



## L'acquisition de la propreté: quand et comment?

L'acquisition de la propreté par un enfant nécessite que les parents identifient le bon moment. En s'attachant à repérer les signes qui indiquent que l'enfant est prêt, ils doivent placer l'enfant dans des conditions favorables et l'accompagner vers la propreté.

Publié le 30 juin 2020

### Trouver le bon moment

En règle générale, l'enfant est propre autour de 2 ans mais:

- > Il faut que l'enfant soit prêt physiologiquement et psychologiquement.
- > Il faut que les parents soient prêts à accompagner leur enfant dans cette étape qui demande patience, persévérance et constance.
- > Il faut choisir une période calme (pas de déménagement, de nouvelle naissance...).
- > Il faut s'assurer que l'enfant est volontaire et prêt à être acteur de cet apprentissage.

### Identifier les signes

Les signes qui indiquent que l'enfant est prêt à devenir propre dépendent de son développement et de son intérêt pour la propreté.

#### Concernant son développement

- > Il comprend une consigne simple,
- > Il sait exprimer ses besoins,
- > Il est capable de monter ou descendre un escalier seul.

#### Concernant son intérêt pour la propreté

- > Il prévient quand la couche est sale,
- > Il se montre curieux au niveau de la propreté,
- > La couche reste sèche plusieurs heures.



Si la plupart de ces signes sont présents, alors il est temps de passer à l'action!

### Passer à l'action

#### La préparation

- > Mettre à la disposition de l'enfant un pot stable et confortable, qui lui permette d'avoir les pieds posés au sol,
- > Le pot doit être facilement accessible dans un endroit qui respecte l'intimité de l'enfant,
- > Lui permettre de vous regarder aller aux toilettes,
- > Lui mettre des vêtements confortables et faciles à retirer (pas de body, pas de ceintures ou de boutons difficiles) mais ne pas le laisser tout nu.

#### Ce que l'on dit à l'enfant

- > On explique l'utilisation du pot par la mise à disposition de jeux d'imitation (poupées) et de petits livres,
- > On précise que c'est son pot et on l'encourage à l'utiliser.

#### Comment procéder?

- > Proposer le pot à un rythme régulier (au réveil, après les repas, après la sieste, au moment du bain et du coucher) environ 3 fois par jour,
- > L'enfant peut s'asseoir habillé,
- > Ne pas le laisser plus de 5 minutes et ne pas lui donner de jouet ou de livre,
- > On le félicite quand il accepte d'y aller sans donner de récompense,
- > On ne manifeste pas de déception s'il refuse d'y aller ou n'y fait rien.

## Les débuts de la propreté

- > On va acheter avec l'enfant les culottes qui lui conviennent,
- > On lui demande régulièrement, au moment de l'habillage, s'il veut mettre une couche ou un slip,
- > On lui propose souvent au cours de la journée d'aller sur le pot. Il faut savoir que l'enfant ne peut pas se retenir longtemps et s'il est concentré sur un jeu il peut oublier d'y aller,
- > On limite l'usage de la table à langer,
- > On ne met pas l'accent sur les petits accidents,
- > On l'encourage!

## L'acquisition de la propreté nocturne

Elle est souvent plus tardive, entre 2 et 6 ans, voire un peu plus.

### Quand?

- > L'enfant est propre de jour.
- > Il manifeste le désir de ne plus porter de couche la nuit.
- > Sa couche est sèche lors des siestes.

### Comment?

- > On lui propose de ne pas mettre de couche dans un premier temps pour la sieste, puis par la suite pour la nuit.
- > Les accidents sont fréquents: il ne faut pas les dramatiser.
- > Il n'est pas conseillé de réveiller l'enfant la nuit pour le conduire aux toilettes car ça perturbe son sommeil. Mais il faut permettre à l'enfant de se lever seul, s'il en éprouve le besoin, en toute sécurité (mettre une lumière à sa disposition).

## FAQ

### Mon enfant ne veut pas aller sur le pot, que dois-je faire?

Ne pas le forcer. Attendre encore et repérer à nouveau le bon moment.

### Il refuse de faire ses selles dans le pot

Le laisser faire dans la couche. Le rassurer sur l'aspect naturel des selles en tant que déchets. L'accompagner pour vider ses selles dans les toilettes et tirer la chasse d'eau.

### Quand le passer sur les toilettes?

Quand l'enfant est prêt; il faut lui poser la question. La position doit cependant rester physiologique, ses deux pieds posés sur un support stable (marchepied ou tabouret).

### Depuis qu'il ne porte plus de couches, mon enfant est constipé

L'enfant est angoissé, les selles vont devenir dures, l'émission provoque des douleurs, voire une fissure anale. Il faut revenir au port des couches pour privilégier un transit régulier, proposer une alimentation riche en fibres, une bonne hydratation (privilégier l'eau) et se référer au paragraphe précédent sur le bon moment pour accompagner la propreté sans forcer.

### A partir de quel âge un enfant peut-il s'essuyer seul?

Pas avant 4 ans, en termes de maturité. L'accompagner jusqu'à cet âge.

### Que faire si après un temps de propreté, un enfant ne l'est plus?

Les passages par des phases de régression sont normaux et ne doivent pas faire l'objet de dévalorisation de l'enfant. Reprendre le processus au début.



DÉPARTEMENT DE LA  
MEUSE

Place Pierre François

Gossin

55012 BAR LE DUC

Tél : 03 29 45 77 55