

L'apprentissage de la propreté

Nos 10 conseils

- 1 **L'adoption du pot** : il n'est pas nécessaire de mettre l'enfant sur le pot avant ses 18 mois, mais il est conseillé de se procurer un pot et d'acclimater l'enfant à sa présence.
- 2 **La familiarisation avec le pot** : privilégiez un pot que l'enfant a choisi, coloré et confortable. Evitez les réducteurs de toilettes pour les enfants de moins de 3 ans.
- 3 **Le bon endroit** : placer le pot dans un endroit tranquille et dédié, de préférence les toilettes ou éventuellement la salle de bain. L'enfant doit pouvoir accéder à cette pièce sans l'aide des parents. Ne pas déplacer le pot dans les autres pièces.
- 4 **La routine** : vous pouvez faire asseoir votre enfant sur le pot à des heures établies pendant la journée, sans que ce rythme au final ne le stresse.
- 5 **Les indices comportementaux** : apprendre à reconnaître les signes de l'enfant lorsqu'il a besoin de se soulager et l'encourager à vous avertir.
- 6 **La discussion** : parlez des sujets « pipi » et « caca » avec votre enfant librement. Des livres adaptés peuvent également être intéressants pour trouver les mots et répondre aux questions.
- 7 **L'autonomie** : l'enfant peut disposer de son propre petit rouleau ou de sa boîte de lingettes-toilettes pour faciliter sa prise d'autonomie.
- 8 **L'encouragement** : si des accidents surviennent, il est fondamental de toujours encourager l'enfant et ne pas l'humilier, le mettre mal à l'aise ou le punir.
- 9 **La patience** : pour faciliter la transition avec les culottes en tissu et permettre à l'enfant de se débrouiller seul, ne pas hésiter à se procurer des couches qui s'enfilent comme une culotte.
- 10 **Ne pas insister** : Si votre enfant refuse catégoriquement le pot, ne pas insister, mais laisser le pot accessible et bien en vue dans l'endroit dédié.

"Il a peur de faire caca sur le pot et va se cacher pour faire dans sa couche"

Tentez dans ce cas de mettre votre enfant sur le pot avec sa couche. Il sera rassuré d'y faire « caca » et apprivoisera ainsi l'idée du pot.

"Un petit frère ou une petite sœur arrive"

L'arrivée d'un nouvel enfant est parfois perturbante pour l'aîné. Si la naissance coïncide avec le passage des couches au pot, décalez de quelques semaines l'apprentissage de la propreté.

"Il était propre mais depuis peu, il refait pipi au lit..."

Cela peut être passer et lié à des inquiétudes/perturbations dans le cercle familial, angoisses liées à l'école, etc. Si cela perdure plus d'un mois environ, parlez-en avec votre médecin.

"Il est constipé depuis qu'on lui présente la pot"

Il est possible que votre enfant puisse se retenir pour éviter d'aller sur le pot. Cela peut être passer mais si cette situation perdure plus d'une semaine, parlez-en avec votre médecin.