



L'apprentissage de la propreté Toilet Learning

Il n'y a pas d'âge défini pour l'apprentissage de la propreté. Commencez lorsque votre enfant vous montre qu'il est prêt. Faites de l'apprentissage de la propreté une expérience positive. Votre enfant apprendra une nouvelle compétence et éprouvera un sentiment d'accomplissement.

Pourquoi apprentissage de la propreté et non plus formation à la propreté?

On utilise le terme apprentissage parce qu'il est important de suivre les messages qu'envoie l'enfant. Il est tout aussi important de comprendre que chaque enfant est différent et utilisera les toilettes quand il se sentira prêt.

Certaines formes d'apprentissage à la propreté sont dirigées par un adulte, doivent respecter un calendrier et ne se soucient pas de savoir si l'enfant est prêt.

Comment puis-je savoir que mon enfant est prêt à faire l'apprentissage de la propreté?

La plupart des enfants apprennent à aller aux toilettes entre 24 et 48 mois. Rester sec toute la nuit demande souvent plus de temps, parfois jusqu'à ce que l'enfant atteigne ses six ans, voire plus tard.

Votre enfant pourrait être prêt à cet apprentissage si vous répondez « oui » à la plupart des questions ci-dessous :

- Votre enfant peut-il rester sec quelques heures ou se réveiller d'une sieste en étant resté sec à l'occasion?
- Votre enfant a-t-il conscience d'avoir envie d'uriner ou d'avoir besoin d'aller à la selle? Certains enfants vont s'accroupir dans un coin quand ils ont besoin d'aller à la selle.
- L'enfant peut-il suivre de simples consignes comme : « Allons aux toilettes »?
- Peut-il vous informer de son besoin d'aller aux toilettes?
- Est-il capable de baisser son pantalon sans aide?

Le stade final est la capacité de communiquer. Votre enfant devrait pouvoir exprimer des besoins fondamentaux, comme la faim ou la soif.

L'apprentissage de la propreté ne se résume pas à ce que le parent soit réceptif aux signaux qu'envoie son enfant pour ensuite le placer sur le pot à temps. Il s'agit que l'enfant apprenne les choses suivantes :

- à réaliser qu'il est sur le point d'uriner ou d'aller à la selle;
- à dire ce qui est sur le point de se passer et à demander votre aide si nécessaire;
- à contrôler son besoin jusqu'à ce qu'il soit assis sur le pot.

Ne forcez pas votre enfant à utiliser les toilettes. Accélérer les choses les rendra d'autant plus difficiles et frustrantes tant pour vous que pour l'enfant. Soyez patient; votre enfant apprend une nouvelle compétence.

Comment puis-je introduire l'idée de l'apprentissage de la propreté?

Pour commencer, achetez un pot pour enfant et placez-le dans la salle de bain près de la toilette, ou procurez-vous un siège de toilette pour enfant à placer par-dessus le siège ordinaire. Assurez-vous de la stabilité du siège et placez un tabouret solide sur lequel l'enfant peut monter pour atteindre le siège. Expliquez-lui : « Quand tu seras prêt, tu pourras te servir du pot, tout comme maman et papa se servent des toilettes ».

Quand l'enfant montre de l'intérêt pour l'apprentissage de la propreté, invitez-le à vous rejoindre dans la salle de bain. Asseyez-vous à lire un magazine; donnez-lui un de ses livres favoris à lire. Cela lui apprend à se détendre et à laisser la nature suivre son cours. Ne le bousculez pas.

À un moment donné, votre enfant voudra s'asseoir sur le pot ou utiliser les toilettes, tout comme vous. L'idée de vouloir imiter un adulte peut être un facteur

important de motivation pour les tout-petits. Les enfants avec des frères et sœurs plus vieux, ou qui vont en garderie, apprennent souvent en regardant les autres.

Devrais-je continuer à utiliser les couches alors que l'enfant apprend la propreté?

Même si certains enfants apprennent à contrôler à la fois leurs intestins et leur vessie, il est plus difficile de contrôler l'envie d'uriner. Vous pouvez décider que l'enfant ne porte pas de pantalon quand il se trouve dans des pièces de la maison faciles à nettoyer ou dans le jardin. Cela permettra à votre tout-petit de s'asseoir sur le pot rapidement quand il en a besoin.

Les enfants ont des comportements différents pour ce qui est de ne plus porter de couches. Certains enfants se sentiront plus en sécurité s'ils en portent une la nuit, longtemps après avoir acquis l'habitude de rester secs. D'autres sont si sûrs d'eux-mêmes qu'ils refusent d'en porter après être restés secs pendant une semaine.

Comment puis-je commencer à faire apprendre la propreté à mon enfant?

Parlez de la propreté et gardez le pot à portée de main. Lorsque votre enfant a envie d'uriner, il s'écoule très peu de temps avant le moment où il doit aller aux toilettes. Petit à petit, l'enfant sera capable de contrôler son envie d'uriner pendant plus longtemps.

Encouragez votre enfant et complimentez-le sur ce qu'il fait et ses réussites. Insistez sur ce qu'il fait plutôt que sur sa bonne conduite. Faites des commentaires comme « Bravo, tu as fait pipi dans le pot! » au lieu de dire qu'il est un bon enfant. Faites toujours des gestes doux et parlez d'une voix douce.

Voici quelques suggestions pour encourager votre enfant à utiliser les toilettes :

- Attendez, pour commencer l'apprentissage, un moment où il n'y a pas d'autres changements importants dans la vie de votre enfant.
- Rappelez à votre enfant : « C'est le moment d'aller sur le pot ».

- Encouragez votre enfant à s'asseoir sur le pot. Gardez le pot à côté de la toilette.
- Faites-lui des compliments : « Bravo, tu as fait pipi dans le pot » plutôt que « tu es gentil ».
- Les enfants sont souvent effrayés par la chasse d'eau. Songez-y quand vous videz le pot. Les toilettes inconnues effraient souvent les jeunes enfants. Emportez le pot avec vous jusqu'à ce que l'enfant se sente à l'aise avec l'utilisation des toilettes à l'extérieur de la maison.

Comment puis-je aider mon enfant à réussir?

Au cours de la première année, l'apprentissage de la propreté est facilement perturbé. Les changements, comme l'emménagement dans une nouvelle maison, le début de la prématernelle ou l'arrivée d'un nouveau bébé dans la famille, peuvent faire en sorte que le tout-petit veuille porter de nouveau des couches ou qu'il y ait des accidents. Complimentez l'enfant de ses efforts et ne montrez pas d'impatience du fait des accidents. Devant cette tolérance, l'enfant essaiera de nouveau d'utiliser les toilettes après s'être adapté aux changements intervenus dans sa vie. Il y aura toujours des accidents. Même les enfants plus âgés oublient d'utiliser les toilettes, surtout s'ils sont malades ou très absorbés par un jeu. Ayez des vêtements de rechange en cas d'accident.

Consultez votre fournisseur de soins de santé si votre enfant n'utilise pas les toilettes dans la journée à 4 ans ou qu'il mouille salit son pyjama la nuit après l'âge de 5 ans.

Pour de plus amples renseignements

Pour en savoir davantage sur le développement des enfants, consultez les fiches HealthLinkBC suivantes :

- [HealthLinkBC File n° 92a Votre enfant et le jeu, de la naissance à trois ans](#)
- [HealthLinkBC File n° 92b Le développement de votre enfant, de la naissance à trois ans](#)
- [HealthLinkBC File n° 92c Les sentiments de votre enfant](#)
- [HealthLinkBC File n° 92e L'heure du coucher](#)

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (toll-free). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.