

Trzylatek w toalecie

„Samodzielne korzystanie z toalety” znajduje się zazwyczaj na szczycie listy wymagań wobec debiutującego przedszkolaka. Z drugiej strony, na jednym z pierwszych miejsc przedszkolnej wyprawki widnieją „2, 3 pary majteczek, ubranie na przebranie”, bowiem toaletowe „wpadki” to przedszkolna codzienność, a torby z pościelą i ubrankami do wyprania czekają na niejednego rodzica odbierającego swoją pociechę z grupy maluchów.

Nowa umiejętność

Przedszkolna adaptacja wiąże się z dużym stresem zarówno dla dziecka, jak i dla dorosłych: nauczycieli, rodziców. Nic dziwnego, że maluch w tym czasie może odreagowywać napięcie. Także poprzez kontrolę pęcherza i jelit (lub jej brak). Są dzieci, które przez cały dzień powstrzymują się od pójścia do toalety, są takie, które biegają tam co chwilę. Część maluchów, mimo że od jakiegoś czasu nie nosi pieluchy, zaczyna moczyć majteczki. Ma to miejsce szczególnie, gdy dziecko nauczyło się korzystać z toalety niedawno. Umiejętność nie jest jeszcze utrwalona, a w stresie maluch sięga do wcześniejszych sposobów radzenia sobie z problemem. Poza tym zmożenie majtek może dla dziecka wiązać się z uzyskiwaniem opieki „ktoś się mną zainteresuje, przebierze, porozmawia” lub zwróceniem na siebie uwagi.

Mokre drzemki

Wiele trzylatków, mimo że w dzień chodzi bez pieluszki, w nocy jeszcze z niej korzysta. Dotyczy to szczególnie chłopców, u których „trening czystości” często rozpoczyna i kończy się później niż u dziewczynek. Wiele trzylatków przed pójściem do przedszkola nie spało już w dzień, a w przedszkolu, gdzie często wszystkie maluchy kładą się na drzemkę w porze odpoczynku, pojawia się problem moczenia w czasie snu. Jeśli w domu dziecko nadal nosi w nocy pieluchy warto zaopatrzyć panie w ich zapas. Są pieluszki przypominające majteczki, które dziecko może samo założyć i zdjąć, gdy przebiera się w strój do odpoczynku. Gdy zaczniemy wycofywać pieluchy, warto mieć na uwadze to, że w szatni będzie na nas czekała pościel do wyprania. To normalne. I warto rozmawiać o tym z dzieckiem: „każdemu może się zdarzyć”, „uczysz się spać bez pieluch, więc czasem jeszcze zdarzy ci się posiusiać na leżaczku”.

Tyle wokół się dzieje

Tyle nowości! W przedszkolu tyle się dzieje: ktoś biega po sali, pani włączyła ładną piosenkę, Ala przyniosła piękną lalkę, a Antek wylał zupę na stół. Trudno się dziwić, że podążający za przedszkolnymi wydarzeniami maluszek może zapomnieć o skorzystaniu w porę z toalety. Zabrudzić majtki albo załatwić się w połowie drogi. To się zdarza. Z czasem panie w przedszkolu będą wiedziały, któremu dziecku trzeba częściej przypomnieć o konieczności wysiusiania, a maluchy nauczą się docierać do łazienki na czas.

Samodzielność i komunikacja

Co ma wspólnego mówienie z korzystaniem z toalety? Otóż bardzo wiele. W przedszkolu trzeba powiedzieć pani, że „idę się załatwić” albo zapytać „czy mogę?”. Trzeba odezwać się przy wszystkich. Albo na oczach wszystkich przejść trasę do łazienki. Dla bardziej nieśmiałych i uczących się dopiero mówić (zdaniaми) dzieci okazuje się to wyzwaniem. Dodatkowo w toalecie trzeba samemu zdjąć spodenki i majteczki, użyć papieru toaletowego, spuścić wodę. Jeśli w domu wyręczamy w tych czynnościach dziecko, będzie ono oczekiwało tego od pań w przedszkolu. I może się okazać, że opiekunki pomogą na początku września, ale potem będą wymagać od dzieci, by poradziły sobie same. Dlatego warto zachęcać w domu dzieci do samodzielnego mówienia o swoich potrzebach, do zadawania pytań, proszenia o pomoc. Najlepiej zacząć od zaprzestania zgadywania za dziecko i wyręczania go w sytuacjach, w których może już sobie samo poradzić. I pozwolić mu poćwiczyć nowe umiejętności.

Gdy kłopot nie znika

Gdy przedszkolne problemy z załatwianiem się nie przechodzą, warto na spokojnie je przeanalizować.

Czy maluch przed pójściem do przedszkola samodzielnie korzystał z toalety? Jeśli nie – być może jego układ nerwowy jeszcze nie dojrzał na tyle, by dziecko mogło w pełni kontrolować wypróżnianie. W tym wypadku trzeba czekać, nie mamy bezpośredniego wpływu na ten proces.

Być może nie miał czasu na opanowanie wielu umiejętności związanych z „treningiem toaletowym”. Możemy mu pomóc, wspierając konsekwentnie i cierpliwie uczenie się w domu. Jeśli maluch umiał już sam korzystać z toalety – być może chodzi tu o chwilową dezorganizację związaną z adaptacją przedszkolną, która minie po kilku tygodniach. Gdy poczuje się pewniej w przedszkolu, będzie to oznaczać także większą pewność w przedszkolnej ubikacji.

Jeśli wasze dziecko świetnie radziło sobie przed pójściem do przedszkola, a „mokre wpadki” zdarzają się codziennie – trzeba skorzystać z konsultacji lekarskiej i/lub psychologicznej. Być może jest to objaw radzenia sobie z napięciem lub infekcja dróg moczowych.

- *Korzystanie z toalety wymaga wielu umiejętności – panowania nad zwieraczami, znajomości miejsca i zasad, samoobsługi oraz sprawnej komunikacji.*
- *Maluchy; szczególnie w pierwszych tygodniach uczęszczania do przedszkola, w okresie kryzysu adaptacyjnego, często gorzej radzą sobie z samodzielnym korzystaniem z toalety.*
- *„Trening toaletowy” zależny jest od tempa dojrzewania biologicznego oraz poziomu zaawansowania w uczeniu się różnych umiejętności. Dorośli mają wpływ na proces uczenia.*