

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES



**Marta Contre les
Toilettes**

© 2024 par le Partenariat EarlyBrain

Cette publication, intitulée « Supports pédagogiques tiré de l'histoire Marta contre les toilettes», est sous licence Creative Commons Attribution – Pas d'Utilisation Commerciale – Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0).

Vous êtes libre de :

- Partager – copier et redistribuer le matériel sur tout support ou format.
- Adapter – remixer, transformer et créer à partir du matériel.
-

Selon les conditions suivantes :

- Attribution – Vous devez créditer de manière appropriée, fournir un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été apportées.
- Pas d'Utilisation Commerciale – Vous ne pouvez pas utiliser ce matériel à des fins commerciales.
- Partage dans les Mêmes Conditions – Si vous modifiez, transformez ou créez à partir du matériel, vous devez distribuer vos contributions sous la même licence que l'original.

Pour consulter une copie de cette licence, visitez : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet a reçu un financement du programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de l'accord de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Les opinions exprimées dans le présent document reflètent celles de l'auteur et du consortium Earlybrain ; l'UE/la Commission n'est pas responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'il contient.

Ce document contient des supports pédagogiques destinés aux familles et aux professionnels pour aborder des situations similaires à celles présentées dans le livre « Marta contre les toilettes ». Il comprend, entre autres, des informations sur les stratégies et techniques, des lignes directrices, des histoires sociales et des pictogrammes.

Table des matières

1. STRATÉGIES DE STIMULATION ACTIVE	2
2. LIGNES DIRECTRICES POUR L'APPROCHE ET LA MISE EN FORME	4
3. DIRECTIVES PHYSIQUES POUR FAVORISER LE PROCESSUS DE DÉFÉCATION	4
4. ANTICIPATION	7
4.1. COUCHE D'ANTICIPATION	7
4.2. HISTOIRE SOCIALE	7
5. ÉCONOMIE DES JETONS	8
6. CONTRÔLE DES SPHINCTERS	10
7. STRATÉGIES D'INSÉCURITÉ	12
8. STRATÉGIES DE GESTION POUR L'ADULTE ACCOMPAGNATEUR	13
ANNEXE 1A : HISTOIRE SOCIALE DE LA DÉFÉCATION D'UN GARÇON	15
ANNEXE 1B : HISTOIRE SOCIALE DE DÉFÉCATION D'UNE FILLE	17
ANNEXE 2 : HISTOIRE SOCIALE POUR LE LAVAGE DES MAINS	19
ANNEXE 3 : PANNEAU AU REVOIR LES COUCHES	20
ANNEXE 4 : PANEL ÉCONOMIE DES JETONS	24
ANNEXE 5 : REGISTRE DES COUCHES HUMIDES ET SÈCHES	26
ANNEXE 6 : REGISTRE DE CONTRÔLE DES SPHINCTERS	28



1. STRATÉGIES DE STIMULATION ACTIVE

Voici quelques activités qui peuvent être réalisées pour augmenter l'acceptation de la stimulation tactile.

- **Pendant ou après le bain :**

- Profitez du moment du bain pour frotter délicatement avec différentes éponges, plus douces ou plus rugueuses.
- Utilisez des serviettes de différentes textures pour sécher le corps de l'enfant. Il peut être judicieux de sécher l'enfant par petites touches, en exerçant une légère pression, plutôt que de frotter intensément.
- Ajoutez des stratégies de coiffure et de séchage des cheveux à ce stade.
- Après le bain, effectuez un massage relaxant, si vous le supportez. De préférence, effectuez de légères pressions et évitez les chatouillements au début.

- **Au moment des repas :**

- Réalisez des recettes simples avec de la pâte, de la gelée, de la viande hachée, de la béchamel, des œufs, des fruits ou des tartinades ; par exemple, de la pâte à pizza, du pain, des biscuits, des boulettes de viande, des croquettes, des boulettes, des brochettes de fruits, des sandwiches, etc.
- Autorisez-vous de petits moments d'expérimentation avec la nourriture : manger avec les mains, réaliser des recettes imaginaires en mélangeant des aliments, etc.

- **À l'heure de la récréation :**

- Cachez de petits jouets dans un récipient contenant du riz, des nouilles, des lentilles ou autres, et cherchez-les. Si le récipient est grand, il permettra également d'y mettre les pieds. Une autre option consiste à utiliser une pataugeoire amovible, qui permet d'expérimenter avec tout le corps.
- Jouer à peindre avec de la mousse à raser ou de la peinture au doigt, avec les mains et les pieds, ou se peindre le corps. Il existe des peintures texturées dans le commerce, ou vous pouvez les fabriquer vous-même en ajoutant des produits sans danger pour la peau, toujours sous surveillance, comme du sable, de la sciure, du sel, etc. Vous pouvez également utiliser des pinceaux ou des éponges de différentes textures pour appliquer la peinture.
- Jouez avec de la pâte à modeler, du sable cinétique, du slime, de la pâte à modeler, de l'argile, des billes de pâte à modeler porexpan ou d'autres matériaux similaires disponibles sur le marché. Chacun de ces éléments offre une texture originale et permet d'expérimenter et de créer des moments amusants avec ces textures. De plus, vous trouverez de nombreux tutoriels expliquant la création de ces matériaux. Ce jeu en famille peut être très amusant, impliquant davantage l'enfant,



favorisant ainsi une meilleure compréhension des textures et favorisant l'acceptation du produit final.

- Créez un panneau de textures et placez-y différentes textures familières à l'enfant, par exemple : coton, tampon à récurer, tissu, maille, caoutchouc mousse, aluminium, papier de verre, carton, etc. Jouez à toucher les différentes textures, avec les mains et les pieds, et décrivez-les. Cela favorise également l'apprentissage des concepts de base.
- Créez un sac ou un sachet dans lequel nous introduisons différentes textures, ainsi que des objets, et jouons à deviner de quel objet il s'agit, avant de le sortir du sac.

- **Dans le parc :**

- Jouez avec le sable, la boue, l'herbe, les feuilles et autres éléments naturels disponibles dans ce contexte.
- Il existe des balles avec différentes textures, avec lesquelles il peut être amusant de jouer.

AU NIVEAU GÉNÉRAL :

- Soyez attentif aux signes. Si l'enfant présente des signes d'altération, envisagez de pratiquer une activité impliquant force ou pression, comme sauter ou courir.
- Il est important de NE PAS forcer l'enfant à réaliser les activités proposées, tout doit être progressif et respecter les temps et les tolérances de l'enfant.



2. LIGNES DIRECTRICES POUR L'APPROCHE ET LA MISE EN FORME

Lorsque nous voulons que les enfants adaptent leur comportement à une situation qu'ils n'ont jamais vécue auparavant, nous, les adultes, devons avoir des idées claires sur la manière de procéder.

Tout d'abord, il faut être conscient que pour atteindre un objectif comportemental final, il est nécessaire de procéder progressivement. On appelle cette méthode l'approximation, et comme son nom l'indique, on aborde le comportement souhaité étape par étape et progressivement.

Pour ce faire, nous réfléchissons d'abord à la série d'étapes à suivre pour atteindre l'objectif final. Il est important de garder à l'esprit que chaque étape est aussi importante que les autres et doit être renforcée une fois franchie. Autrement dit, chaque étape franchie (équivalent à un objectif plus modeste) sera saluée et l'enfant sera félicité pour l'avoir accomplie.

La planification des étapes sera établie pour chaque enfant et dépendra du niveau de difficulté du nouveau comportement. Par exemple, s'il s'agit d'un comportement que l'enfant n'a jamais adopté ou vu adopter, il sera plus complexe à réaliser qu'un comportement observé ou réalisé dans un autre contexte et que nous souhaitons extrapoler à d'autres situations.

Dans le cas de l'histoire, la première étape consiste à aller aux toilettes et à s'y asseoir de temps en temps, une étape qui est félicitée et renforcée par un autocollant. Exemple : si nos enfants vont aux toilettes et s'y asseyent de temps en temps, ils seront récompensés par un autocollant. Mais, si notre enfant a plus de difficultés à s'y asseoir, la première étape devrait simplement être d'y aller.

Avant de passer à l'étape suivante, il est important d'avoir acquis d'autres étapes plus faciles. Même si l'on pense que l'enfant est prêt, on peut commettre l'erreur d'ajouter des informations supplémentaires aux progrès réalisés et de revenir en arrière, perdant ainsi ce qui a été appris.

Pour savoir quand introduire l'étape suivante, il faut évaluer la réaction de l'enfant, en observant si son comportement l'empêche de réaliser la tâche, s'il est stressé ou si des signes d'insécurité apparaissent : se replier sur lui-même, regarder l'adulte avec une expression craintive ou se méfier de la pratique que nous sommes en train de réaliser.

Pour enregistrer cela, nous pouvons noter les tentatives à chaque étape avec « Le fait », « En cours » et « Ne le fait pas ». Une fois que nous obtenons « Il/Elle le fait » de manière continue dans une activité, nous passons à l'étape suivante.

3. DIRECTIVES PHYSIQUES POUR FAVORISER LE PROCESSUS DE DÉFÉCATION

Bien que la protagoniste de l'histoire, Marta, présente des difficultés pour aller aux toilettes davantage liées à une origine psychologique, nous expliquerons ci-dessous plusieurs stratégies qui facilitent la digestion et le moment d'aller aux toilettes.



La gestion comprend :

- Maintenir une alimentation équilibrée et boire suffisamment d'eau contribue à maintenir une bonne santé digestive et à garder les selles molles et à faciliter leur passage dans le système digestif.
- Établir une routine basée sur les directives d'apprentissage de la propreté.
- Adoptez une posture correcte : la position accroupie est considérée comme la plus naturelle pour déféquer. Vous pouvez essayer de surélever vos pieds avec un petit tabouret ou utiliser un tabouret pour simuler cette position.



- Évitez les tensions excessives : il ne faut pas forcer excessivement pendant la défécation, car cela entraîne inévitablement une apnée, rendant le processus plus difficile. Il est donc important de profiter de la phase expiratoire pour faciliter l'expulsion. En suivant ces conseils, vous pouvez éviter d'éventuelles hémorroïdes ou fissures anales. Si vous avez des difficultés à aller à la selle, vous pouvez essayer des techniques de relaxation comme la respiration profonde ou un léger massage abdominal.
- Faites de l'exercice régulièrement : une activité physique régulière stimule le transit intestinal et aide à réguler le transit intestinal. Il est recommandé de pratiquer une activité physique modérée plusieurs fois par semaine (marche, jogging, vélo, etc.).
- Il est essentiel d'éviter le stress et de prendre son temps : ne vous précipitez pas aux toilettes. Il est recommandé de prendre le temps de se détendre et d'évacuer complètement. De plus, le stress et l'anxiété peuvent avoir un effet négatif sur le fonctionnement du système digestif.
- Ne remettez pas à plus tard la nécessité d'évacuer.

De plus, un massage peut être utilisé pour faciliter la digestion, l'évacuation des gaz et soulager la constipation. Pour réaliser le massage, il est essentiel de choisir

un moment où l'enfant est détendu. La position doit être allongée sur le dos, les genoux fléchis et les pieds soutenus. Voici quelques exemples de manœuvres :

- Mains posées sur l'abdomen : nous plaçons nos mains sur l'abdomen et commençons à accompagner la respiration de l'enfant, en concentrant notre attention sur l'inspiration de l'air par le nez et sa libération par la bouche, en remarquant comment l'abdomen gonfle.
- Mobilisation des jambes : prendre les pieds de l'enfant et faire des mouvements en pliant les genoux (en les maintenant en flexion maximale) et en étendant les jambes.
- Cercles avec les mains : Tout d'abord, effectuez des cercles complets dans le sens des aiguilles d'une montre, de la jambe droite vers les côtes et des côtes vers la jambe droite.
- Cercle et demi-cercle avec les mains (Soleil et Lune) : Avec une main un cercle complet et avec l'autre un demi-cercle (de sous les côtes droites jusqu'au bassin gauche).
- Manœuvres du bout des doigts. Vous pouvez commencer par la manœuvre du « Je t'aime », ainsi appelée car le but est de dessiner les lettres « I », « L » (inversé) et « U » inversé sur le ventre de l'enfant. Pour former le « I », nous le ferons du dessous des côtes gauches jusqu'au-dessus des jambes gauches. Pour réaliser le « L » inversé, nous commencerons du dessous des côtes droites jusqu'au-dessous des côtes gauches et ajouterons le « I ». Enfin, pour compléter le « U » inversé, nous commencerons du dessus des jambes droites jusqu'au-dessous des côtes droites et ajouterons la manœuvre précédente. Cette manœuvre est réalisée dans ce sens pour favoriser la vidange intestinale. Une autre manœuvre consiste à marcher sur la pointe des pieds en suivant le même trajet.



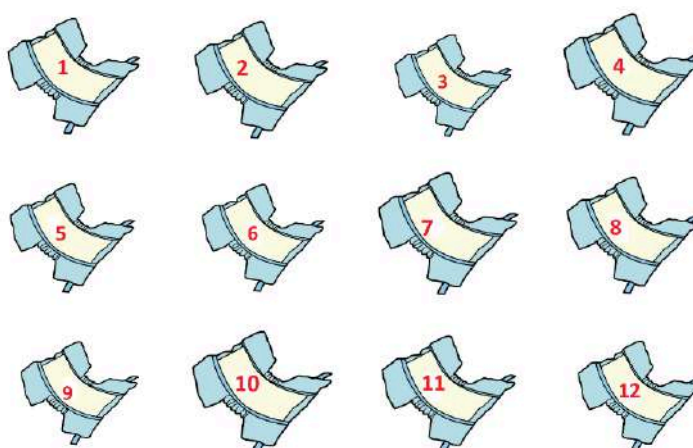
4. ANTICIPATION

L'anticipation est l'action d'anticiper un événement avant qu'il ne se produise. Chez les enfants, il s'agit de les préparer et de les informer qu'un événement inhabituel va se produire.

Il s'agit d'établir un agenda visuel représentant des activités ou des tâches planifiées à l'aide d'aides visuelles ou de pictogrammes. L'objectif ultime est de réduire le stress et l'anxiété et ainsi d'améliorer l'apprentissage et le comportement. Il aide les enfants à comprendre leurs routines quotidiennes dans les environnements qu'ils fréquentent (maison, école, etc.) et dans des environnements inconnus. Il repose sur la décomposition des tâches en différentes étapes afin de faciliter l'apprentissage.

4.1. COUCHE D'ANTICIPATION

Dans le cas de Marta, nous recommandons l'utilisation d'une couche d'anticipation, qui permet à l'enfant de savoir visuellement quand la couche va être retirée. En notant le nombre de couches restantes et en les rangeant, l'enfant peut voir et prendre progressivement conscience du retrait de la couche.



4.2. HISTOIRE SOCIALE

Un exemple d'anticipation serait l'utilisation d'une histoire sociale : un récit court et individualisé avec l'utilisation d'aides visuelles ou de pictogrammes qui est utilisé pour expliquer en détail et clarifier des situations sociales spécifiques qui peuvent être difficiles ou déroutantes pour les enfants, afin d'anticiper comment réagir et/ou agir dans cette situation particulière qu'ils ne connaissent pas.

Dans le cas de Marta, l'utilisation d'une histoire sociale serait recommandée pour faciliter sa compréhension et réduire son anxiété à l'idée d'aller aux toilettes, et pour faciliter la routine du lavage des mains.

Les annexes 1, 2 et 3 comprennent trois exemples d'histoires sociales qui peuvent être utiles.

5. ÉCONOMIE DES JETONS

L'économie symbolique est une technique de modification du comportement qui vise à produire un changement dans le comportement de l'enfant, en encourageant la réalisation ou l'arrêt de certains comportements spécifiques.

Il repose sur l'échange de jetons (étoiles), sans valeur pour l'enfant, contre des renforçateurs (intérêts). L'accomplissement du comportement attendu ou son arrêt, selon le cas, sera accompagné d'un jeton. Si le nombre de jetons convenu est atteint, ils peuvent être échangés contre une récompense ou un renforcement. Afin de suivre les jetons, un système d'enregistrement est utilisé, permettant à l'enfant de les voir, de les comprendre et de participer à leur gestion. Dans le cas de Marta, elle utilise un panneau*.

Nous devons suivre une série d'étapes afin de pouvoir l'appliquer correctement.

- La première étape consiste à expliquer à l'enfant la procédure à réaliser.
- Ensuite, convenez des renforts à obtenir avec les étoiles et du nombre d'étoiles nécessaires pour les obtenir.

Au début, il est conseillé de mettre en œuvre ce système avec un seul comportement et avec peu de besoin de jetons, afin que l'enfant comprenne le système et voit son utilité ; petit à petit, nous augmentons les comportements et/ou le nombre de jetons nécessaires pour obtenir une récompense.

Les récompenses peuvent varier (quotidiennes, hebdomadaires ou mensuelles), selon l'enfant, le comportement ou la tâche à réaliser. Il peut donc être intéressant, au début, de récompenser une action simple quotidiennement, puis d'augmenter progressivement le temps consacré à la récompense.

Bien qu'initialement les récompenses soient généralement matérielles : bonbons, poupée, plus de temps passé à jouer avec la tablette ou la télévision, etc., il est important de remplacer ces renforcements à mesure que l'enfant grandit. Il est important de les remplacer progressivement par des aspects plus sociaux tels que : jouer avec papa ou maman, raconter une histoire, un massage, etc.

Il faut garder à l'esprit que la récompense doit être proportionnelle à la difficulté de la tâche et qu'elle ne peut être obtenue par aucun autre moyen. Il faut être très attentif aux récompenses convenues, car si nous nous engageons à en attribuer une et qu'elle n'est pas récompensée, l'enfant pourrait avoir le sentiment que ses efforts ont été vains et qu'il ne reviendra pas accomplir les tâches, ce qui entraînerait l'échec de l'économie symbolique.

Sur le côté gauche du panneau, nous plaçons l'image du comportement que nous souhaitons encourager, dans ce cas, faire caca dans les toilettes. Nous expliquons à l'enfant ce qu'il doit faire pour obtenir l'étoile. Une fois l'action réalisée, nous approchons du panneau et plaçons l'étoile sur le jour de la semaine correspondant.

À la fin de la journée ou de la semaine, comme convenu, nous compterons avec l'enfant le nombre d'étoiles que nous avons et vérifierons s'il y a suffisamment d'étoiles pour recevoir le prix.



S'ils ne sont pas suffisants, parlez à l'enfant et évaluez s'il s'agit d'un manque de routine, afin que nous puissions maintenir le nombre d'étoiles pour obtenir le prix ; ou si, au contraire, nous avons exigé un nombre élevé d'étoiles, qu'il/elle ne peut pas atteindre même s'il/elle exécute la tâche de manière cohérente.

L'idée finale est que l'enfant acquiert l'autonomie et l'initiative pour réaliser certaines actions, de sorte qu'au fil du temps, nous devrions retirer l'économie des jetons, ou remplacer les tâches par d'autres.

L'annexe 4 comprend du matériel pour travailler sur l'économie des jetons.



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

6. CONTRÔLE DES SPHINCTERS

Voici une liste de directives que nous pouvons utiliser pour initier l'apprentissage de la propreté :

- La première semaine doit être considérée comme une période d'observation. Toutes les 30 minutes, nous vérifierons la couche de l'enfant et noterons si elle est sèche ou mouillée sur la « Fiche d'enregistrement des couches mouillées-sèches » (voir annexe 5).
- Noter les heures approximatives auxquelles l'enfant fait pipi nous aide à anticiper et à emmener l'enfant aux toilettes à ces moments-là, évitant ainsi de s'asseoir inutilement sur les toilettes et obtenant une association pipi-mouillage plus précise.
- Il est conseillé d'utiliser un adaptateur de toilettes et un tabouret qui permettent à l'enfant de s'asseoir sur les toilettes avec une assistance minimale.
- Nous essaierons d'éviter le pot. Si l'enfant associe le fait de faire pipi sur le pot, nous devons alors effectuer la tâche suivante : associer pipi et toilettes.
- Au cours de la première semaine d'observation, nous changerons la couche dans les toilettes, autant que possible, afin que l'enfant associe que c'est l'endroit pour faire pipi.
- Il est intéressant pour l'enfant d'effectuer de petites tâches lors du changement de couche, par exemple aider à remonter ou à baisser le pantalon ou à jeter la couche à la poubelle.
- Dans les semaines suivantes, nous retirerons la couche et emmènerons l'enfant aux moments où nous avons observé qu'il ou elle a envie de faire pipi.
- Une fois assis sur les toilettes, nous encouragerons l'enfant à faire pipi.
- S'il/elle urine dans les toilettes, nous le/la féliciterons de manière très encourageante et nous l'écrirons sur la « Fiche de contrôle des sphincters » (voir annexe 6).
- S'il/elle ne fait pas pipi au bout de quelques minutes, pas de problème, on se lève des toilettes et on réessaye plus tard, en notant dans le compte rendu qu'il n'y a pas eu de pipi.
- Soyez attentif aux signes avant-coureurs indiquant que l'enfant a envie de faire pipi et réessayez quelques minutes plus tard.
- S'il/elle a des fuites, c'est normal, il/elle apprend. Nous l'emmènerons aux toilettes pour le changer et nous réessayerons une prochaine fois.
- Nous noterons l'heure de la fuite sur la « Feuille d'enregistrement du contrôle du sphincter » pour la garder à l'esprit pour les jours suivants.



-
- Il est intéressant que l'enfant participe autant que possible au nettoyage des fuites. S'il a du mal à nettoyer les toilettes, il peut insister sur le fait qu'il est plus confortable d'y uriner.
 - Si la température à la maison le permet, l'enfant peut porter des vêtements légers pour s'asseoir plus rapidement et plus confortablement aux toilettes. Cela facilite également le changement de vêtements en cas de fuite.
 - Le retrait des couches est un processus indéterminé qui peut durer des semaines, voire des mois. Il faut en être conscient, faire preuve de patience et respecter le temps des enfants.



7. STRATÉGIES D'INSÉCURITÉ

Marta est une jeune fille qui éprouve de grandes difficultés à aller aux toilettes. Dans cette section, nous aborderons l'insécurité émotionnelle qu'elle ressent face à des activités a priori stressantes pour elle et sa famille.

Tous les enfants peuvent se sentir en insécurité face à certaines activités. Il est donc important de féliciter les petits progrès au fur et à mesure. « Marta, tu t'es assise sur les toilettes, tu as très bien réussi ». Cela peut aider Marta à prendre confiance en elle. Évitez de critiquer ou de prêter attention aux comportements négatifs : « Marta, j'ai vu que tu étais très nerveuse quand on a changé la couche » ou « Marta, tu as encore fait caca dans ton pantalon ». Si nous voulons que Marta ait confiance en elle, nous devons lui transmettre cette confiance.

Nous devons essayer de lui donner des responsabilités adaptées à son âge et lui proposer des défis qu'elle peut surmonter. Marta est petite et a probablement besoin d'aide de temps en temps. Un geste d'affection peut lui redonner confiance et lui faire comprendre qu'elle n'est pas seule dans cette épreuve. « Marta, si tu as peur, tu peux tenir la main de maman. » Nous devons encourager son autonomie, tout en partant du principe qu'elle aura souvent besoin de notre aide et de notre soutien.

Marta ne réussira probablement pas les défis proposés du premier coup ; il est donc important de minimiser les échecs. Les enfants doivent connaître l'échec et tolérer la frustration dans des situations ou des jeux qui ne se déroulent pas toujours bien, mais il faut aussi leur faire percevoir cela comme un défi. « Marta, aujourd'hui, on a compté jusqu'à 5 assis sur les toilettes. Et si demain, on comptait jusqu'à 10 ? » On peut même lui demander quelle est la meilleure option pour s'en rapprocher. « Marta, que pourrions-nous faire demain pour essayer de faire caca dans les toilettes ? »

Dans une autre section, nous aborderons le jeu plus en détail, mais n'oublions pas que ces stratégies peuvent être utilisées avec l'enfant à la maison. Nous pouvons également lui apprendre à rire de lui-même et ainsi renforcer son estime de soi. Danser, jouer, sauter, rire, se déguiser... Apprenez-lui à s'amuser et ainsi à réduire sa rigidité face aux nouvelles situations qu'il partage avec d'autres personnes et enfants.

Enfin, le discours des adultes et des enfants face à l'échec est généralement négatif. Il est également possible d'entraîner la pensée négative et l'auto-renforcement, et ainsi de se transmettre des messages positifs. On peut commencer par remplacer « Je n'ai pas réussi à faire caca aux toilettes » par « J'ai essayé » ou « Je n'y arrive pas » par « Et si j'essayais ? ».



8. STRATÉGIES DE GESTION POUR L'ADULTE ACCOMPAGNATEUR

L'adulte qui accompagne l'enfant dans son apprentissage de la propreté joue un rôle important dans ce processus. En prenant en compte certains aspects, en anticipant et en disposant de divers outils, nous pourrions gérer les éventuelles difficultés en toute sécurité. Voici des stratégies pour accompagner l'enfant dans cette démarche.

Tout d'abord, il est important que l'enfant connaisse son environnement : son historique de couches, son alimentation, son caractère, etc. Il faut également l'informer de ce qui va se passer, du comportement ou des actions attendues.

Pour que l'enfant comprenne le processus de manière plus simple et visuelle, nous pouvons préparer une histoire sociale. Grâce à elle, nous pouvons raconter l'activité dans son intégralité de manière très concrète grâce à des pictogrammes. Elle est utilisée bien avant le début de l'activité. Par exemple, nous pouvons choisir un moment de la journée pour la lui montrer et l'en informer. S'il sait ce qui va se passer à chaque instant, il se sentira beaucoup plus détendu.

Nous pouvons également donner des instructions pour que l'enfant sache quoi faire en cas de stress. Par exemple : « Si Marta est nerveuse aux toilettes, elle peut serrer la main de sa maman » ou « Si Marta en a marre d'être aux toilettes, elle peut dire « STOP »

Dans ces cas-là, l'approche de l'activité aux toilettes doit être progressive. L'enfant donne le rythme et, si nous constatons qu'il/elle ne va pas bien, nous devons réduire les exigences. Par exemple : Marta entre aux toilettes, mais elle refuse de s'y asseoir. Comme nous constatons qu'elle commence à être très nerveuse, nous pouvons aller dans la salle de bains et l'inviter à s'y asseoir. Une fois qu'elle est assise, nous passons à l'étape suivante, en observant toujours ses émotions.

Il est très important de disposer de stratégies et de matériel variés. Utiliser des éléments qui le détendent peut apaiser l'enfant. Marta s'assoit sur les toilettes, mais lorsqu'elle ne peut pas faire caca, elle bouge beaucoup ses jambes et sa gestuelle change. À cette occasion, nous pouvons lui dire : « Marta, veux-tu un jouet ? » tout en lui offrant des objets.

Il faut essayer d'anticiper les comportements qui pourraient avoir des répercussions ou nous faire régresser. Reconnaître les signes de stress, de nervosité, de frustration ou d'inconfort permet de prévenir de nombreuses situations. Si nous constatons que l'enfant devient agité, nous pouvons valider sa nervosité et proposer une alternative. « Marta, tes pieds bougent beaucoup, veux-tu qu'on se lève des toilettes ? »

En général, il est important de s'adresser à l'enfant de manière claire, précise et calme, en utilisant des phrases courtes et des termes concrets, un langage positif, calmement et avec peu de gesticulations, dans un environnement aussi calme que possible, en parlant à sa hauteur et en le regardant dans les yeux, en s'assurant qu'il comprend ce qui se passe. Nous nous adaptons à son rythme de traitement et lui accordons du temps. Nous validons ses émotions, en faisant preuve de compréhension face à sa colère, à ses peurs... en l'accompagnant, en mettant un



nom sur ce qu'il ressent et en étant à ses côtés. Nous l'incluons dans la recherche de solutions, en lui présentant des options et en le laissant choisir l'une d'entre elles.



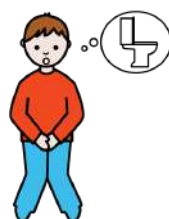
**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

ANNEXE 1A : HISTOIRE SOCIALE DE LA DÉFÉCATION D'UN GARÇON

1er



**J'AI ENVIE DE FAIRE
CACA**

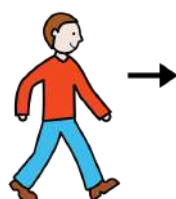


ET JE LE DIS



UN PARENT

2e



J'Y VAIS

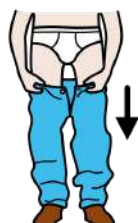


**À LA SALLE DE
BAIN ET**

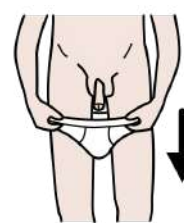


**JE LÈVE LE
COUVERCLE DES
TOILETTES**

3è
me



**JE BAISSÉ MON
PANTALON**



**ET MES
SOUS-VÊTEMENTS**

4è
me



JE SUIS ASSIS



ET JE SUIS CALME

5^è
me



LE CACA SORT



**JE M'ESSUIE LES
FESSES**



**JE JETTE LE PAPIER
SALE**

6^è
me



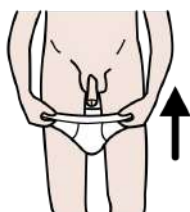
**ÇA SENT UN PEU
MAUVAIS**

MAIS



JE SUIS CALME

7^è
me

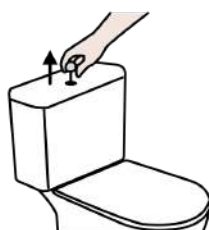


**JE REMONTE MES
SOUS-VÊTEMENTS**



ET MON PANTALON

8^e



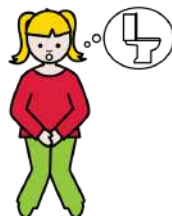
**JE TIRE LA CHASSE
D'EAU**



**ET JE ME LAVE LES
MAINS**

ANNEXE 1B : HISTOIRE SOCIALE DE DÉFÉCATION D'UNE FILLE

1er



**J'AI ENVIE DE FAIRE
CACA**

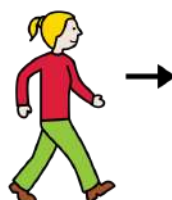


ET JE LE DIS



UN PARENT

2e



J'Y VAIS

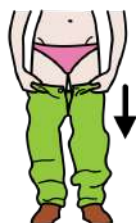


**À LA SALLE DE
BAIN ET**

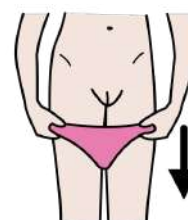


**JE LÈVE LE
COUVERCLE DES
TOILETTES**

3è
me



**JE BAISSÉ MON
PANTALON**



**ET MES
SOUS-VÊTEMENTS**

4è
me



JE SUIS ASSISE



ET JE SUIS CALME

5^è
me



LE CACA SORT



**JE M'ESSUIE LES
FESSES**



**JE JETTE LE PAPIER
SALE**

6^è
me



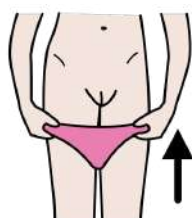
**ÇA SENT UN PEU
MAUVAIS**

MAIS



JE SUIS CALME

7^è
me

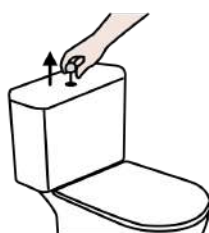


**JE REMONTE MES
SOUS-VÊTEMENTS**



ET MON PANTALON

8^e



**JE TIRE LA CHASSE
D'EAU**



**ET JE ME LAVE LES
MAINS**

ANNEXE 2 : HISTOIRE SOCIALE POUR LE LAVAGE DES MAINS

1er



**JE RETROUSSE MES
MANCHES SI J'EN AI
BESOIN**



**J'OUVRE LE
ROBINET**



**JE ME LAVE LES
MAINS**

2e



**JE FERME LE
ROBINET**



JE RINCE

3è
me



**J'OUVRE LE
ROBINET**



JE RINCE



**ET SÈCHE MES
MAINS**

ANNEXE 3 : PANNEAU AU REVOIR LES COUCHES

INSTRUCTIONS:

1. Découpez-le et collez-le sur le dessin de l'enfant.



2. Découpez les couches et collez-les sur le panneau avec un matériau facilement amovible.
3. À chaque couche usagée, nous décollons une couche, en commençant par la dernière, et la mettons dans la poche créée avec la première couche que nous avons découpée.

COMBIEN DE COUCHES RESTE-T-IL ?



**Cofinancé par
l'Union européenne**

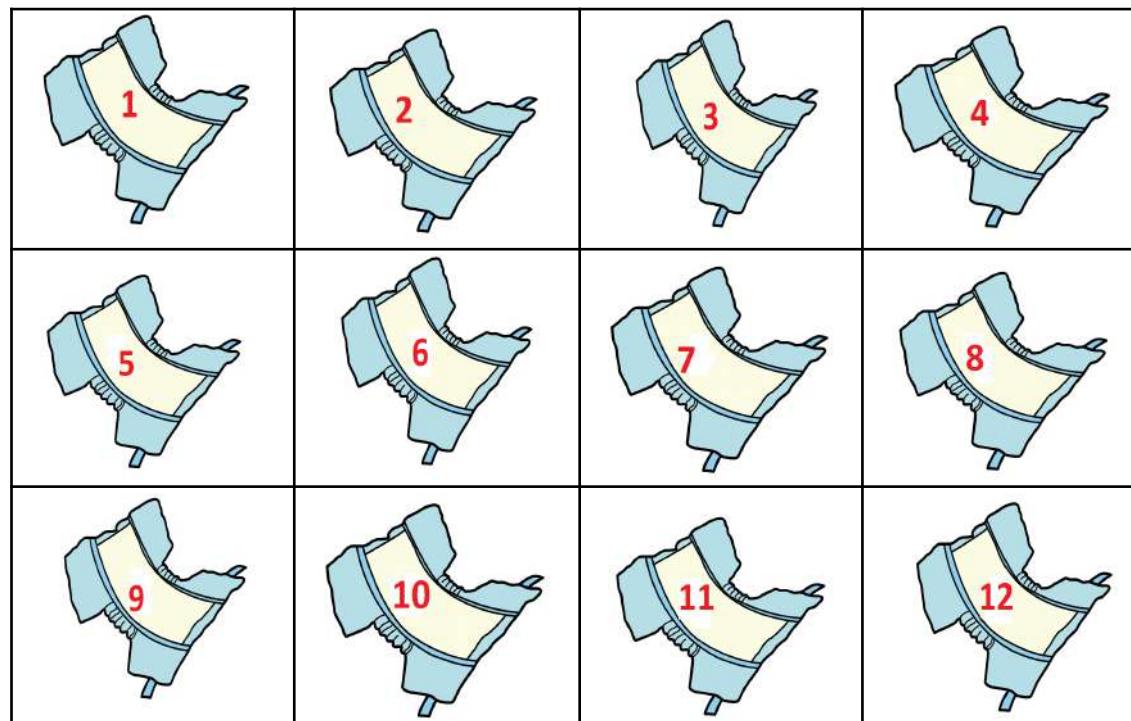
Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

COMBIEN DE COUCHES RESTE-T-IL ?



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.



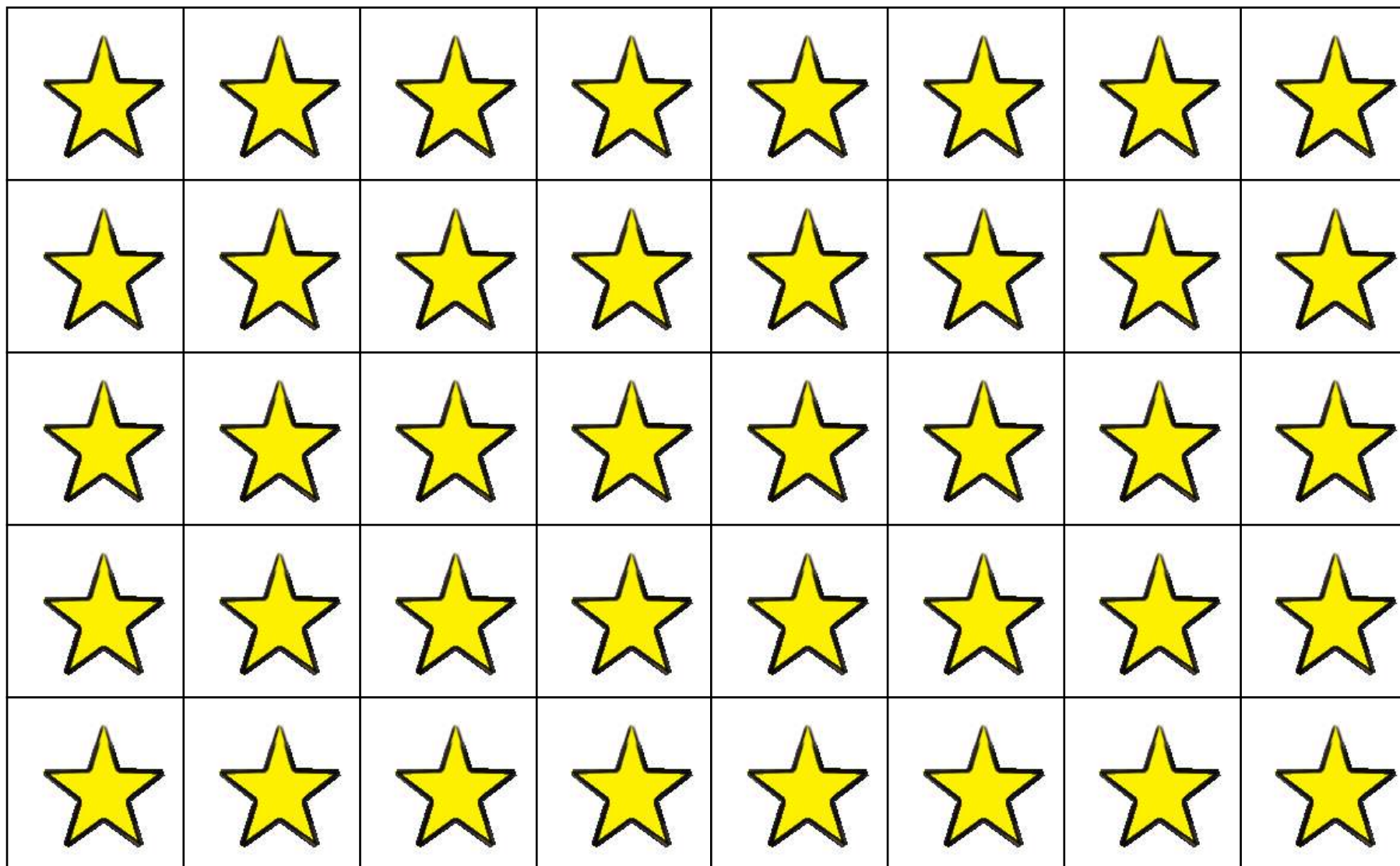
ANNEXE 4 : PANEL ÉCONOMIE DES JETONS

JE PEUX !!!!							
TÂCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
							



Cofinancé par
l'Union européenne

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

ANNEXE 5 : REGISTRE DES COUCHES HUMIDES ET SÈCHES

Toutes les 30 minutes, nous vérifierons la couche de l'enfant et noterons si elle est sèche (D) ou mouillée (W), afin de nous rapprocher de l'heure de la miction. Nous procéderons ainsi pendant une semaine.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h00							
8h30							
9h00							
9h30							
10h00							
10h30							
11h00							
11h30							
12h00							
12h30							
13h00							
13h30							
14h00							
14h30							
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00							
17h30							
18h00							
18h30							



19h00							
19h30							
20h00							
20h30							
21h00							
21h30							
22h00							
22h30							



ANNEXE 6 : REGISTRE DE CONTRÔLE DES SPHINCTERS

Nous installons l'enfant sur les toilettes aux heures où nous avons calculé ses mictions, selon le « RECORD ESSUI-VIENT ». Nous notons l'heure (H) s'il parvient à uriner dans les toilettes (WC) ou s'il/elle fuit (L) ou est sec (D).

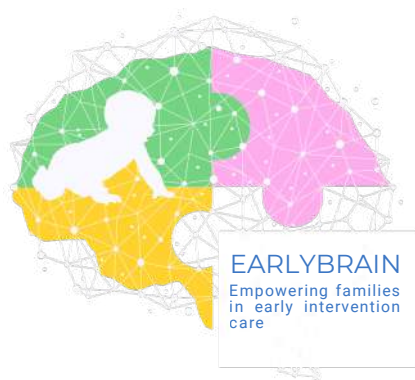
SEMAINE.....

LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI			SAMEDI			DIMANCHE		
H	WC	L/D	H	WC	L/D	H	WC	L/D	H	WC	L/D	H	WC	L/D	H	WC	L/D	H	WC	L/D



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.



**Cofinancé par
l'Union européenne**

Ce projet est cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne dans le cadre de la convention de subvention n° 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960. Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

