

Existe-t-il un moment idéal pour apprendre à être continent ?

Il n'y a pas de moment idéal ni d'âge précis, pour l'acquisition de la continence. C'est l'enfant lui-même qui décide d'être "continent".

La fenêtre de 18 mois à 2 ans semble le bon moment mais il ne faut pas forcer l'enfant. La plupart des enfants sont continents pour les selles et l'urine, le jour, entre 2 et 4 ans.

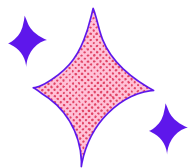
On n'apprend pas à un enfant à être continent, mais on l'accompagne dans cette acquisition en respectant son rythme.

Combien de temps dure l'apprentissage de la continence ?

L'apprentissage de la continence pendant la journée est un processus qui prend généralement de 3 à 6 mois en moyenne.

Par contre, l'apprentissage de la continence la nuit peut prendre plus de temps (environ 6 mois après la continence diurne).

Avant l'âge de 5 ans, il est inutile de s'inquiéter si votre enfant ne réussit pas à se réveiller pour aller aux toilettes.



Que signifie "être continent" ?

L'acquisition de la continence requiert trois facteurs conjugués :

- une maturation physiologique : l'enfant doit sentir que sa vessie est pleine ou que son intestin contient des selles. La continence n'est possible que lorsque le système nerveux est arrivé à maturité et que l'enfant est parfaitement conscient de la contraction et du relâchement de ses muscles. Cette maturité physiologique n'est effective qu'à partir de 15-18 mois environ.
- une maturation intellectuelle : l'enfant doit pouvoir prendre conscience de son besoin et pouvoir communiquer avec l'adulte pour demander son aide.
- une maturation affective : l'enfant doit désirer s'identifier à l'adulte.

Il s'agit donc d'un processus naturel et spontané, pas d'un apprentissage !



Brochure à destination des parents des élèves d'école maternelle

L'éducation à la continence

Les recommandations du programme de l'école maternelle

L'école maternelle s'adapte aux jeunes enfants, tient compte de leur développement, et les accompagne dans les transitions vécues.

L'équipe enseignante définit des modalités de relations avec les parents dans le souci du bien-être et d'une première scolarisation réussie des enfants (...).

L'accueil, les récréations, l'accompagnement des moments de repos, de sieste, d'hygiène sont des temps d'éducation à part entière. Ils sont organisés dans cette perspective par les adultes qui en ont la responsabilité et qui donnent des repères sécurisants aux jeunes enfants.

Et si c'est difficile pour l'enfant ?



Parfois l'enfant vit "l'accident" comme un véritable échec

Placer la continence sur le terrain de l'affectif peut engendrer des difficultés. Soumis à une demande à laquelle il ne peut pas répondre, l'enfant risque de perdre l'estime de lui-même et de penser qu'il n'est pas capable d'y parvenir.

Il est important d'aider l'enfant à repérer lui-même quand il a besoin d'aller aux toilettes (poser des questions sur ses envies). On peut aussi lui proposer d'aller sur le pot régulièrement.

Attention ! des problèmes de constipation peuvent survenir si l'enfant se retient trop longtemps ou si on le force.

L'enfant doit prendre conscience que son corps reste entier même s'il a "perdu quelque chose" dans le pot.

De nombreux albums de jeunesse permettent d'aborder cette acquisition de la continence

cliquez ici



Comment favoriser cette acquisition ?



Il faut avant tout rester positif, accompagner l'enfant de manière bienveillante, l'encourager et ne pas en faire un sujet de discorde et de pression permanente. Par exemple :

- Quand il y a un accident, il est préférable de ne pas prononcer ce mot devant l'enfant au profit du mot "oubli". Ce n'est pas un échec. Si l'enfant ne parvient pas à être continent, il ne faut pas hésiter à revenir en arrière, dédramatiser en continuant à proposer le pot.
- Accompagner l'enfant par la parole : lorsque vous changez la couche d'un enfant, vous pouvez nommer ce que vous jetez à la poubelle. Vous pouvez lui dire que lorsqu'il voudra, il pourra aller aux toilettes comme les plus grands, ou sur un pot.
- Ne pas sanctionner l'enfant. Il est habitué aux couches depuis sa naissance, les lui retirer représente donc un changement important qui peut être source d'angoisse. C'est une étape importante pour lui.
- Privilégier l'idée de faire comme les grands : "Je suis content que tu grandisses, tu vas faire comme papa et maman" ou "Tu vois, Louis va aux toilettes, toi aussi tu seras un grand lorsque tu feras pipi sur le pot !". Votre enfant pourra alors se projeter, imiter un autre enfant et décider de grandir.
- Tenir compte des événements extérieurs comme par exemple, l'arrivée d'un petit frère ou d'une petite sœur à la maison, l'entrée à l'école, un déménagement... L'enfant peut ne plus vouloir aller sur le pot pendant un moment, c'est normal. Un peu de patience et cela évoluera positivement.



- Féliciter l'enfant comme s'il avait réussi un exploit.



- Ne pas comparer les enfants entre eux en disant "tu vois... lui il y arrive." Il y a de grandes différences de rythme dans l'acquisition de la continence. Il est important de respecter les besoins de votre enfant.

Comment travailler ensemble ?

Professeur, ATSEM et parents



Aucun texte réglementaire ou autre disposition législative ne conditionne l'accès à l'école à l'acquisition de la continence d'un enfant. Autrement dit, l'école ne peut pas refuser d'accueillir un enfant qui n'est pas encore tout à fait continent. C'est un apprentissage qu'il faudra développer conjointement entre la famille et l'école, dans la bienveillance et sans pression inutile sur l'enfant. L'acquisition de la continence ne doit pas devenir un enjeu tel, qu'il conduirait à perturber les relations famille/école et placerait l'enfant au cœur de conflits stériles.

L'enseignant et l'ATSEM accompagnent l'enfant à franchir cette étape en respectant son intimité et en faisant preuve de souplesse tout en communiquant avec les parents sur les progrès de l'enfant.

Le passage aux toilettes à l'école maternelle est réfléchi et organisé pour que ce moment ne soit pas une contrainte pour les enfants mais une réponse à leurs besoins physiologiques et de sécurité affective..

Au mieux, aller aux toilettes en groupes restreints facilite l'accompagnement individuel des enfants dans la bienveillance.

A retenir

- Cette acquisition concerne l'enfant d'abord !
- Les conditions de cet apprentissage ont des conséquences sur le développement de la personnalité d'un enfant dans sa globalité. Donc bienveillance et patience !