Trening czystości

Kiedy najlepiej zacząć i jak sobie z nim poradzić

Zwykle w okresie wiosenno- letnim zaczynamy zastanawiać się nad rozpoczęciem treningu czystości z naszym maluchem. Dzieje się tak tym częściej, im częściej słyszymy, że dziecko naszej koleżanki, albo kolega/koleżanka naszej pociechy z grupy żłobkowej już nie nosi pieluchy...

Wbrew pozorom malec musi sporo umieć, by świadomie usiąść na nocniku. Przede wszystkim musi czuć, że chce się mu siusiu. Nawet jeśli zdaje sobie sprawę, że ma pełny pęcherz, niekoniecznie musi kojarzyć, co to oznacza. Czyli że trzeba powiedzieć mamie, zdjąć spodenki/leginsy, majteczki i siąść na nocniku.

Prawdą jest, że w pieluszce jednorazowej dziecko ma sucho i wygodnie. Taki stan rzeczy jest głównym winowajcą późniejszego, niż we wcześniejszych latach, rozpoczynania treningu czystości. Daje się zauważyć, że dziewczynki szybciej oswajają się z nocnikiem i prześcigają chłopców w korzystaniu z niego. Niemniej jednak większość dzieci bez względu na płeć osiąga tę umiejętność po ukończeniu drugiego roku życia.

Dziecku trudno wyobrazić sobie, do czego tak naprawdę służy nocnik. Dlatego zamiast mu o tym opowiadać, ktoś z domowników powinien mu pokazać, jak np. korzysta z sedesu. „Siadam tu i siusiam. Ty też możesz usiąść na nocniczku i zrobić siusiu”. Nie należy nieustająco pytać dziecka, czy chce siusiu, tylko je obserwować. Z jego zachowania dowiemy się, kiedy nocniczek będzie potrzebny. Jeśli wysadzisz dziecko w odpowiednim momencie i powiesz „O, widzę, że ci się chce siusiu” i ono rzeczywiście je zrobi, to możesz liczyć na sukces. Warto wtedy bić dziecku brawo, mówić, że jesteśmy z niego dumni, powiedzieć o tym przy naszym malcu babci, czy cioci…

Receptą nie jest natomiast długie siedzenie na nocniku, ponieważ oznacza ono dla malucha nudę. Zajmowanie go rozmową też nie jest rozwiązaniem. Nie może przecież skojarzyć swoich potrzeb fizjologicznych z miłymi pogawędkami z domownikami. Ta czynność w ostatecznej „wersji” ma przecież wyglądać inaczej. Lepiej więc obserwować dziecko i sadzać je na nocnik wówczas, gdy podejrzewamy, że ono rzeczywiście chce siusiu.

Są dzieci, które wolą sedes. Nie wiadomo, od czego zależy to upodobanie. Być może od tego, że mama i tata też tak robią. A dziecko uczy się przecież przez naśladownictwo. Aby było to bezpieczne dla twojego maluszka, kup mu specjalną nakładkę na sedes oraz podnóżek, aby z czasem mogło samo na nim siadać.

Może się zdarzyć, że dziecko uporczywie będzie odmawiało nauki tej umiejętności. Wówczas warto być cierpliwym i na jakiś czas odstawić nocnik. Być może jest tak, że dziecko po prostu potrzebuje do niego dojrzeć, dorosnąć.

Tak więc w te ciepłe dni warto rozpocząć naukę korzystania z nocniczka. W tym czasie należy zwinąć dywan i chodniki w mieszkaniu, aby nie doszło do żadnej awarii. Nasz maluch natomiast może biegać po mieszkaniu w samych majteczkach, bez pieluszki. Pozwoli mu to poczuć, jak jest nieprzyjemnie , gdy zsiusia się w majtki. Bardzo zachęcam do systematycznych rozmów z opiekunkami grupy na temat planowanych, czy już rozpoczętych przez Państwa prób. Jest to niezwykle ważne, ponieważ dziecko powinno naukę tej umiejętności kontynuować także w żłobku. Umożliwi to szybsze wdrożenie się maluszka w nawyk zgłaszania potrzeby siusiania. Istotne jest też porozumienie z wychowawczyniami w grupie ze względu na ilość dzieci, które w danym momencie rozpoczynają tę trudną sztukę. Nie powinno przecież być tak, że nagle dziesięcioro dzieci w jednym momencie rozpoczyna trening czystości, a opiekunki nie są w stanie cały czas bacznie obserwować tych dzieci i wyłapywać w ich zachowaniu symptomy potrzeby skorzystania z nocniczka. W efekcie pojawiają się różne niepotrzebne negatywne emocje. Jeśli natomiast dzieje się to w porozumieniu z wychowawczyniami, wówczas z jednej strony dla dziecka jest to czas spokojnego nabywania umiejętności (z zachowaniem poczucia bezpieczeństwa), ponieważ ciocie cały czas mogą dyskretnie zerkać na nie i szybko odpowiednio reagować. Z drugiej strony jest to też czas spokojnego wdrażania w ten trening kolejnych dzieci w miarę, jak inne już się tej sztuki nauczyły. Na pewno się uda. Powodzenia!

Opracowała Beata Maculewicz

Pedagog żłobka