



# COMMENT RÉAGIR FACE À UN ENFANT QUI REFUSE DE SE LAVER ?

Voir les choses du point de vue de l'enfant ne signifie pas céder et abandonner tout effort pour mettre en place des habitudes pour l'hygiène corporelle, mais plutôt partir de l'élan commun pour trouver des solutions créatives. Je vous propose quelques suggestions pour rendre le moment du bain plus agréable.



## RAISONNER EN TERMES D'EMPATHIE

- S'imaginer à la **place** de l'enfant : qu'est-ce qui se passe dans sa tête et son corps quand il dit non ? Il n'a pas envie parce qu'il préfère ? -> le lui refléter avec des mots empathiques
- Parler de ce qui **nous anime** : Je vais te dire ce qui me passe par la tête quand je pense à toi ne prenant pas ta douche. Je ressens cela parce que c'est important pour moi de...
- Trouver une **solution** : Est-ce que ça irait pour toi de... ? On peut imaginer ça ?

## RAISONNER EN TERMES D'ENVIRONNEMENT

- Changer l'**heure** du bain en fonction des possibilités, des préférences et besoins de chaque membre de la famille
- Penser à la **température** de la pièce, de la serviette et de l'eau (trop chaud ? trop froid ?)
- Se questionner sur la pertinence du bain tous les **soirs**
- Utiliser un **minuteur** pour que l'enfant gère son temps en autonomie

## RAISONNER EN TERMES DE PLAISIR

- Faire de l'eau du bain un moment de **détente** : bain moussant, bougies (sous surveillance parentale), éponges découpées en formes d'animaux à coller et décoller des bords de la baignoire; jeux d'eau avec des tubes en plastique ou des pailles...



## RAISONNER EN TERMES D'ATTACHEMENT

- Laisser l'enfant **continuer** sous la douche le **jeu** en cours qu'il a commencé dans sa chambre ou dans le salon (tous les jouets en plastique passent bien sous l'eau)

## RAISONNER EN TERMES DE JEU

- S'amuser** pour aller le plus vite possible dans la salle de bain : à cloche pied, à cloche pied en arrière, à quatre pattes en arrière, en araignée...
- Jouer en imaginant que l'enfant est une **poupée** et que les parents donnent le bain à cette poupée (ou un bébé même si l'enfant est assez grand pour se laver tout seul)
- Lancer des **défis** aux enfants (ex : marquer un but avec les habits sales dans le panier de linge sale, se déshabiller les yeux fermés, déboucher le flacon de shampoing avec la seule main gauche...)
- Au moment de sortir du bain, compter **jusqu'à 10** : "à 10, c'est le moment de sortir du bain". Variantes : laisser l'enfant choisir la langue dans laquelle compter; mixer plusieurs langues (un en français, deux en anglais, trois en allemand...); inventer une langue imaginaire.

