

Važno je da dijete osamostaljujete i u svlačenju gaćica i u pranju ruku, pa će postepeno čitava radnja oko kahlice biti pod njegovom kontrolom-što je i cilj.

Kada primijetite da je pelena više suha, nego mokra, recite djetetu da je spremno za spavanje bez pelena. Isto vrijedi i za noćne pelene.

Ne budite dijete po noći da bi mokrilo. Ako ne može izdržati suho cijelu noć, dijete treba probuditi puni mjehur, a ne mama! Ako se počne vrtiti u snu zbog punog mjehura, bolje da se sam probudi i bude svjesno da mu se piški i obavi to budno. Ne brinite se zaspat će ponovo. Razmislite što vam je cilj – djetetova samostalnost ili suhi krevet?

Budite strpljivi, osigurajte podršku i suradnju s ostalim članovima obitelji – zajedno na istom zadatku, kao i s odgojiteljima u vrtiću. Ne zaboravite da je odvikavanje od pelena za dijete nova vještina i da se postepeno stječe te da će biti mnogo mokrih incidenata. Ne brinite, ono će to svladati.

Kada ste procijenili da ste i Vi i dijete spremni, kad ste nabavili sve što treba, krenite u akciju.

Sretno!

Stručni tim Dječjeg vrtića Ivanić Grad

Dječji vrtić Ivanić Grad



Letak za roditelje

ODVIKAVANJE OD PELENA

Danas pelene djeci nisu problem, jer su vrlo ugodne, guza je uvijek suha.

Zašto ih zamijeniti za gaćice koje žuljaju, ulaze u guzu i još su i neugodne kad su mokre? ☺

Pred roditeljima je velika zadaća, jer puno truda trebaju uložiti da bi motivirali svoje dvogodišnjake.

Roditelj mora biti spreman posvetiti vrijeme i strpljenje za podršku djetetu tijekom cijelog dana u trajanju od 2-3 mjeseca.

Najidealnije vrijeme za taj «posao» su ljetni mjeseci kad su roditelji na godišnjem odmoru i kada je dovoljno toplo da ne moraju brinuti hoće li se dijete prehladiti ako bude u mokrim gaćicama.

KADA JE DIJETE SPREMNO?

- ima normalnu, redovitu stolicu
- ima duže periode kad je suho
- svjesno je već da je obavilo nuždu
- vidljivo pokazuje da obavlja nuždu (umiri se, pravi grimase i sl.)
- pokazuje interes za korištenje tute ili wc-a
- koristi riječi za veliku i malu nuždu (piškiti, kakati)
- smeta mu puna pelena i sviđa mu se biti u gaćicama

Obično se ovakva spremnost uočava kod djece u dobi između 18 mjeseci i dvije godine, iako nije neobično da dijete bude u pelenama i do tri godine.

U prvoj fazi možete učiniti nekoliko stvari (B.Starc)

Recite djetetu kad idete na WC i što ćete tamo raditi- koristite iste izraze kao i za njegovo obavljanje nužde. Izaberite termine koji su vama prihvatljivi (npr.piškiti, kakati) i za koje vas neće biti sram kad ih dijete bude koristilo na javnim mjestima.

Možete mu dopustiti da s vama uđe u WC, da vidi mokraću i stolicu u WC školjki, da povuče vodu. Važno je da se ponašate prirodno i ne činite ništa što vam je nelagodno. Imajte pri tome na umu da dijete nema naše pojmove prljavog, gadljivog i sl. Njemu je sve novo i zanimljivo.

Kad ga presvlačite pokažite djetetu njegovu mokru ili pokakanu pelenu, istresite pred njim stolicu iz pelene u WC i zajedno bacite pelenu. Najavite djetetu da će i ono

kad bude veće ići na tutu ili WC i da mu neće trebati pelene.

Prvi početak i prvi uspjesi (B.Starc)

Kad u djetetovom ponašanju uočite da je *upravo na putu* da obavi nuždu, kad se ukoči, zgrči, pocrveni u licu, ponudite mu da to može obaviti u posudu. Nemojte misliti da će to odmah shvatiti što točno očekujete od njega, dajte mu vremena. To je njegov izbor hoće li obaviti nuždu u tutu ili u pelenu, obaviti će je u svakom slučaju.

Imajte povjerenje u dijete da želi biti samostalno kao i u drugim stvarima i zato ga ne požurujte – nitko nije pelene ostavio preko noći!

Većina djece počne prvo s kontrolom crijeva jer od pritiska u debelom crijevu do ispuštanja stolice ima dovoljno vremena da se dijete svuče i posjedne u tutu. Budite smireni, pravite mu društvo da se i ono opusti jer bit voljnog vršenja nužde jeste opuštanje mišića (sfinktera) koji zatvara debelo crijevo. Ako je dijete napeto jer svi od njega očekuju da nešto napravi u tutu, napet će i sfinkter i od kakanja ništa!

Prevelike pohvale i ushićenje zbog djetetovog «uspjeha», a posebno vaše razočaranje zbog «neuspjeha» natjerat će ga da pomisli da to sve uvježbava zbog vas, a ne zbog sebe što će ga činiti dodatno napetim i nesigurnim jer ne može svaki put ispuniti vaša očekivanja. Obavljanje nužde u posudu treba mirno popratiti riječima o njegovom odrastanju. «Tako je, kaka se u tutu. Lijepo je biti čist i suh.»