il désire et être en capacité de savoir demander pour aller au pot.

Il est important qu'il allie son ressenti avec des mots : il a envie d'aller à la selle, il doit pouvoir dire « caca ».

Il doit être capable de comprendre de lui-même la relation logique entre la sensation / aller au pot /et le résultat de cette sensation (urines et selles)

*Débuter alors que votre enfant n'est pas prêt psychologiquement peut allonger ou compliquer l'acquisition.*

### A quel âge ?

La plupart des enfants acquièrent cette autonomie spontanément entre 2 et 3 ans.

Il s'agit d'un déclic comme souvent dans les grandes étapes de la vie. Cependant, ce temps d'apprentissage est variable selon les enfants.

L'acquisition de "la propreté" de jour précède généralement la propreté de nuit d'environ 6 mois.

Toutefois, votre enfant peut parfois devenir "propre" de jour comme de nuit en même temps.

De même, le contrôle des selles survient généralement avant celui des urines.

Il n'est donc pas utile de chercher à rendre propre votre enfant avant ses 18 mois.



## Quelques conseils ?

Vous allez surtout accompagner votre enfant par le dialogue, un échange rassurant et positif.

### Choisir le moment

Veillez à ce que l'enfant ne franchisse pas d'autres étapes d'apprentissage en même temps (changement de lit...) ou que cela ne coïncide pas avec des événements importants (naissance d'un enfant, déménagement...) ou difficiles (décès ...) qui vous rendraient moins disponibles...

### Se préparer !

D'abord, n'achetez pas n'importe quel pot. Ce n'est pas un jouet. Il faut donner la priorité au confort plutôt qu'à l'esthétique. Il est recommandé d'utiliser le pot de bébé plutôt que les toilettes avec réducteur durant les débuts de l'apprentissage.

Trouver une place à ce pot ! dans les wc ou la salle de bain.

Mettez-lui des vêtements qu'il peut enlever et remettre seul. Par exemple, évitez de lui faire porter des vêtements à bretelles ou avec une ceinture, des salopettes, des pantalons à bouton ou encore des bodys.

Enfin, essayez de familiariser l'enfant avec l'objet (le pot) et le lieu (les toilettes) en lui proposant de façon ludique des livres et des histoires qui y font référence. Petite bibliographie à la fin pour vous aider !



### Il est prêt !

Proposez-lui d'aller sur le pot sans jamais l'y obliger. Inutile d'attendre trop longtemps si l'enfant n'a pas envie de faire (pas plus de 2 à 3 minutes au début). Essayez par la de construire un rituel avec lui, avant le repas, la sieste...après la sieste, avant la bain...

Enfin, ne jetez pas tout de suite les excréments dans les toilettes. L'enfant est très fier de faire dans le pot.

Au fur et à mesure du temps, quand il aura pris un peu plus d'assurance et aura vaincu sa crainte et ses inquiétudes concernant la disparition d'une part de lui-même dans les toilettes, il pourra les jeter lui-même. Il adorera également tirer la chasse d'eau et se laver les mains.

Durant cette phase, encouragez-le discrètement pour lui donner envie d'imiter les grands et félicitez-le, sans excès, dans ses "réussites". Vous pouvez lui dire que vous êtes contents pour lui car il devient grand.

Ne le grondez pas s'il salit sa couche ou sa culotte.



### Bien utiliser les couches

Il existe aujourd'hui des couche-culotte dites "d'apprentissage." Elles présentent les avantages de la couche et de la culotte.

Il ne faut pas la proposer trop tôt à votre enfant car vous l'utiliseriez comme une simple couche alors que ce n'est pas son objectif.

Quand cette étape sera en grande partie acquise par l'enfant, ne lui remettez pas de couche "par sécurité" car cela risquerait de le dévaloriser face à un sentiment de "devenir grand" et de le faire régresser.

### Et la nuit ?

En ce qui concerne la « propreté » nocturne, veillez à ce que l'enfant aille faire pipi avant d'aller au lit. Vous lui proposerez de ne pas hésiter à vous appeler s'il sent l'envie venir pendant la nuit. L'acquisition de nuit est souvent plus longue car l'enfant n'a pas toujours conscience de son corps pendant qu'il dort, surtout si son sommeil est assez lourd. Ceci est valable aussi bien la nuit que pendant la sieste, même si le temps de sommeil n'est pas le même.

Parfois, c'est un peu plus compliqué...

POUR L'ENFANT quand il refuse inconsciemment de grandir. En effet, pour un enfant, ne plus porter de couche c'est devenir "grand."



Pour LES PARENTS qui doivent accepter de voir leur enfant franchir une étape supplémentaire dans l'autonomie...et donc devenir encore un peu plus grand !

Certains évènements peuvent entraîner une régression... ne le grondez pas, tout rentrera dans l'ordre.

### Sera-t-il prêt pour l'école ?

Inutile de transformer cette échéance en enjeu, qui pourrait dégénérer en motif de conflit, ou provoquer chez l'enfant l'angoisse de ne pas vous satisfaire, d'autant plus douloureuse que cela échappe à son contrôle.

Il vaut mieux, s'il n'est manifestement pas prêt (qu'il ne ressent un besoin à temps et l'exprime qu'encore rarement), attendre encore un peu !

Il ne saura se rendre seul aux toilettes que vers 3 ans. A la maternelle, les enseignants accompagnent encore leurs élèves, en groupe à heures fixes. Si un besoin s'annonce inopinément en classe, on les conduit à bon port sur leur demande. Mais détestant se singulariser, ils prennent en général vite le pli.



### Une réflexion très intéressante...

La mère d'Edouard était excédée : « Docteur, je le mets sur le pot, il proteste, il ne fait rien, je lui remets sa couche et ça y est : il fait ses urines ou sa selle» «Alors Madame, il est propre» «Mais non il ne fait pas dans le pot» «Il sait se retenir et faire quand il faut, où il faut: dans sa couche. Il est propre à la couche et non au pot ! Il n'a juste pas envie de faire de faire dans le pot. »



## Et voilà !

Nous espérons que cette brochure vous apportera des réponses aux questions les plus courantes que vous vous posez et qu'elle vous aidera à accompagner votre enfant le moment venu.

Retenez que les critères essentiels à sa réussite sont d'une part l'intérêt que votre enfant porte à cette acquisition, d'autre part votre disponibilité et votre patience.

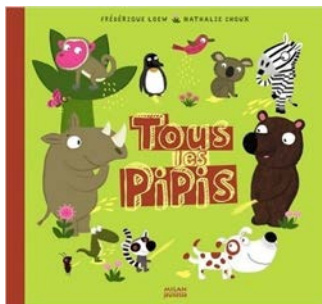
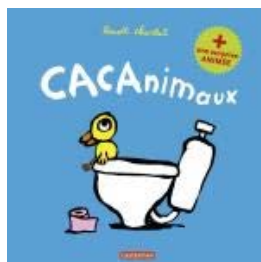
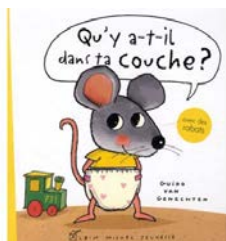
Elle nécessite également une collaboration indispensable entre l'enfant et ses parents à la maison mais aussi avec la structure où il est accueilli pour permettre une continuité nécessaire à l'autonomie de l'enfant.

Toutefois, n'oubliez jamais que chaque enfant est différent, laissez-le donc évoluer à son rythme. Faites -lui confiance et soyez patients. Nous vous l'assurons, votre enfant sera "propre".



Nous restons à votre écoute.

## Bibliographie



Et pleins d'autres encore !

Et il y a aussi l'histoire du Beau Caca Content, une histoire à regarder avec votre enfant pour comprendre ce qui se passe dans son ventre et où va son caca une fois la chasse d'eau tirée !

<https://www.youtube.com/watch?v=9roYb7P7LBc>