

ODVIKAVANJE OD PELENA

ZNAKOVI SPREMNOSTI

- dijete uspijeva održati pelenu suhom dulje od nekoliko sati
- ima dobro razvijene motoričke vještine
- u stanju je signalizirati vam potrebu za obavljanjem nužde
- pokazuje interes za kahlicu – ili za način kako odrasli koriste toalet

Između 18 i 36 mjeseci je očekivano vrijeme za usvajanje kontrole nad stolicom i mokrenjem



Dijete, jednostavno rečeno mora biti fizički, psihički i emocionalno spremno(ne zrelo, već spremno) da iz pelene prijeđe u gaćice

UPUTE ZA RODITELJE

- kupite kahlicu zajedno s djetetom
- omogućite djetetu laganu odjeću



Kako voditi dijete kroz proces odvikavanja od pelena

- **mnogi roditelji odabiru toplija razdoblja godine zbog praktičnosti, ali i činjenice da je to vrijeme godišnjih odmora i provode više vremena s djetetom**
- **u usmjeravanju djeteta odaberite pohvale umjesto kažnjavanja i ismijavanja**
- **korištenje kahlice i toaleta nije igra, stoga je ne pretvarajte u nju da ne biste dijete zbunili u vezi njene funkcije**
- **vrijeme na kahlici neka bude kratko po nekoliko minuta**



POSTEPENI PRESTANAK

- **sjetite se da se radi o procesu, što znači da ima svoje trajanje, svoje uspone i padove te će biti i povremenih „nezgoda“**
- **dijete, kao i odrasli ima pravo na bolje i lošije dane, za što je važno imati razumijevanje. Povratak „nezgoda“ može biti potaknuto i promjenama u djetetovoj svakodnevnoj okolini**
- **Ne dopustite da ovaj zadatak zauzme središnje mjesto u vašem svakodnevnom životu**

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

Sretno!

Pripremila:

**Sabire Osmani – stručni suradnik, psiholog
Dječji vrtić PALČIĆ, Orahovica**

