

La propreté chez l'enfant de 0 à 6 ans



Le Département
proche de vous

LOT
LE DÉPARTEMENT



La propreté, cela ne s'apprend pas !

Maman, je vais certainement te surprendre, la propreté c'est comme la marche : **ça ne s'apprend pas**. Par contre, ce que tu peux faire pour moi, c'est me mettre dans les **meilleures conditions** pour que j'acquière de moi-même, le moment venu, la possibilité et le désir de contrôler mes « sphincters ».

Et pour cela, **il faut que je sois prêt** physiquement et psychologiquement. Là, comme dans tout mon développement, je vais suivre mon propre rythme. C'est pourquoi il est parfaitement inutile et peut-être même ennuyeux que tu manifestes à ce sujet impatience et inquiétude.



Après de nombreux moments de changes et d'attentions parentales autour de l'élimination des selles et des urines, votre enfant va pouvoir prendre en charge lui-même le contrôle de ses sphincters.

L'enfant découvre son corps et le contrôle de celui-ci.

Conscients de pouvoir maîtriser ces sensations, les enfants vont en jouer comme ils jouent avec toute nouvelle découverte, jouer à retenir, jouer à expulser.

Peut-être n'as-tu simplement jamais pensé que j'étais sensible au lieu, à la manière dont tu me changes et que ce n'est pas seulement la qualité de ces soins qui me donne du bien-être, mais aussi les rires, sourires et « conversations » que nous échangeons à ce moment-là.

Y a-t-il un bon moment ?

Ce n'est pas parce que Léo est prêt que Clara doit l'être !



Tout petit l'enfant se connaît, ressent et s'exprime.

On n'apprend pas à un enfant à devenir propre, on l'accompagne dans son cheminement vers la propreté.

Cette acquisition n'est pas un évènement isolé de la vie d'un enfant, ce n'est qu'une étape de son développement.

Ce n'est pas une question de volonté mais de capacité.

L'enfant doit être capable d'une bonne coordination motrice de l'ensemble de son corps : par exemple, monter un escalier debout sans aide (c'est-à-dire entre 18 et 20 mois).

Il faut qu'il ait des muscles forts, qu'il ait acquis un équilibre suffisant, et qu'il en ait envie.

Quelques repères



J'enlève ma couche mouillée.

Mes couches restent sèches plus longtemps.



Je deviens propre en imitant.

Je monte les escaliers.

Je joue avec mon pot.

Je m'immobilise dans mon mouvement pour faire pipi. Je me cache parfois pour faire caca.



Comment faire ?

Proposer le pot, ou directement les toilettes (mettre si nécessaire un réducteur).

Le pot doit rester si possible dans la salle de bain, les toilettes.

Le salon n'est pas un lieu où l'on trône.

Choisir des vêtements appropriés pour répondre rapidement aux besoins de l'enfant.

Observer l'enfant, proposer le pot régulièrement et à bon escient.

Tous dans le même sens



Il est important que les différentes personnes qui s'occupent de l'enfant, (parents, grands-parents, assistantes maternelles, crèche...) échangent et se concertent afin d'assurer une continuité dans la marche à suivre.

C'est l'âge de l'opposition d'où l'intérêt de bien se coordonner pour préserver le sentiment de sécurité.

On sait que l'enfant peut avoir un comportement différent avec ses parents ou avec les personnes qui l'accueillent.



L'enfant a le droit d'avoir un rythme différent chez lui ou à l'extérieur (les enjeux ne sont pas les mêmes).

L'enfant sait qu'il peut en jouer.



Un professionnel de PMI peut vous aider et vous guider pour franchir cette étape, n'hésitez pas à lui demander conseil.

À ne pas dire à ne pas faire ?

Pas d'excès dans les réactions positives.



Si j'ai fait dans le pot, souris-moi, complimente-moi, pour manifester ton intérêt. Mais attention pas d'extase ce n'est pas un exploit. Ne me laisse pas croire que c'est le plus grand événement au monde, que c'est vital pour toi.

Éviter le chantage affectif : « Fais dans le pot pour me faire plaisir ! ».

Pas de punition : ne pas laisser l'enfant avec une culotte sale.



Ne m'impose pas d'horaires : Essaie de m'épargner des séances de pot interminables à heure fixe qui nous compliquent la vie. Une ou deux fois par jour pendant quelques minutes. C'est bien suffisant pour que je devine ce que tu attends de moi.

Éviter de faire coïncider avec des événements importants (arrivée d'un bébé, déménagement, rupture) à moins que l'enfant le veuille.

Ne pas donner de fessées.

Ne pas le harceler, le forcer à aller sur les toilettes, ne pas le réprimander, le punir ni lui crier dessus.

Éviter les menaces :
« Si tu ne fais pas dans le pot, pas de promenade » (ou autre privation),
« Si tu ne fais dans le pot, tu ne pourras pas aller à l'école » (cela tombe bien, il préfère rester avec maman ou son assistante maternelle).

Énurésie : «pipi au lit»

L'âge habituel d'acquisition complète de la propreté est de 5-6 ans. Au-delà, il est légitime de se poser certaines questions.

On peut distinguer deux types d'énurésie :

- > l'enfant n'a jamais été propre la nuit,
- > l'enfant est propre la nuit depuis au moins 6 mois et il refait pipi au lit.

Un événement a pu me bouleverser
(nouvelle naissance ou autre événement familial (séparation, décès, problème scolaire, décès d'un animal...)).



J'ai 6 ans, je fais pipi au lit : est-ce normal ?
Faut-il attendre que ça passe ou faut-il faire quelque chose ?
comment m'aider à devenir propre la nuit ?



Petits conseils pratiques

Il est important de me rassurer, de me déculpabiliser et de dédramatiser la situation.

- > Adaptez-vous au rythme d'acquisition de la propreté de votre enfant,
- > Contrôlez ses boissons :
 - diminuez les quantités après 18 heures,
 - évitez le rituel du verre d'eau ou autre boisson avant le coucher.
- > Responsabilisez votre enfant avec de bonnes habitudes :
 - faire pipi avant de se coucher,
 - apprenez-lui à se lever pour aller seul aux toilettes.
- > Impliquez votre enfant :
 - ne le laissez pas dans son pyjama ou drap sale,
 - utilisez un calendrier nuit sèche (voir page 14),
 - négociez avec lui de renoncer aux couches la nuit.

Si l'énurésie persiste, n'hésitez pas à en parler à un professionnel de santé.


Nom :

Prénom :

Âge :

Mode d'emploi
 Ce Calendrier Soleil te permet de noter tes nuits sèches et mouillées.














TA NUIT A ÉTÉ SÈCHE :
 colorie le nuage en jaune



TA NUIT A ÉTÉ MOUILLÉE :
 laisse le nuage



À la fin de chaque semaine tu inscriras ton nombre de soleils gagnés dans la case total en bas de la colonne.
 (par exemple, pour 4 nuits sèches dans la semaine : 4)

	1 ^{ère} semaine	2 ^e semaine	3 ^e semaine	4 ^e semaine
				
				
				
				
				
				
				
Total des nuits sèches	Total : <input type="text"/>	Total : <input type="text"/>	Total : <input type="text"/>	Total : <input type="text"/>

Bibliographie de livres pour enfants

« **Tout le monde y va** »,
 Émile Jadoul, Casterman, Collection "À la queue leu leu"

« **Sur le pot** »,
 Mariane Bogardt, Albin Michel, Collection "livre animé"

« **Sur le pot comme un grand** »,
 Bernette Ford, Albin Michel jeunesse

« **Pas de pot Léo** »,
 Alain Chiche, L'école des loisirs, Collection "Loulou et compagnie"