

Kupa zmartwień...

Część 3 FALSTART

Zwykle dorośli unikają rozmów na jej temat. Dopóki nie zostaną rodzicami i nie odczują, że kupa (zwłaszcza ta w majtkach) bywa problemem wagi ciężkiej.

Tekst **ALEKSANDRA KSOKOWSKA-ROBAK** i **KATARZYNA ZEH**, psychologiki z poznańskiej pracowni HUMANI

Jaka piękna kupka! Woła mama. Ale gdy dziecko chce się tą piękną kupką pobawić, nagle okazuje się, że kupa jest „be”, „brzydka”, „fuj”. I jeszcze na dodatek tej – przed chwilą wspaniałej – kupy trzeba się jak najszybciej pozbyć i umyć po niej ręce. I bądź tu człowieku mądry. Dla dziecka to, co „wytworzy”, jest czymś bliskim i nie rozumie, dlaczego nie ma mieć do tego dostępu. Przecież to jego własność. Wzbudza zaciekawienie i chęć bliższego poznania.

Może być rozczarowane, zdziwione, zasmucone, gdy dowiaduje się, że „nie wolno się TYM bawić”. Czasami jego reakcje są bardzo gwałtowne i niezrozumiałe dla rodzica. Potrzeba czasu, żeby maluch zrozumiał nasze tłumaczenia, że „kupa i siusiu odpływają w toalecie”.

Kontrola

Robienie kupy do nocnika z jednej strony jest powodem do dumy dla dziecka (i dla rodzica!).

*„No tak, to już trzeci dzień. Załóżyc mu tę pieluchę, czy nie założyć? Ostatnio o niczym innym nie rozmawiamy z mężem tylko o tej kupie. Jak zrobi ją w końcu – to rodzinne święto, jak nie – to piekło. Nie mogę się powstrzymać, żeby nie pytać co 5 minut, czy aby na pewno mu się nie chce. Nawet zrezygnowaliśmy z wyjazdu na wakacje, bo jak tak, z kupą w majtkach...
A do pieluch nie wrócimy, o nie!*

Dziecko traktuje to, co zrobiło, jak swoją własność. Niechętnie się z tym „żegna”.



z drugiej zaś oznacza konieczność „puszczenia” kontroli. Dziecko, które jest w takim momencie rozwojowym, że chciałoby kontrolować wszystko, odkrywa nagle, że na „to coś” nie ma wpływu. Kupa „idzie”, choć dziecko z całych sił próbuje ją powstrzymać. To są zapasy nie tylko z kupą, ale i z samym sobą, z własnym wyobrażeniem o wszechmocy. Dziecko odkrywa też, jak ogromne emocje temat „czy zrobisz ładnie do nocniczka” wzbudza u dorosłych. Obserwuje, jakie to jest ważne. I jak bardzo wszyscy wokół niego skaczą, gdy kupy nie robi. TO OGROMNA WŁADZA. I nietawo z niej zrezygnować. Wobec tego może pojawić się, szczególnie przy okazji wypróżniania, przekomarzanie, wstrzymywanie, eksperymentowanie, „jak długo wytrzymam ja, jak długo wytrzymają rodzice”,

„przeciąganie”, opóźnianie. To dorosłych irytuje i czasami prowadzi do kary. Być może udręczonemu rodzicowi pomoże świadomość, że wszystkie dzieci (z różnym nasileniem) przechodzą tę fazę rozwojową.

Falstart

Najczęściej problemy wynikają z tego, że rodzice zaczęli „trening” zbyt wcześnie. Jest na to prosta rada. Trzeba poczekać, aż organizm dziecka dojrzeje, i spróbować jeszcze raz za jakiś czas. Przedwczesne nakłanianie malucha do radzenia sobie z kontrolą pęcherza i jelit nie przyniesie efektu. Przyniesie za to wiele emocji, frustracji i niepokoju – i rodzicom, i dziecku.

Odroczenia nie warto traktować w kategoriach porażki-sukces. W tej sytuacji najlepsze,

KIEDY DO PSYCHOLOGA?

Fachowej pomocy warto poszukać, jeśli:

- Zaczynacie się koncentrować wyłącznie na kontrolowaniu i informowaniu się o wypróżnieniach dziecka.
- Towarzyszy temu zbyt wiele emocji.
- Martwicie się, że wypróżnianie dziecka nie przebiega właściwie.
- Macie różne podejścia do uczenia dziecka czystości.
- Dziecko idzie do przedszkola w wieku 3 lat i wymaga się, by było bez pieluchy, a ono wcale nie chce z niej zrezygnować.
- Ważne decyzje (np. o wyjeździe, o powrocie mamy do pracy) zaczynają być uzależniane od rozwiązania tego problemu.
- Dziecko moczy się w dzień lub w nocy, a lekarz wykluczył przyczyny medyczne.

Psycholog przyjrzy się wraz z rodzicami wskaźnikom dojrzałości dziecka – czy maluch zwraca uwagę na parcie i burczenie w brzuchu, czy zaczyna „organizować” sobie czas i przestrzeń, żeby w spokoju oddać się czynności wypróżniania, czy sygnalizuje innym, co się stało/dzieje/będzie działo. Określi, co na obecnym poziomie rozwoju dziecka jest możliwe. Czy już czas na naukę w toalecie? Podpowie, w jaki sposób rodzice mogą pomóc dziecku. Co mają robić, czego nie powinni. Przyjrzy się razem z rodzicami, jaką rolę odgrywa problem w rodzinie, czy „sprawa z kupą” zasłania inne ważne sprawy.

Reklama

Pożegnaj pieluchy fanfarami!

Śpiący nocnik W130

16211

P1323 Różowy nocnik z fanfarami

M1774 Niebieski nocnik z fanfarami

Nocniki z fanfarami sprawiają, że nauka załatwiania się jest zabawą z mnóstwem nagród. Po każdej próbie zakończonej sukcesem maluch usłyszy efekty dźwiękowe lub fanfary. Dodatkowo realistyczne elementy nocniczka usztwiają przyzwyczajenie się do prawdziwej toalety. Wybierz nocnik w ulubionym kolorze Twojego maluszka.

Skontaktuj się z nami w punktach Fisher-Price!
 Wyjdź na www.fisher-price.com/pl
 Zobacz listę telefonów na www.fisher-price.pl/fisherybaby

co można zrobić, to ponowne założenie pieluszki dziecku, bo jest mu ona jeszcze potrzebna.

Strefa intymna

Załatwianie się jest czynnością intymną. Potrzebujemy odosobnienia, spokoju i czasu. Małe dziecko wkracza w świat rytuałów toaletowych w obecności nas – dorosłych. Od nas ma szansę się dowiedzieć, że robienie kupy i siusiu jest sprawą osobistą i delikatną. Nieustanne pytanie przy stole: „Chce ci się? Ale czy na pewno? Może jednak pójdziemy do łazienki?”, opowiadanie przy dziecku i innych osobach na placu zabaw, że „znowu nie robiło”, niepozwalanie, by dziecko samo podtarło pupę papierem – nie sprzyja budowaniu intymności w tym obszarze. Zazwyczaj dzieci w którymś momencie komunikują, że chcą zostać w łazience same lub że mamy tylko stać pod drzwiami. Warto uwzględnić tę potrzebę i ograniczyć intensywność kontroli. Dziecko daje nam znać, że bierze odpowiedzialność za robienie kupy czy siusiu, robi to po swojemu – „to moje ciało i moja sprawa”. Staje się coraz bardziej samodzielne.

Nocne przygody

Z uczeniem się korzystania z toalety jest tak, jak z każdą inną nową umiejętnością – są dzieci, które „zaskakują” w kilka dni, i takie, które uczą się dłuższy czas. Wiele dzieci najpierw opanowuje „trening toaletowy” w dzień, a w nocy potrzebuje jeszcze pieluszki. O moczeniu nocnym jako problemie możemy mówić wtedy, gdy dziecko już przez dłuższy czas nie siusiało w nocy i zaczęło (moczenie wtórne) albo gdy ma ukończone 5 lat i nadal nie przesypia nocy „na sucho”. Jeśli tak się dzieje, ważne,

by najpierw zasięgnąć konsultacji lekarskiej. Pediatra skieruje na badania moczu i do urologa na USG brzuszka, czasem na bardziej specjalistyczne badania. Jeśli przyczyna nie leży po stronie biologicznej, warto się skonsultować z psychologiem. Może moczenie jest odpowiedzią na zmiany lub emocjonujące zdarzenie (narodziny rodzeństwa, przeprowadzka, wyjazd, strata ukochanego zwierzątka, ostra kłótnia rodziców lub sytuacja ich rozstania). To tak, jakby dziecko dawało nam sygnał – „Jestem jeszcze malutki, potrzebuję opieki”. Czasem w ten sposób „placze przez sen”, daje znać o swojej wrażliwości i silnych przeżyciach, których nie umie wyrazić w inny sposób.

Komentowanie, krzyczenie czy karanie nic tu nie pomoże – wzmocni tylko napięcie. Dziecku potrzebny jest spokój rodzica, pomoc w przebraniu i przytulenie.



Bywa, że początkowo dziecko woli się załatwiać na nocnik w swoim pokoju, w którym czuje się bezpiecznie.

FOT. GETTY IMAGES/PPM

Co pomoże dziecku?

NAZYWANIE TEGO, CO SIĘ DZIEJE.

„Zrobiłeś siusiu w majtki, nie można chodzić w mokrych, chodź, pomogę ci się przebrać”, „Czy chcesz, żebyśmy poszła z tobą do łazienki?”.

PRZEMYŚLENIE DECYZJI.

Kiedy wielokrotne próby „bez pieluszki” nie prowadzą do sukcesu – dziecko ciągle moczy się w majtki – warto powtórnie się zastanowić, czy jest gotowe, czy już dojrzało do nauki. Nie ma obawy, że przegapimy dobry moment lub zrobimy coś „za późno”, jeśli podążymy za tym, co pokazuje nam dziecko.

ZACHOWANIE SPOKOJU.

Cierpliwość i bycie zdecydowanym pomaga dziecku w nabywaniu

nowych umiejętności – ta zasada także dotyczy samodzielnego robienia siusiu i kupy. Jeśli któreś z rodziców bardzo mocno przeżywa to, jak dziecko uczy się (lub nie może się nauczyć), lepiej, by to drugie przejęło towarzyszenie dziecku w najważniejszych momentach – może np. zaprowadzać dziecko do toalety.

ZAUWAŻANIE SUKCESÓW.

Meldowanie „po fakcie” to też sukces. Dziecko zauważyło i daje nam znać, że coś zrobiło. Trzeba to

zauważyć. Reakcja rodzica jest bardzo ważna, decydująca o powodzeniu całej „operacji”.

OSTROŻNIE Z NAGRADZANIEM.

Zdarza się, że rodzice, nie znajdując sposobu, obiecują dziecku nagrody za zrobienie kupy lub nie zmoczenie majtek. Pół biedy, jeśli jest to mały cukierek, ale zdarzają się nawet rowerki i pieski! Taka sytuacja powoduje, że ze zwykłej czynności fizjologicznej robi się WIELKA SPRAWA. Tymczasem wystarczy zadowolenie i aprobaty.

Pozwól dziecku obejrzeć, powąchać, nawet dotknąć kupy, uznając, że wypróżnienie jest bardziej sprawą dziecka niż naszą. Zaufaj, że dziecko samo będzie podążało za sygnałami z ciała. Towarzyszyć dziecku w nauce rozpoznawania sygnałów z ciała oraz wspierać samodzielność to najlepsze, co może zrobić rodzic.