

- Le livre de référence sur le sujet enfin traduit -  
500 000 exemplaires vendus !

Gina Ford

# FINIES LES COUCHES!

- 7 jours -  
pour que mon enfant  
devienne propre



● Éditions  
**EYROLLES**

# FINIES LES COUCHES!

## Instaurez des routines efficaces et l'apprentissage de la propreté deviendra un jeu d'enfant !

Gina Ford est la reine de la routine et elle sait par expérience que l'apprentissage de la propreté peut être un obstacle de taille pour les parents. La bonne nouvelle, c'est que cela devient très facile lorsque vous connaissez tous les conseils et astuces.

Ce livre clairement organisé répond à toutes vos questions et rend l'entraînement au pot facile, et même amusant. Vous apprendrez rapidement :

- comment **savoir** quand votre enfant est vraiment prêt ;
- comment **rendre amusant l'apprentissage** de la propreté pour votre enfant ;
- comment **récompenser** les petites victoires ;
- comment **faire face** aux inévitables petits accidents ;
- et comment **aider** votre enfant à surmonter l'énurésie nocturne.

**Gina Ford**, ancienne infirmière puéricultrice, est l'une des plus grandes auteures britanniques sur la parentalité.

FINIES LES  
**COUCHES !**

Éditions Eyrolles  
61, bd Saint-Germain  
75240 Paris Cedex 05  
[www.editions-eyrolles.com](http://www.editions-eyrolles.com)

Cet ouvrage est paru pour la première fois en 2006 sous le titre *Potty Training in One Week* aux éditions Vermilion, une marque du groupe Penguin Random House.

Traduction française : Elisa Guenon  
Création de maquette et mise en pages : Istria  
Illustrations : Shutterstock/LittleMio

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

Copyright © Gina Ford, 2003, 2006

© Éditions Eyrolles, 2020  
ISBN : 978-2-212-57374-9

Gina Ford

FINIES LES  
**COUCHES !**

● Éditions  
**EYROLLES**



# SOMMAIRE

Introduction . . . . .	9
L'apprentissage de la propreté, quèsaco ? . . . . .	12
Quand commencer ? . . . . .	13
Les signes à guetter . . . . .	14
Favoriser la coopération . . . . .	15
Poser les bases de l'apprentissage de la propreté . . . . .	23
Acquérir le nécessaire . . . . .	25
Présenter le pot . . . . .	28
Expliquer la différence entre « mouillé » et « sec » . . . . .	34
Bien choisir ses mots . . . . .	35
Comment faire avec des jumeaux . . . . .	39
Commencer par une phase de préparation . . . . .	43
Distinguer propreté fécale et propreté urinaire . . . . .	44
Quand passer au programme en sept jours . . . . .	49
Quand et où commencer . . . . .	51
Veiller à l'hygiène . . . . .	52

Suivre le programme en 7 jours . . . . .	55
Jour 1. . . . .	57
Gérer les accidents . . . . .	58
Jour 2 . . . . .	64
Jour 3. . . . .	66
Jours 4 à 7 . . . . .	71
Et pendant les temps de sommeil ? . . . . .	76
 Quelques cas particuliers. . . . .	 81
La forte tête . . . . .	83
Les pipis au lit . . . . .	85
Lever l'enfant dans la nuit . . . . .	87
Les régressions . . . . .	90
 Questions-réponses. . . . .	 93







# INTRODUCTION

