

Odvikavanje od pelena

Odvikavanje od pelena veliki je korak u životu svakog djeteta, ali i roditelja koji bi po dječjem ponašanju trebao prepoznati je li dijete spremno za taj korak.

Odvikavanje od pelena individualan je proces, svako dijete je drugačije.

Taj proces odvikavanja obično se uspostavlja oko druge godine života, ali moguće je i ranije.

Nekoj djeci dovoljno je za odvikavanje od pelena tjedan dana, dok kod druge djece to može potrajati mjesec dana ili više.

Onog trenutka kada roditelj možda prepozna da je dijete spremno, najvažnije je da bude strpljiv, uporan i da motivira, potiče i ohrabruje dijete.

Dijete se s tutom prvo treba upoznati. Za početak, dijete se na tutu može staviti u peleni dok se igra. Tuta se mora uvesti kao rutina. Na samom početku, dijete se na tutu stavlja odmah nakon buđenja te nakon obroka.

Neka djeca neće biti zainteresirana za tutu, nego odmah za wc. Treba im to omogućiti postavljanjem dječjeg nastavka za wc dasku te malih stepenica ili stolca kako bi im pomogli da sjednu.

Putem jasnog i toplog razgovora s djetetom, roditelji moraju objasniti što očekuju od njih.

Ako dijete odbija tutu, vjerojatno još nije spremno za taj pothvat.

U slučaju da je djetetu tijekom dana barem dva sata suha pelena, moguće je da je dijete spremno za odvikavanje te kada dijete traži da mu se promijeni pelena jer mu smeta zaprljana.

U početnoj fazi odvikavanja, normalno je da dijete vrši nuždu jedino onda kada ga roditelj stavi na tutu. Svaki put kada dijete obavi nuždu na tutu jako važno je pohvaliti ga!

Na samom početku odvikavanja, moguće je da se dijete popiški ili pokaka u gaće ako se usredotočilo na neku aktivnost. U takvim situacijama, dijete povremeno treba podsjetiti i pitati treba li ići na wc ili tutu.

Djeca su još mala u fazi odvikavanja pa je jasno da nemaju koncentracije duže vrijeme sjediti na tuti. Preporuka je da tada djeci dok sjede na tuti ili wc-u čitamo slikovnice ili pjevamo.

Što se tiče noći, nije nikakav problem ako se dijete popiški. Preporuča se da dijete na početku ima pelenu preko noći. Onog trenutka kada će se dijete buditi sa suhom pelenom, djetetu se može maknuti „noćna“ pelena.

Poneki roditelji nakon nekoliko dana odustanu od „treninga“ odvikavanja te djetetu vrate pelenu. To se ne bi smjelo događati jer se time zbunjuje dijete. Kao i kod svih faza u odgoju, roditelji moraju biti dosljedni.

Još jednom za kraj, kod odvikavanja od pelena, najbitnija je spremnost djeteta te upornost, strpljenje i potpora roditelja. Cijelo iskustvo treba učiniti zabavnim i zanimljivim!

Kako bi cijelo iskustvo učinili zabavnijim i jednostavnijim, preporučujem ove dvije slikovnice:

„Hoću svoju tutu“, autor Tony Ross



„Moja tuta“, autorica Leslie Patricelli



Odgojiteljica: Iva Kralj