

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES



**Marta Contre les
Toilettes**

Ce document contient du matériel de soutien destiné aux membres de la famille et aux professionnels pour travailler sur des situations similaires à celles décrites dans le livre **Marta Contre les Toilettes**. Ce matériel comprend, entre autres, des informations sur les stratégies et les techniques, des lignes directrices, des histoires sociales et des pictogrammes.

Table des matières

1. LES STRATÉGIES DE STIMULATION TACTILE	3
2. LIGNES DIRECTRICES POUR L'APPROCHE ET LA MISE EN FORME	4
3. DES DIRECTIVES PHYSIQUES POUR FAVORISER LE PROCESSUS DE DÉFÉCATION	5
4. ANTICIPATION	8
4.1. COUCHE D'ANTICIPATION / COUCHE-CULOTTE	8
4.2. HISTOIRE SOCIALE	8
5. L'ÉCONOMIE DU TOKEN	9
6. CONTRÔLE DU SPHINCTE	10
7. STRATÉGIES DE LUTTE CONTRE L'INSÉCURITÉ	11
8. STRATÉGIES DE GESTION POUR L'ADULTE ACCOMPAGNANT	13
ANNEXE 1A : HISTOIRE SOCIALE DE DÉFÉCATION D'UN GARÇON	1
ANNEXE 1B : HISTOIRE SOCIALE DE DÉFÉCATION D'UNE FILLE	1
ANNEXE 2 : HISTOIRE SOCIALE DU LAVAGE DES MAINS	4
ANNEXE 3 : PANEL BYE-BYE NAPPY	5
ANNEXE 4 : PANEL SUR L'ÉCONOMIE DES JETON	1
ANNEXE 5 : REGISTRE DES COUCHES HUMIDES ET SÈCHES	23



1. LES STRATÉGIES DE STIMULATION TACTILE

Voici quelques activités permettant de mieux accepter les stimuli tactiles.

- Pendant ou après le bain

- Profitez du bain pour passer différentes éponges, plus douces ou plus rugueuses.
- Essayez de sécher l'enfant avec des serviettes de textures différentes. Il est intéressant de sécher l'enfant par petites touches avec une légère pression, au lieu de le frotter.
- Ajoutez des stratégies de coiffage et de séchage des cheveux à ce stade.
- Après le bain, effectuez un massage relaxant, si vous le tolérez. Il est préférable d'exercer une légère pression dans les mouvements, en évitant les chatouillements au début.

- Au moment des repas

- Réaliser des recettes simples avec de la pâte, de la gelée, de la viande hachée, de la béchamel, des œufs, des fruits ou des pâtes à tartiner ; par exemple, pâte à pizza, pain, biscuits, boulettes de viande, croquettes, boulettes de pâte, brochettes de fruits, sandwiches, etc.
- Permettez des petits moments d'expérimentation avec la nourriture : manger avec les mains, faire des recettes imaginaires en mélangeant les aliments, etc.

- À 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, nous pourrions également y mettre nos pieds. Une autre option consiste à utiliser une pataugeoire amovible, qui nous permet d'expérimenter avec tout le corps.
- Jouez à peindre avec de la mousse à raser ou de la peinture au doigt, aussi bien avec les mains qu'avec les pieds, ou peignez le corps. Il existe des peintures texturées dans le commerce, ou vous pouvez les créer vous-même en ajoutant à la peinture des produits sans danger pour la peau, tels que du sable, de la sciure de bois, du sel, etc. Une autre option consiste à 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, de la pâte à modeler porexpan ou d'autres options similaires disponibles sur le



marché. Chacun de ces éléments offre une texture nouvelle et la possibilité d'expérimenter et d'associer ces textures à des moments amusants. En outre, vous pouvez trouver de nombreux tutoriels sur la façon de créer certains de ces matériaux, de sorte qu'il peut s'agir d'un moment de jeu familial très amusant dans lequel l'enfant est plus impliqué et génère une plus grande exposition aux textures, ce qui favorise l'acceptation du produit final.

- Créez un panneau de textures et placez-y différentes textures avec lesquelles l'enfant est familier, par exemple : coton, tampon à récurer, tissu, filet, caoutchouc mousse, aluminium, papier de verre, carton, etc. Vous pouvez jouer à toucher les différentes textures, avec les mains et les pieds, et les décrire. Vous favorisez ainsi l'apprentissage des concepts de base.
 - Créez un sac dans lequel vous introduisez différentes textures, ainsi que des objets, et jouez à deviner de quel objet il s'agit avant de le sortir du sac.
- Dans le parc**
- Jouez avec du sable, de la boue, de l'herbe, des feuilles et d'autres éléments naturels que l'on peut trouver dans ce contexte.
 - Il existe des balles de différentes textures, avec lesquelles il peut être intéressant de jouer.

AU NIVEAU GÉNÉRAL

- Si vous observez que l'enfant est altéré, vous pouvez effectuer une activité qui implique une certaine 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 des enfants.

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 connue auparavant, nous, les adultes, devons avoir des idées claires sur la manière de procéder.

Tout d'abord, il faut savoir que pour atteindre un objectif comportemental final, il est nécessaire de travailler graduellement, c'est-à-dire petit à petit. Cette façon de



travailler s'appelle approximation et, comme le mot l'indique, nous nous approchons du comportement souhaité pas à pas et de manière graduelle.

Pour ce faire, on va tout d'abord réfléchir à la série d'étapes à mettre en œuvre pour atteindre l'objectif final. Il faut tenir compte du fait que chaque étape est également importante et que chaque étape doit être récompensée lorsqu'elle est franchie. En d'autres termes, chaque étape franchie (équivalente à un objectif plus petit) fera l'objet d'un éloge et l'enfant sera félicité d'y être parvenu.

La planification des étapes sera créée 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 fait et n'a jamais vu faire, il s'agira d'un comportement plus complexe à atteindre qu'un comportement qui a été vu ou réalisé dans un autre contexte et que nous voulons extrapoler à d'autres situations.

Dans le cas de l'histoire, la première étape consiste à se rendre aux toilettes et à s'y asseoir de temps en temps, une étape qui est félicitée et renforcée par un autocollant. Ce n'est qu'un exemple, car si nos enfants allaient aux toilettes et s'y asseyaient de temps en temps, ils seraient récompensés par un autocollant. Ce n'est qu'un exemple, car si notre enfant a plus de difficultés à s'asseoir sur les toilettes, la première étape devrait simplement être d'aller aux toilettes.

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 aux progrès réalisés et de revenir en arrière, perdant ainsi les acquis.

Pour savoir quand passer à l'étape suivante, nous devons 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 : il se replie sur lui-même, regarde l'adulte avec une expression craintive ou se méfie de la pratique que nous sommes en train d'effectuer.

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.

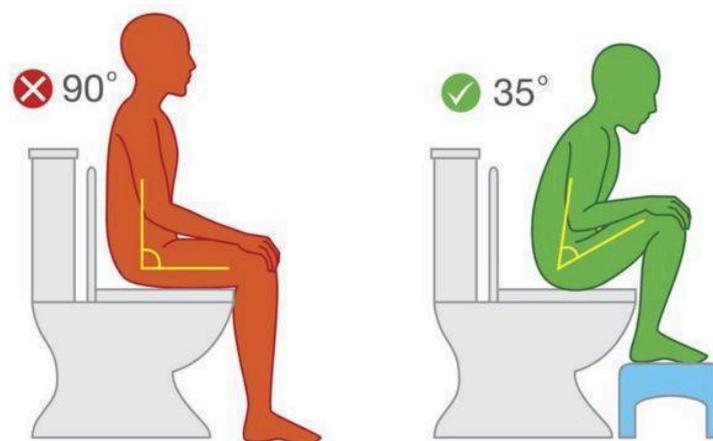
3. DES DIRECTIVES PHYSIQUES POUR FAVORISER LE PROCESSUS DE DÉFÉCATION

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



La digestion comprend :

- Maintenir une alimentation équilibrée et boire suffisamment d'eau permet de conserver une bonne santé digestive, de garder des selles molles et de faciliter leur passage dans le système digestif.
- Mettre en place une routine basée sur les directives relatives à l'apprentissage de la propreté.
- Adopter une posture correcte : la position accroupie est considérée comme la position la plus naturelle pour déféquer. Vous pouvez essayer de surélever vos pieds à l'aide d'un petit tabouret ou d'utiliser un tabouret pour simuler cette position.



- Éviter les tensions excessives : il ne faut pas exercer une force excessive pendant la défécation, car cela conduit inévitablement à l'apnée, ce qui rend le processus plus difficile ; il est donc important de profiter de la phase expiratoire pour faciliter l'expulsion. En suivant ces conseils, on peut éviter d'éventuelles hémorroïdes ou fissures anales. Si vous avez du mal à aller à la selle, vous pouvez essayer des techniques de relaxation telles que la respiration profonde ou le massage doux de l'abdomen.
- Faire de l'exercice régulièrement : une activité physique régulière stimule le transit intestinal et aide à réguler le passage des aliments dans le système digestif. Il est recommandé d'essayer de pratiquer un exercice modéré 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 se donner 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.

En outre, le massage peut être utilisé pour faciliter le processus de digestion, l'expulsion des gaz et améliorer la constipation. Pour effectuer le massage, il faut trouver un moment où l'enfant est détendu. La position doit être allongée sur le dos, les genoux pliés et les pieds soutenus. Quelques-unes des manœuvres à effectuer sont expliquées ci-dessous :

- 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'aspiration de l'air par le nez et son rejet par la bouche, en remarquant le gonflement de l'abdomen.
- Mobilisation des jambes : prendre les pieds de l'enfant et effectuer des mouvements de flexion des genoux (en les maintenant en flexion maximale) et d'extension des jambes.
- Cercles avec les mains : Tout d'abord, faites 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) : D'une main un cercle complet et de l'autre un demi-cercle (de sous les côtes droites au bassin gauche).
- Manœuvres avec le bout des doigts. Vous pouvez commencer par la manœuvre « Je t'aime », ainsi appelée parce qu'il s'agit de dessiner les lettres « I », « L » (inversé) et « U » inversé, sur le ventre de l'enfant. Pour réaliser le « I », nous le ferons en partant du dessous des côtes gauches jusqu'au-dessus des jambes gauches. Pour réaliser le « L » inversé, il faut partir du dessous des côtes droites jusqu'au-dessous des côtes gauches et ajouter le « I ». Enfin, pour réaliser le « U » inversé, il faut partir du dessus des jambes droites vers le dessous des côtes droites et ajouter la manœuvre précédente. Cette manœuvre est effectuée dans cette direction pour encourager la vidange en suivant la direction de l'intestin. Une autre manœuvre consiste à « marcher sur la pointe des pieds » en suivant le même parcours.



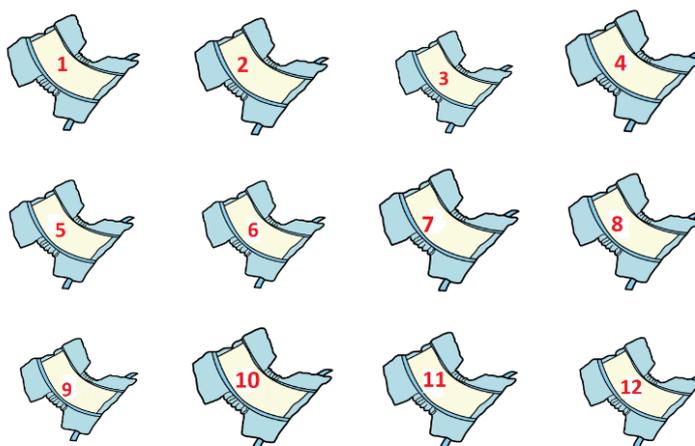
4. ANTICIPATION

L'anticipation est l'action de prévoir un événement avant qu'il ne se produise. Dans le cas des enfants, il s'agit de les préparer et de les informer que quelque chose qui sort de leur routine va se produire.

On établit un agenda visuel qui représente des activités ou des tâches planifiées à l'aide de supports visuels ou de pictogrammes, dont le but ultime est de réduire le stress et l'anxiété et d'améliorer ainsi l'apprentissage et le comportement. Cela aide les enfants à comprendre leurs routines quotidiennes dans les environnements qu'ils fréquentent (maison, école, etc.) et dans les environnements non familiaux. Le processus est basé sur la décomposition des tâches en différentes étapes afin de faciliter l'apprentissage des enfants.

4.1. COUCHE D'ANTICIPATION / COUCHE-CULOTTE

Dans le cas de Marta, nous recommandons l'utilisation d'un tableau d'anticipation, qui permet à l'enfant de savoir visuellement quand la couche va être changée. En inscrivant 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 court récit 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 la façon de réagir et/ou d'agir dans cette situation particulière qui ne leur est pas familière.

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 de lavage des mains.

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

5. L'ÉCONOMIE DU TOKEN

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

Il est basé sur l'échange de jetons (étoiles), sans valeur pour l'enfant, contre des récompenses (intérêts). La réalisation 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. Afin de garder une trace des jetons, un système d'enregistrement est utilisé dans lequel l'enfant peut voir, comprendre et participer à la gestion des jetons. Dans le cas de Marta, elle le fait au moyen d'un panneau*.

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

- La première étape consiste à expliquer à l'enfant la procédure à suivre.
- Ensuite, il faut se mettre d'accord sur les récompenses à obtenir avec les étoiles et sur le nombre d'étoiles nécessaires pour les obtenir.

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

Les récompenses peuvent être quotidiennes, hebdomadaires ou mensuelles, en fonction de l'enfant, du comportement ou de la tâche à accomplir. Par conséquent, au début, il peut être intéressant de récompenser une action simple quotidiennement et d'augmenter progressivement le temps de jouissance de la récompense.

Bien qu'au départ les récompenses soient généralement matérielles : des bonbons, une poupée, plus de temps pour jouer avec la tablette ou regarder la télévision, etc. Il est important de remplacer progressivement ces récompenses par des aspects plus sociaux tels que : jouer avec papa ou maman, raconter une histoire, un massage, etc.



Nous devons garder à l'esprit que la récompense doit correspondre à la difficulté de la tâche et qu'elle ne peut être obtenue par d'autres moyens. Nous devons être très attentifs aux récompenses convenues, car si nous nous engageons à donner une récompense et qu'elle n'est pas accordée, l'enfant peut avoir l'impression que ses efforts n'ont servi à rien et ne reviendra pas accomplir les tâches, ce qui entraînera l'échec de l'économie des jetons.

Sur le côté gauche du panneau, nous plaçons l'image du comportement que nous voulons encourager, en l'occurrence faire caca dans les toilettes. Nous expliquons à l'enfant ce qu'il doit faire pour obtenir l'étoile. Lorsque l'action est accomplie, nous allons sur le 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 comptons le nombre d'étoiles que nous avons, avec l'enfant, et vérifions s'il y a suffisamment d'étoiles pour recevoir le prix.

Si elles ne suffisent pas, on discutera avec l'enfant et on déterminera s'il s'agit d'un manque de routine, qui nous a permis de maintenir le nombre d'étoiles nécessaire pour obtenir le prix, ou si, au contraire, nous avons exigé un nombre élevé d'étoiles, qu'il ne peut pas atteindre même s'il effectue la tâche de manière cohérente.

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

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

6. . CONTRÔLE DU SPHINCTER

Voici une liste de lignes directrices 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 vérifions la couche de l'enfant et notons si elle est sèche ou mouillée sur la « Fiche d'enregistrement des couches sèches et humides » (voir annexe 5).
- Le fait de noter les heures approximatives auxquelles l'enfant fait pipi nous aide à anticiper et à emmener l'enfant aux toilettes à ces moments-là, ce qui évite de s'asseoir inutilement sur les toilettes et permet d'établir une association pipi-mouillage plus précise.
- Il est conseillé d'utiliser un réducteur de toilettes et un tabouret qui permet à l'enfant de s'asseoir sur les toilettes avec un minimum d'aide.



- 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, qui consistera à associer le fait de faire pipi et les toilettes.
- Au cours de la première semaine d'observation, nous changerons la couche dans les toilettes, dans la mesure du possible, afin que l'enfant comprenne qu'il s'agit de l'endroit où il fait pipi.
- Il est intéressant pour l'enfant d'effectuer de petites tâches lors du changement de la couche, par exemple en aidant à remonter ou à baisser le pantalon ou en jetant la couche dans la poubelle.
- Au cours des semaines suivantes, nous enlèverons la couche et nous emmènerons l'enfant aux moments où nous avons observé qu'il avait envie de faire pipi.
- Une fois assis sur les toilettes, nous encourageons l'enfant à faire pipi.
- S'il fait pipi dans les toilettes, nous le féliciterons de manière très encourageante et nous l'inscrirons sur la « fiche de contrôle du sphincter » (voir annexe 6).
- S'il ne fait pas pipi au bout de quelques minutes, pas de problème, nous nous levons des toilettes et essayons à nouveau plus tard, en notant dans le dossier qu'il n'y a pas eu de pipi.
- Surveillez les signes indiquant que l'enfant a envie de faire pipi et réessayez quelques minutes plus tard.
- S'il a une fuite, c'est normal, il est en train d'apprendre. Nous l'emmènerons aux toilettes pour le changer, et nous réessayerons au prochain créneau horaire prévu.
- Nous noterons l'heure de la fuite sur la « Fiche de contrôle du sphincter » afin de la garder à l'esprit pour les jours suivants.
- Il est intéressant que l'enfant participe également au nettoyage de la fuite autant que possible. S'il lui est difficile de nettoyer les toilettes, on peut lui faire comprendre qu'il est plus confortable de faire pipi dans les toilettes.
- Si la température à la maison le permet, l'enfant peut porter des vêtements légers pour s'asseoir plus rapidement et plus confortablement sur les toilettes. Il est également plus facile de changer de vêtements en cas de fuite.
- Le retrait des couches est un processus indéterminé, qui peut durer des semaines ou des jours. Nous devons en être conscients, être très patients et respecter le temps des enfants.

7. STRATÉGIES DE LUTTE CONTRE L'INSÉCURITÉ

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



Tous les enfants peuvent se sentir peu sûrs d'eux lorsqu'ils sont confrontés à certaines activités, c'est pourquoi il est important de féliciter les petites réussites au fur et à mesure qu'elles se produisent. « Marta, tu t'es assise sur les toilettes, tu as très bien fait ». Cela peut aider Marta à avoir confiance en elle. Évitez de critiquer les comportements négatifs ou d'y prêter attention : « Marta, j'ai vu que tu étais très nerveuse quand on a changé la couche » ou « Marta, tu as encore fait caca dans ta culotte ». Si nous voulons que Marta ait confiance en elle, nous devons lui transmettre que nous avons confiance en elle.

Nous devons essayer de la responsabiliser en fonction de son âge et de lui donner des défis à relever. Marta est petite et a probablement besoin d'aide de temps en temps. Un geste d'affection peut la rendre plus confiante et lui faire comprendre qu'elle n'est pas seule dans cette difficulté. « Marta, si tu as peur, tu peux tenir la main de maman ». Nous devons encourager son autonomie, tout en sachant qu'elle peut avoir besoin de notre aide et de notre soutien à de nombreux moments.

Marta ne relèvera probablement pas les défis proposés du premier coup, et il est donc important de minimiser les échecs. Les enfants doivent faire l'expérience de l'échec et tolérer la frustration dans des situations ou des jeux qui ne se déroulent pas toujours bien, mais nous devons aussi leur faire voir cela comme un défi. "Marta, aujourd'hui nous avons compté jusqu'à 5 assis sur les toilettes, et si demain nous comptons jusqu'à 10 ? Nous pouvons même lui demander quelle est la meilleure option pour se rapprocher un peu plus. « 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 nous pouvons garder à l'esprit que nous pouvons utiliser ces stratégies lorsque nous jouons avec l'enfant à la maison. Nous pouvons également leur apprendre à rire d'eux-mêmes et ainsi augmenter leur estime de soi. Danser, jouer, sauter, rire, se déguiser. Apprenez-leur à s'amuser et à réduire ainsi leur rigidité face aux nouvelles situations qu'ils partagent avec d'autres personnes et d'autres enfants.

Enfin, le discours que les adultes et les enfants tiennent face à l'échec est généralement négatif. Les pensées négatives et l'auto-renforcement peuvent également être entraînés, et nous pouvons donc nous adresser des messages positifs à nous-mêmes. Nous pouvons commencer par changer ou modéliser « Je n'ai pas réussi à faire caca dans les toilettes » en « J'ai essayé » ou « Je ne peux pas » en « Et si j'essayais ? »



8. . STRATÉGIES DE GESTION POUR L'ADULTE ACCOMPAGNANT

L'adulte qui accompagne l'enfant dans l'apprentissage de la propreté est un facteur important dans le processus.. Si nous prenons en compte certains aspects, si nous prévoyons et si nous disposons d'un certain nombre d'outils, nous serons en mesure de faire face aux éventuelles difficultés en toute sécurité. Nous décrivons ci-après des stratégies pour accompagner l'enfant dans ce défi.

Tout d'abord, il est important pour l'enfant de connaître les circonstances qui l'entourent. Ses antécédents en matière d'enlèvement des couches, son régime alimentaire, son caractère, etc. Nous devons également l'informer de ce qui va se passer, du comportement ou de l'action que l'on attend de lui.

Pour que l'enfant comprenne le processus d'une manière plus simple et plus visuelle, nous pouvons préparer une histoire sociale. L'histoire sociale permet de raconter l'ensemble de l'activité de manière très concrète à l'aide de pictogrammes. Elle est utilisée bien avant le début de l'activité. Par exemple, nous pouvons choisir un moment de la journée pour le montrer aux enfants et leur en parler. S'il sait ce qui va se passer à chaque moment, il se sentira beaucoup plus détendu.

Nous pouvons également donner des instructions à l'enfant pour qu'il sache ce qu'il doit faire dans les situations stressantes. Voici un exemple d'instruction : « Si Marta est nerveuse lorsqu'elle est aux toilettes, elle peut serrer la main de maman » ou « Si Marta en a assez d'être aux toilettes, elle peut dire C'EST TOUT ».

Dans ce cas, l'approche des toilettes doit être progressive. C'est l'enfant qui fixe le rythme et si, à un moment donné, nous constatons qu'il ne se débrouille pas bien, nous devons réduire les exigences. Par exemple, Marta entre dans les toilettes : Marta entre dans les toilettes, mais elle ne veut pas s'y asseoir. Comme nous voyons qu'elle commence à être très nerveuse, nous pouvons aller dans la salle de bains et l'inviter à s'asseoir. Une fois qu'elle s'est assise sur les toilettes, nous passons à l'étape suivante, en observant toujours les émotions de l'enfant.

Il est très important de disposer de stratégies et de matériels différents. L'une des choses qui peut rendre l'enfant plus calme est de pouvoir utiliser des éléments qui le détendent. Marta s'assoit sur les toilettes, mais lorsqu'elle ne peut pas faire caca, elle bouge beaucoup les jambes et ses gestes changent. Dans ce cas, nous pouvons dire : « Marta, tu veux un jouet ? » tout en lui offrant des objets.

Nous devons essayer d'anticiper les comportements possibles qui peuvent avoir des répercussions ou nous faire régresser dans le processus. Connaître les signes de stress, de nervosité, de frustration ou d'inconfort permet de prévenir de nombreuses situations. Si nous voyons que l'enfant s'agite, nous pouvons valider sa nervosité et lui



proposer une alternative. « Marta, tes pieds bougent beaucoup, veux-tu que nous nous levions 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, avec calme et peu de gesticulation, dans un environnement aussi calme que possible, en parlant à son niveau et en le regardant dans les yeux, en s'assurant qu'il comprend ce qui se passe. Nous nous adaptons à leur rythme de traitement et leur laissons du temps. Nous validons leurs émotions, en montrant de la compréhension pour leur colère, leur peur... en les accompagnant, en mettant un nom sur ce qu'ils ressentent et en étant à leurs côtés. Nous les incluons dans le processus de recherche de solutions, en leur montrant des options et en les laissant choisir l'une d'entre elles.



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

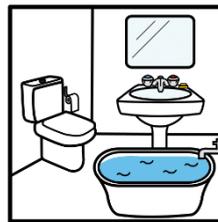
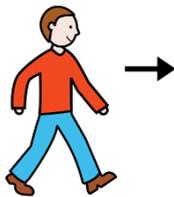
1^o



J'AI ENVIE DE FAIRE CACA ET JE LE DIS À

UNE PERSONNE DE LA FAMILLE

2^o



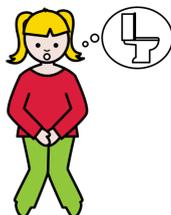
JE VAIS

À LA SALLE DE BAIN ET

JE SOULÈVE LE COUVERCLE DES TOILETTES

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

1^o



J'AI ENVIE DE FAIRE CACA

ET JE LE DIS À

UNE PERSONNE DE LA



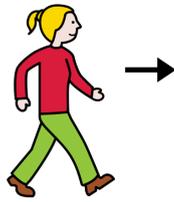
Cofinancé par
l'Union européenne

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.

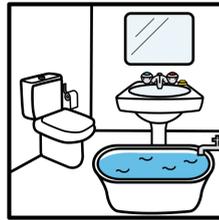
Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui reflète uniquement les opinions des auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

FAMILLE

2^o



I GO

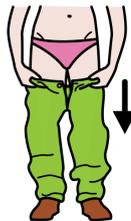


À LA SALLE DE BAIN ET

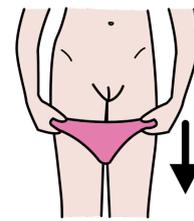


**JE SOULÈVE LE
COUVERCLE DES
TOILETTES**

3^o



**JE BAISSE MON
PANTALON**



**ET MES
SOUS-VÊTEMENTS**

4^o



JE M'ASSOIS



ET JE SUIS CALME



**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.

5^o



LE CACA SORT

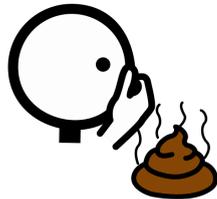


JE M'ESSUIE LES FESSES



JE JETTE LE PAPIER SALE

6^o



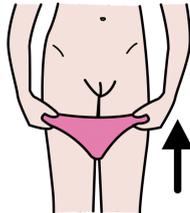
**ÇA SENT UN PEU
MAUVAIS**

MAIS



JE SUIS CALME

7^o



**JE REMONTE MES
SOUS-VÊTEMENTS**



ET MON PANTALON

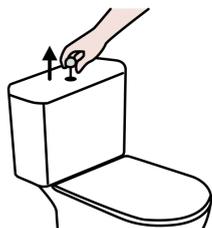


**Cofinancé par
l'Union européenne**

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.

8^o



JE TIRE LA CHASSE D'EAU



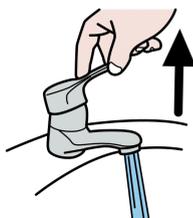
ET ME LAVER LES MAINS

ANNEXE 2 : HISTOIRE SOCIALE DU LAVAGE DES MAINS

1^o



**JE ME RETROUSSE LES
MANCHES SI NÉCESSAIRE**



J'OUVRE LE ROBINET



JE ME LAVE LES MAINS

2^o



JE FERME LE ROBINET



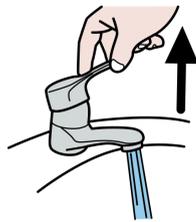
JE RINCE



**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.



3^e

J'OUVRE LE ROBINET



JE RINCE



**ET JE M'ESSUIE LES
MAINS**

ANNEXE 3 : PANEL BYE-BYE NAPPY

INSTRUCTIONS :

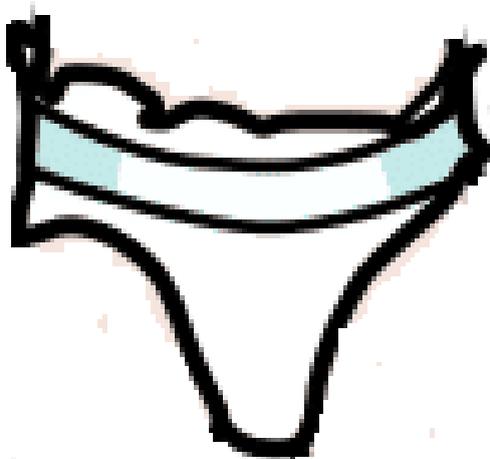
1. Découpez-la et collez-la sur le dessin de l'enfant.



**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.



2. Découpez les couches et collez-les sur le panneau à l'aide d'un matériau facilement détachable.

3. Pour chaque couche usagée, nous détachons une couche, en commençant par la dernière, et nous la plaçons dans la poche créée avec la première couche que nous avons découpée.

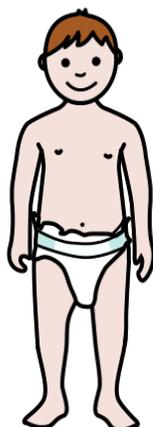


**Cofinancé par
l'Union européenne**

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 ?

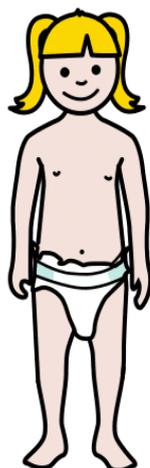


**Cofinancé par
l'Union européenne**

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.

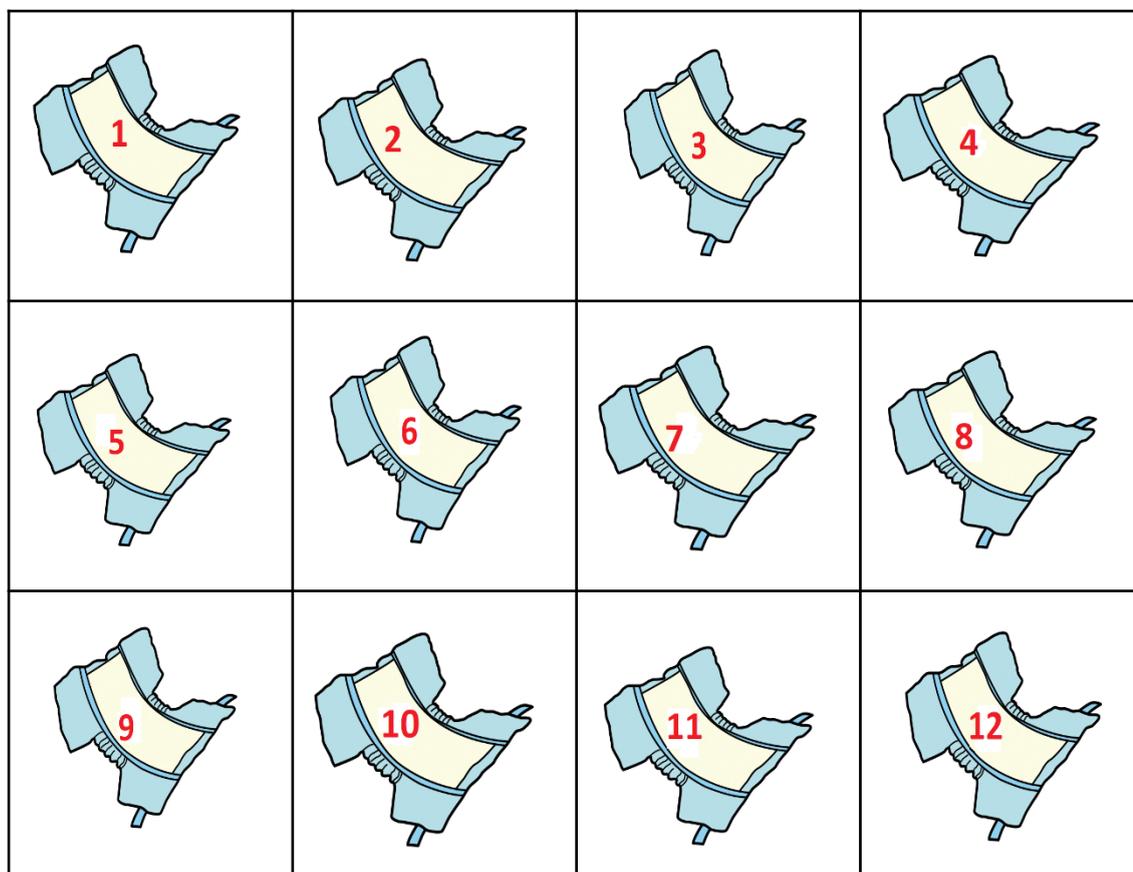
COMBIEN DE COUCHES RESTE-T-IL ?



**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.



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 SUR L'ÉCONOMIE DES JETON

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.

--	--	--	--	--	--	--	--

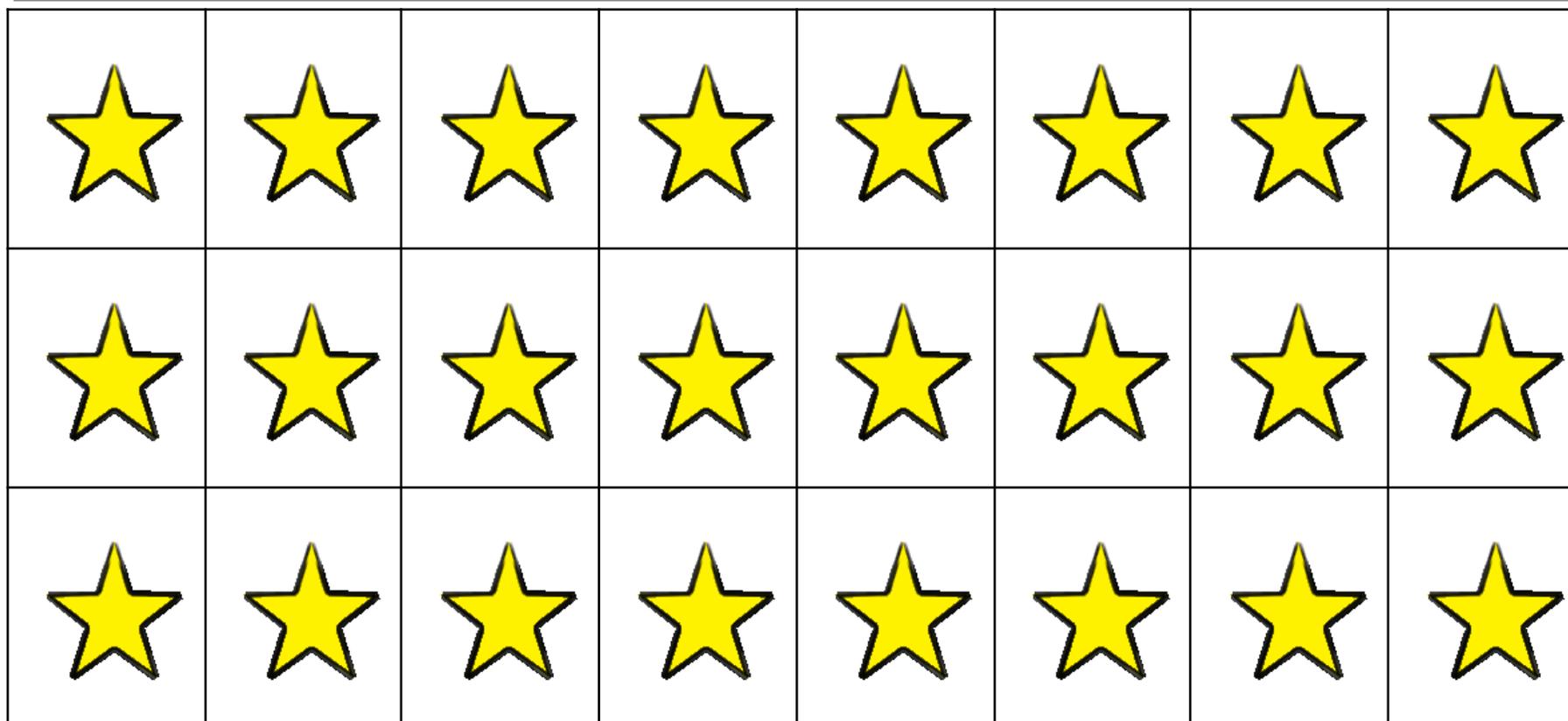
							
							



**Cofinancé par
l'Union européenne**

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.



**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 (S) ou mouillée (M), afin de nous rapprocher de l'heure de la miction. Nous procéderons ainsi pendant une semaine.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							



**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.



13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							



**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.

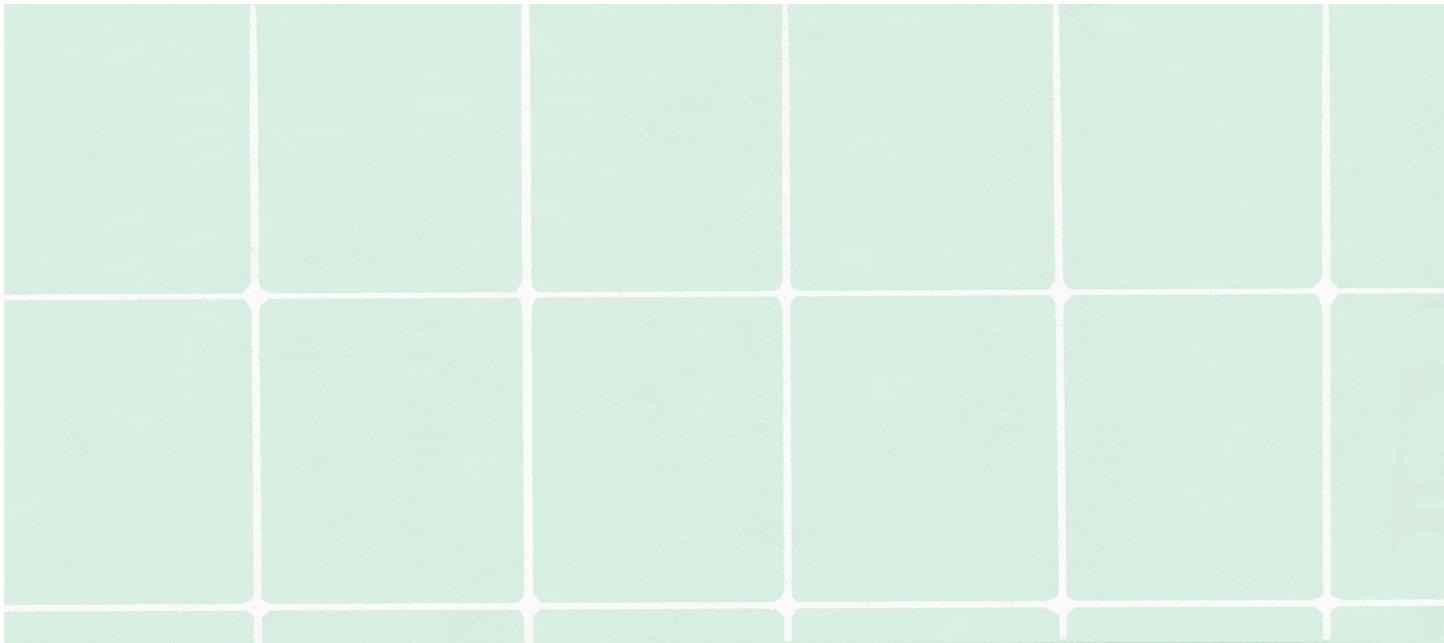
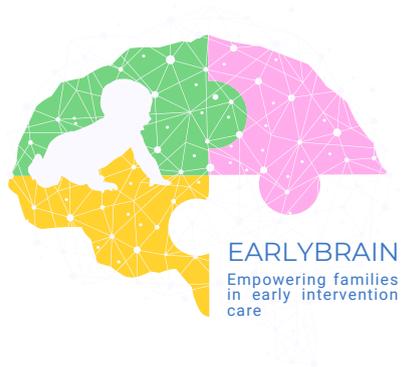
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							



**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.

