

La fin des couches, c'est tout
une aventure !!!
On vous aide à y voir plus clair.



***Vous avez hâte que votre enfant passe à la culotte, au slip ou au caleçon ?
Ce livret vous accompagne pour vous expliquer le processus de la
continence et vous soutenir dans cette étape importante du
développement de votre enfant.
Il vous guidera jusqu'à ce que votre enfant quitte les couches pour de bon.
Pas d'inquiétudes votre enfant franchira cette étape à son rythme tout
comme la marche et le langage.***

La continence (devenir "propre" comme on dit souvent) passe par la maîtrise des sphincters.

C'est une étape du développement de l'enfant qui participe à son intégration sociale. Elle marque un passage vers plus d'autonomie.

Un peu de sciences...

La maîtrise des sphincters est un processus complexe de maturation du cerveau de l'enfant.

Comme tout processus, cela prend du temps et pas le même pour chacun. **Il n'y a donc pas d'âge précis pour cette acquisition.**

Les sphincters sont des muscles internes qui contrôlent l'évacuation des urines et des selles. Ces muscles fonctionnent d'abord de façon réflexe. Puis, l'enfant prend progressivement conscience de leur existence et va chercher à les maîtriser.

C'est donc cette étape du développement de votre enfant qui lui permet de se passer des couches.

Parce que c'est un processus complexe,

voici quelques signes pour vous aider à vous repérer :

Des capacités motrices :

- votre enfant s'accroupit
- il prend conscience de ses sensations quand il fait pipi ou caca
- il essaie de s'habiller et de se déshabiller seul

Des capacités cognitives :

- il s'affirme de plus en plus, il prend conscience de lui-même, il commence à utiliser le "je", le "moi".
- Il commence à exprimer ses besoins, ses envies, il développe des compétences langagières.

Des capacités relationnelles :

- il s'ouvre aux autres (adultes, enfants)
- il montre son envie de gagner en autonomie, de faire seul.

Vous avez observé ces capacités chez votre enfant, il est sûrement prêt pour enclencher cette phase qui le mènera à quitter ses couches. Cependant, n'oubliez pas, le seul maître de ce processus c'est lui !

L'enfant acteur, les parents accompagnateurs

Oui, vous pouvez l'aider, le soutenir mais vous ne pouvez pas lui apprendre à maîtriser ses sphincters.

Grâce à vos encouragements, votre confiance, votre enfant pourra aborder cette étape clé de son développement.

Concrètement :

- Je respecte le développement de mon enfant, son rythme, son intimité.
- Je crée un climat de confiance, sans pressions.
- Je lui laisse le temps d'arriver à cette étape.
- J'accepte que cette nouvelle acquisition lui appartienne.
- J'accueille les difficultés de parcours sans dramatiser (régressions, "accidents"...)

Faire seul ne signifie pas être tout seul !!

Pour aider votre enfant au quotidien, quelques idées :

Votre enfant grandit. Enlevez les bodies et passez aux culottes, slip, caleçons !

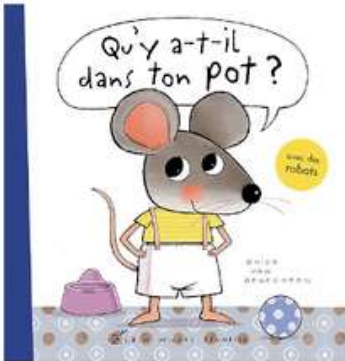
Choisissez des tenues faciles à mettre et à enlever seul.

Proposez lui le pot, le rehausseur ou les toilettes, il choisira.

*Prévoyez dans un sac un change lorsque vous sortez ou voyagez.
Voyez avec votre enfant s'il préfère mettre une couche.*

Lisez ensemble des histoires sur cette thématique

Quelques lectures à partager :



Qu'y a-t-il dans ton pot, c'est l'histoire d'une petite souris bien curieuse qui questionne les autres animaux sur le contenu de leur couche. Un livre avec des rabats qui ravira les petits!!!



La petite taupe se réveille ce matin alors que quelqu'un lui a fait caca sur la tête. Une enquête commence alors...



Pendant que Simon, alias Superlapin, jouait aux billes avec son petit frère Gaspard, une odeur bizarre est montée dans la pièce. Elle venait de la couche de Gaspard. « Il faut aller sur ton pot ! » a dit Maman.



Mais où donc se rend ce petit poussin avec tout son chargement? A vous de le découvrir au fil des pages !

Tous ensemble, attentifs et bienveillants!

Votre enfant montre un intérêt pour cette étape ?
Quelque soit son mode d'accueil, il est essentiel d'en discuter avec les adultes de son entourage (assistante maternelle, crèche, grands-parents...). La cohérence entre adultes est un atout essentiel pour que l'enfant vive sereinement ce processus.

Il rentre à l'école...

En France, l'instruction est obligatoire à 3 ans. Quelle pression !!!
Votre enfant n'en est pas là ? Pas d'inquiétudes, n'hésitez pas à échanger avec les responsables de l'école qui accueilleront votre enfant.

En attendant, faites confiance à votre enfant, restez positif, il y arrivera !!!