

TREIEM ELS BOLQUERS?



**La situació actual ens permet més que mai
tenir temps per estar amb les criatures.
Potser algú de vosaltres tenieu previst iniciar la
retirada de bolquers.**

En primer lloc, estigueu motivats i plens de paciència. El vostre fill o filla ha d'estar en les millors condicions possibles (no estigui malalt, ni hagi passat mala nit...etc). L'infant, **tant en el canvi de bolquers, com en el control d'esfínters** és l'absolut **protagonista**, tant del seu cos (que haurem de respectar) com dels seus sentiments i emocions. El fet de triar el moment i aconseguir aquest control, l'ajuda en el desenvolupament de la seva autoestima i li augmenta la seguretat en si mateix.

Així doncs, abans d'agafar al vostre fill o filla:

- *Sempre l'avisareu, perquè pugui anticipar què passarà a continuació i això li doni seguretat.*
- *Agafeu-lo sempre de manera que no perdi mai l'equilibri i que no s'espanti. Sempre millor, si l'agafeu de cara, que ell us pugui veure.*
- *El deixareu sobre el canviador estirat o assegut segons el moment maduratiu en què es trobi i en la posició que ell millor domini a nivell motriu.*
- *Començareu a desvestir-lo, provant de deixar-lo el més còmode possible, perquè es pugui moure en llibertat i li canviareu el bolquer.*



És important que toqueu el seu cos de manera respectuosa, amb afecte, amb harmonia i explicant-li tot el que feu i fareu...al cap i a la fi, el que esteu tocant és el seu cos i té dret a saber què passa.

De mica en mica, **podrà anar ajudant en el seu propi canvi**: aixecant el peu, tombant-se, donant la mà...des de ben petit, sent la voluntat de fer les coses per ell mateix, i vosaltres l'aneu acompanyant en el camí, respectant el seu moment maduratiu i els seves iniciatives i interessos.

El canvi de bolquers

És un moment molt important de relació amb vosaltres, per tant sempre haureu de partir del que ell necessita en cada moment. Cal sempre donar-li una explicació sobre què feu i perquè ho feu. Serà molt important doncs, anar-li parlant, explicant-li què feu a cada pas i anticipar-li les diferents accions i esdeveniments.

Així doncs, abans d'agafar al vostre fill o filla:

- ***Sempre l'avisareu, perquè pugui anticipar què passarà a continuació i això li doni seguretat.***
- ***Agafafeu-lo sempre de manera que no perdi mai l'equilibri i que no s'espanti. Sempre millor, si l'agafeu de cara, que ell us pugui veure.***
- ***El deixareu sobre el canviador estirat o assegut, segons el moment maduratiu en què es trobi i en la posició que ell millor domini a nivell motriu.***
- ***Començareu a desvestir-lo, provant de deixar-lo el més còmode possible, perquè es pugui moure en llibertat i li canviareu el bolquer.***

El canvi de bolquers a terra.

Podeu passar decanviar-lo al canviador, a fer-ho al terra, quan el seu equilibri és més sòlid, quan pot aixecar una cama aguantant-se amb l'altre sense perdre estabilitat, etc.

Vosaltres seguireu posant paraules a tot el que faci. Cada cop deixareu més que sigui qui es tregui el bolquer, ajudi en la neteja, en vestir-se, en desvestir-se... d'aquesta manera s'anirà fent responsable del que li passa al seu cos, de la seva higiene i per tant esdevindrà cada cop més autònom.



Poseu **bolquer de nit** però anirà a fer un últim pipi abans d'anar a dormir. Treure el bolquer a la migdiada quan ja no s'escapi de dia.

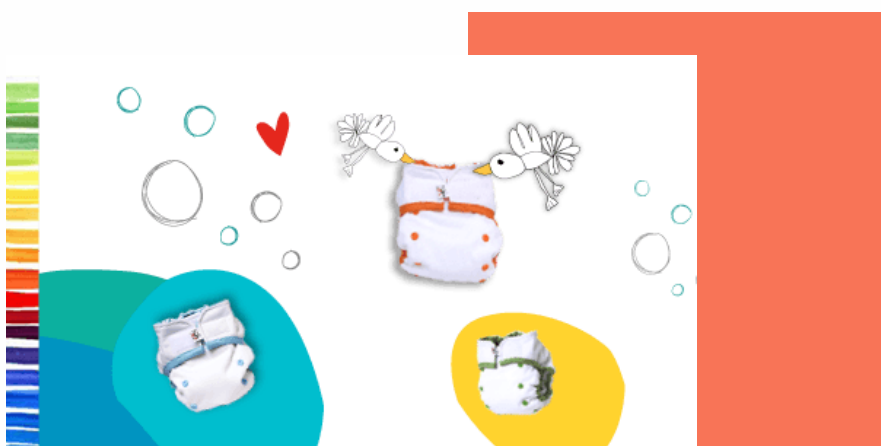
El control d'esfínters

Al contrari del que pensa molta gent, no hi ha una edat clau en què l'infant deixa de portar bolquer per fer pipí al vàter. No és aquest el detonant, sinó la maduració personal, emocional i motriu.

Així doncs, no és una edat el senyal que us ha d'impulsar a fer aquest canvi, sinó el fruit de tot un procés que forma part del camí de la vida del vostre fill o filla.

Podríem interpretar com a signes d'aquesta voluntat d'autonomia:

- El fet que s'interessi per saber què és el vàter, perquè serveix i observi totes les persones adultes de casa quan aneu al lavabo.
- Que utilitzi el “ jo “ i el “ meu” i la primera persona del singular en els verbs.
- Que a nivell motriu pugui aixecar-se i asseure's en un objecte petit tipus tamboret.
- Que es tregui el bolquer i vulgui seure al lavabo encara que no faci pipí i s'hi estigui una estoneta.
- Que expressi oralment que ha fet pipí, o caca al bolquer quan el porta posat.



L'eficàcia i rapidesa d'aquest procés no dependrà mai de les vostres ganes, o de com de malament el fem sentir si es fa pipí o caca a sobre, sinó de la seguretat emocional, i el moment maduratiu en què es troba l'infant.

Per començar, expliqueu-li què és el vàter, què hi passa a dins, etc. Si mostra interès li podeu proposar d'anar a seure al lavabo, cada cop que li canvieu el bolquer. Si diu que sí, l'acompanyareu, ja que està entrant en un món desconegut per ell, i necessita el vostre referent per sentir-se segur. **Si, en canvi, no vol anar al lavabo**, cada cop que li canvieu el bolquer li podeu preguntar, però sense intentar-lo convèncer, sinó, deixant que sigui ell qui esculli quan.

Aquest procés es pot allargar, igual que es podria allargar el temps que un nen/a s'adapta a l'escola, supera la pèrdua d'un familiar, aprèn a llegir i escriure, etc. Tots i totes, infants i adults necessitem un temps per cada cosa, més ràpid o més lent però sempre igual de vàlid, perquè és el nostre temps.

Coses a evitar:

- * **Frases confuses que donen**

informació contradictòria. La més típica, s'escapa pipí al terra i li dieu: "No passa res!" Doncs no, perquè si que passa, si dieu que no passa res ell realment entén que no passa res, i no és aquest l'objectiu. Podeu dir amb veu suau: El pròxim cop, el pipi sortirà a vàter o a l'orinal.

- * **Enfadar-nos o cridar:** Mai mai mai! Encara que s'hagi fet pipí a sobre 20 vegades! És un aprenentatge i ningú neix ensenyat. Si la cosa no funciona ho deixareu per més endavant, però no cridarem ni renyarem. Abans abandonar que renyar!

- * **Grans premis materials:** "Si fas pipí a l'orinal et compraré...!" No. La principal motivació ha de ser l'autonomia. Es a dir, la satisfacció d'haver après una cosa nova. Si que el podeu animar per exemple amb paraules i gestos: Ho has fet super bé! És fantàstic! Això no vol dir, que no pugueu ofeeri-li algun petit "premi" com a reforç positiu.

- * **Amenaces o càstigs:** "Si no fas pipi a l'orinal avui no anem a ...". Terrible. No només no aconseguireu res, sinó que aconseguireu que el nen/a se senti malament i es tanqui en banda.

- * **Ridiculitzar o comparar:** "Mira que petit en, que encara se li escapa el pipi!" És evident oi? D'una frase així no en pot sortir res de bo.

- * **Negar l'afecte:** El missatge clau és "Encara que no ho aconseguieixis, t'estimaré igual! Estàs aprenent una cosa nova i t'acompanyo en el teu aprenentatge". És normal que es produeixin moments de frustració, per això, en aquests moments abraçar i mimar són més importants que mai.

- * **Posar l'orinal al saló, la cuina o qualsevol lloc que no sigui el bany:** Tot i que d'entrada pot semblar més còmode, no és una bona idea. És bo que ja que es fa l'aprenentatge, s'apregui que el bany és el lloc on fer les necessitats.