

La continence en autonomie

La fin de l'année scolaire approche et l'entrée à l'école maternelle également. Très souvent, cette période est anxiogène pour certains parents qui estiment que de par son âge, leur enfant doit être "propre" et continent avant l'entrée à l'école maternelle.

L'être humain est **génétiquement « programmé » pour être continent**, cependant, à la naissance, les connexions entre les neurones nécessaires ne se sont pas encore faites.

L'acquisition de la continence nécessite **une maturation du système nerveux** qui touche différents domaines :

- Une maturité **motrice** pour agir volontairement sur ses sphincters.
- Une maturité **affective et psychologique** pour pouvoir accepter de perdre une partie de lui tout en préservant son intégrité.
- Une maturité **intellectuelle et sociale**.

Ne pas accélérer cette acquisition permet d'éviter que des angoisses soient associées à la continence. Ce qui ne signifie pas s'en désintéresser. Au contraire !



C'est le moment ! Comment savoir si l'enfant est prêt à être continent de manière autonome ?



- L'adulte le sécurise, le soutient et n'impose rien.
- L'enfant a conscience de ses propres sensations.
- Il comprend ce qu'il fait.
- Il éprouve de l'intérêt pour cela.

Comment accompagner l'enfant vers cette autonomie ?

- Mettre des mots sur **ses sensations**, ce qu'il se passe à l'instant où il le fait.
- Mettre en place un **environnement adapté** : des toilettes adaptées, un adulte disponible, un pot à disposition et une intimité respectée.
- Créer des **rutines** pour aider l'enfant à se repérer dans l'espace-temps. Exemple : lui proposer d'aller aux toilettes en rentrant de balade, avant de manger, etc.
- Suivre **le rythme de l'enfant** : forcer l'enfant et faire à sa place ne sera que contre-productif. Certaines pratiques impliquent de déshabiller l'enfant (surtout en été), c'est également contraire au respect de l'intimité de l'enfant et le processus n'avance pas plus "vite".
- L'enfant doit pouvoir **décider** s'il veut mettre une couche ou non. Garder une couche peut le sécuriser et le tranquilliser s'il ne se sent pas obligé de monopoliser toute son attention pour se retenir : un enfant qui ne porte pas de couche à la maison, peut exprimer le besoin d'en mettre une quand il sort ou quand il est très sollicité par les activités à sa disposition et les rencontres avec d'autres enfants...

*Rappel : ce n'est pas en faisant marcher l'enfant qu'il marchera,
ni en le mettant sur le pot qu'il sera continent !*

Dans le processus de continence, il y aura peut être des accidents et des régressions...

Lorsque l'enfant est continent pendant la journée, s'il a pu faire cette acquisition à son rythme, il y a en général, peu d'« accidents ». Comme pour toute acquisition, il peut y avoir des « retours en arrière » : soit parce que cette acquisition est encore **nouvelle et pas tout à fait installée**, soit parce que l'enfant est **émotionnellement fragilisé par un événement survenu** dans sa vie (séparation, naissance d'un bébé dans la famille, déménagement...).

Ces régressions sont souvent **passagères et sont à accepter** comme un phénomène **normal** de ce processus. Ce qui est important, c'est que l'enfant se sente en **sécurité dans son corps et dans ses relations** avec son entourage.

Parents et professionnelles peuvent échanger sur ces sujets, dans **une alliance commune** pour chercher, ensemble, ce qui peut être le plus favorable pour l'enfant. Il sera sensible à cette communication entre adultes à son sujet et cette confiance mutuelle entre ses parents et les professionnels.

Retrouvez d'autres articles sur le site du RPE : rpedesgarrigues.fr