

FEUILLET D'INFORMATION

L'apprentissage à la propreté

Les 10 étapes-clés de l'apprentissage à la propreté chez l'enfant

QUAND FAUT-IL COMMENCER L'APPRENTISSAGE ?

La majorité des enfants sont prêts entre les âges de 2 à 4 ans. Pour cette étape du développement, comme pour les précédentes, chaque enfant suit sa propre trajectoire. Il ne faut surtout pas se laisser influencer par la famille, les amis ou les éducatrices du service de garde et faire des comparaisons avec les autres enfants. Un apprentissage débuté trop tôt peut provoquer un résultat contraire à celui que vous recherchez. Si votre enfant refuse d'utiliser le petit pot, n'en parlez plus pendant un court laps de temps, puis recommencez le processus un peu plus tard.

1. **Ne forcez pas votre enfant** : tant qu'il n'est pas prêt, il est inutile de le forcer. Cela ne ferait probablement que ralentir le processus. Votre enfant doit se sentir valorisé.
Prendre en considération que la durée de l'apprentissage peut être de 3 à 6 mois en moyenne.
2. **Choisissez le bon moment** : le moment idéal? L'été ! Vous pourrez ainsi le laisser en culottes ou nu à l'intérieur de la maison, et placer son pot à côté de lui pour faciliter sa tâche. Commencez durant une période paisible. Assurez-vous d'obtenir la collaboration des éducatrices et des grands-parents pour avoir une démarche cohérente.
3. **Familiarisez votre enfant avec le pot** : invitez votre enfant à s'asseoir dessus, même habillé ou y installer son toutou. N'oubliez pas de le féliciter chaque fois qu'il essaie. L'enfant est plus stable sur un petit pot par terre que sur la toilette, car il faut qu'il ait un appui pour ses pieds. Vous pouvez utiliser un petit siège, à condition d'avoir une petite marche qui lui permet d'appuyer ses pieds.
4. **Établissez une routine** : Amenez votre enfant à s'asseoir sur le petit pot à des heures régulières comme au réveil, après les repas, avant la sieste, le bain et le coucher.
Il se relève dès que vous l'assoyez? Distrayez-le avec un jouet ou un livre, mais n'oubliez pas de le complimenter.
5. **Passez à la culotte de tissu** : Mettez à votre enfant des vêtements faciles à enlever et rappelez-lui régulièrement d'aller sur le petit pot.
Il salira quelques culottes. Cela fait partie de son apprentissage, alors ne le grondez pas, mais s'il vous le dit après l'avoir fait, félicitez-le quand même de vous avoir prévenu.
6. **Supprimez la couche pendant le dodo** : Si la couche est demeurée sèche pendant plusieurs nuits, il est temps de la supprimer.
D'ici là même si vous lui mettez une couche pour dormir, encouragez-le à vous appeler s'il a envie d'aller sur le pot.
7. **Pour les sorties** : Tant que vous n'êtes pas sûr de votre enfant et que vous sortez pour un bon moment, mettez lui une couche. Mais si vous ne sortez que pour un court moment, osez!
8. **Refus d'aller à la selle sur le pot** : Laissez votre enfant faire ses selles dans une couche. Si vous le forcez, il risque de se retenir et de devenir constipé.
9. **Conseils d'hygiène** : Un enfant ne peut s'essuyer seul correctement avant l'âge de 4 ans, donc il a besoin de votre aide.
Rappelez-lui qu'il doit toujours se laver les mains après être allé aux toilettes.
10. **En cas de pépin, le médecin** : Votre enfant a plus de 4 ans et ne manifeste toujours aucun intérêt? Parlez-en avec votre pédiatre.