

<< גם קטנים יכולים – להיפרד מחיתולים >>

קובץ שאלות נפוצות

מה קורה כשהילדה בגן עד 17:00 כל יום?

במצב כזה הייתי מתחילה לנסות להוריד חיתול אחה"צ ו"לחבר" אותה לכך שהיא עושה פיפי/קקי- "את עושה פיפי!! ככה זה נראה!!", ובהמשך לחכות לאיזה סופ"ש ארוך (חג אולי?) שיש זמן להוריד סופית את החיתול בבית

איך להגיב לפספוסים?

זה חלק בלתי נמנע.. זה פשוט קורה. וזו לא אשמתו, וזו לא אשמתנו, זו לא אשמת אף אחד. הוא בתהליך למידה, וגם אנחנו בתהליך חדש ולא מוכר. אז קצת חמלה וסליחה כלפי עצמנו, זה באמת קשה ומתיש ולפעמים מורט עצבים ומעלה חרדה (אצלנו!). התגובה לפספוסים צריכה להיות קורקטית ושלווה- "עשית פיפי. פיפי עושים בשירותים".

איזה סוגי תחתונים יש?

תחתונים רגילים וחמודים.

תחתוני גמילה רב פעמיים- תחתונים עם כמה שכבות בד, או כאלו עם שכבה אטומה לנוזלים. טוב בעיקר כשיוצאים החוצה כדי לצמצם או למנוע שלוליות. ניתן לרכוש באתרים כמו עליאקספרס, איביי, אמזון וגם אצל משווקות שונות בארץ. פול אפס- לא מומלץ בכלל!! זו אותה תחושה כמו חיתול, כלומר אין תחושת רטיבות, וזה מפספס את המטרה ועלול לבלבל.

יוצאות מנקודת הנחה שבגילאים האלו מחפשים תחתונים במידות קטנות, אז לפי המלצת אמהות המידות הקטנות ביותר הן- שילב, גולף, סולוג, M&H

איך יוצאים החוצה מהבית?

כדאי לקחת בתיק מספיק בגדים להחלפה. אני מעדיפה לצאת החוצה עם תחתוני גמילה שהם קצת יותר עבים (*לא*!! פול אפס), ולכסות את החלק הרלוונטי בעגלה עם משטח החתלה דק שימנע מהעגלה להירטב. למי שיש סמארט טרייק וכאלו- זה פתרון טוב כי מתנגב בקלות במידה ויש פספוס.

מה להגיד בגן?

אתם ההורים. אתם אלו שמחליטים מה קורה עם הילד שלכם. עם זאת, הגיוס של צוות הגן לתהליך הוא מאוד חשוב. ממליצה לספר על התהליך שהילד התחיל בבית, ולתת הנחיות פשוטות:

1. לשים חיתול *רק* בשינה ולהוריד מיד אחרי שמתעורר.
2. מיד אחרי השינה לקחת לשירותים.
3. לשבח על עשייה בשירותים.
4. לא לעשות עניין מפספוסים, לומר "עשית פיפי. פיפי עושים בשירותים".

אבל אני ממש חוששת שהגננת לא תשתף פעולה!! מה עושים?

תשובתה של חנית קויפמן, שעברה את התהליך מול גננת שלא הייתה בעניין בהתחלה: בגדול הגננת שלי מאוד התחברה לגישת ההורות הסמכותית של דפנה תייר. שלחתי לה את הלינקים הרלוונטיים ודיברתי איתה על זה לפני שיצאנו לחופשת הפסח (בה בעצם הורדנו לתמיד את החיתול). היא הייתה מאוד סקפטית, אמרה שזה גיל מאוד צעיר (1.4) ו"הרגיעה" אותי שאם זה לא הולך עכשיו אז לא נורא ואפשר לנסות שוב בהמשך.. אחכ היא גם אמרה שאולי כדאי שבגן היא תהיה עם חיתול אבל הן ייקחו אותה לשירותים ואני הסברתי שזה יפספס את הרעיון לגמרי. בפסח התאמנו כל הזמן ואחרי החופשה כשה חזרתי אותה לגן עם סיר ותחתונים הסתכלו עלי כאילו אני הוזה. הסברתי למנהלת הגן את סדר היום, מה להגיד ומה לא להגיד, איך להגיב ואיך

<< גם קטנים יכולים – להיפרד מחיתולים >>

לא להגיב. הנחתי שאם יהיו פספוסים קקי לא להתעסק עם זה אלא לקשור בשקית ואני כבר אחליט מה לעשות וכו'. תיווכתי ליובל את הסיר בגן בפעם הראשונה והלכתי... כשחזרתי כל המטפלות קפצו עלי ואחת מהן, האהובה עלי במיוחד, אמרה שהיא מעל 20 שנים בתחום וכזה דבר היא לא ראתה... ושבבוקר כשאמרתי לה שיובל עם סיר היא חשבה שאני עובדת עליהן כל הצוות היה המום ולא הפסיקו לדבר על זה שהיא עשתה גם פיפי וגם קקי בסיר. זו היתה שיחת היום בין הגננות ובין האמהות. מה שלדעתי עבד הכי טוב מבחינת הגן זה שהבאתי להם ילדה "גמולה" והן לא היו צריכות להתחיל תהליך אלא להמשיך הצלחה. אז לסיכום שני דברים: 1. אסרטיביות נעימה - את האמא ואת מחליטה, נקודה. 2. המון עבודה מקדימה - שבוע לפחות לדעתי עם הילדה בבית שבו את נותנת 100% מעצמך להצלחת התהליך. בהצלחה!!!

מה עם פרסים?

לא צריך שום פרסים או תגמול חיצוני על הצלחות בשירותים. החיזוק הכי טוב שאנחנו יכולות לתת זו התלהבות אותנטית כשהם עושים בשירותים. אין כמו חיוך ענק ומתרגש מרוח על הפנים והאמירה "עשית פיפי בשירותים!!!!!! אתה בטח כל כך גאה בעצמך!!"

לשאול אותו אם יש לו פיפי?

עדיף שלא, כי מאוד יכול להיות שיש לו והוא יגיד שלא, או שלא יגיד כלום, ומה אז?.. אז עדיף לזכור שהאחריות על ההליכה לשירותים היא עלינו, ואם אנחנו מרגישות שהוא צריך (מכל סיבה שהיא: הוא פתאום תזזיתי יותר, או פתאום שקט יותר, או כל סימן שאתן חושדות, או אפילו כי עברה שעה ונראה לכן שייתכן ויש לו)- פשוט לומר "בוא, עכשיו הולכים לשבת בשירותים".

ואם הוא מתנגד?

שום דבר לא בכוח כמובן. אפשר לחבב עליו את הישיבה בשירותים ע"י שירים, סיפורים, קישוט הסיר, בובות שיושבות ו"עושות פיפי"... כיד הדמיון הטובה עליכן.

"אני מיואשת... כל הזמן יש פספוסים.. אולי הוא לא מוכן לזה?"

ע"ע קובץ מוכנות לגמילה (ספויילר: המוכנות היא שלנו, לא שלהם) וגם- זה תהליך ממש לא פשוט עבורנו. מלא בעליות וירידות, חוסר ביטחון, תסכול, קושי... קשה. כשקשה לי אני מזכירה לעצמי כמה דברים:
1. שום דבר פה לא נעשה נגדי. הוא לא "מפספס בכוונה".
2. עדיף לי פיפי על הרצפה מאשר בחיתול צמוד לגוף שלו.
3. הדבר הכי הכי חשוב בכל התהליך הזה זה לא הורדת החיתול והלמידה איפה עושים פיפי/קקי. הדבר הבאמת חשוב זה התקשורת שלי עם הבן שלי, כי בסופו של דבר, לא משנה כמה זמן זה ייקח- הוא ילמד להיות מודע לצרכיו ולקחת אחריות על זה. מה שישאר, כמו חריטה בבטון רטוב וטרי- זה המסר שהעברתי לו. מסר שהוא יכול, שהוא אהוב, שהוא מסוגל ויכול. זו לא תהיה חוויה של השפלה, קושי או טראומה. זו חוויה מעצימה של למידה תוך כדי תמיכה ועיטוף ואהבה. וכשקשה לך- בואי לכתוב על זה פה ותקבלי חיבוק אוהב מכולנו.

ואם יש לי שטיחים מקיר לקיר? מה עושים? לא להתחיל את התהליך?

הייתי מנסה להעביר כמה שיותר מהזמן, לפחות בהתחלה, בחוץ. יש לכם חצר? הייתי מפזרת בבית עיתונים וניירות מגבת. הייתי מחפשת פתרונות ניקוי מצוינים שיוכלו לעזור לי ברגעי האמת... אני לא הייתי דוחה את התהליך בגלל השטיחים, כי בכל מקרה, לא משנה מתי תעשו את זה- כנראה שפספוסים יהיו.

שירי לביא מציעה- אולי לשים לתקופה מסוימת ניילון כזה ששמים בזמן שיפוצים? נעמה חוני סתיו מציעה- יש לנו סיר בכל חדר(2) בכל שירותים (2) ובמטבח, בסה"כ 5 - משתדלים להזכיר שיש סיר, אם הוא עושה פיפי מיד מנגבת לפני שנספג, לקקי יש לי ספרי מלא כימיקלים גועל שעושה עבודה טובה, אחרי שתהיה שליטה מלאה, נשלם על ניקוי שטיחים. הטריק

<< גם קטנים יכולים – להיפרד מחיתולים >>

הוא לנקות את השטיח אחת לחצי שנה עד שנה, על מנת שלא יגיע למצב שלא מתנקה. (יש לי שני חתולים... ואנחנו ממש גרוועים בלשנות על שטיח נקי) בנוסף יש מכוונות שאפשר לנקות איתם עצמאית משאילים בוולמארט או סייפואי.

הילד צריך ללכת בשביל להתחיל את התהליך?

לא. בשיטת הקשב למשל ילדים מיום היוולדם עושים צרכים בכיור/אסלה/סיר. ההורה מזהה סימנים ולוקח אותם. זה אפילו יותר קל ככל שהם גדלים. אין שום הכרח שילד יילך כדי לעבור תהליך מוצלח. לצורך העניין, גם ילד שהולך- יצטרך אותנו בשביל להוביל אותו לשירותים, להוריד את התחתונים-מכנסיים ואפילו לשבת שם אם מדובר בישבון על אסלה.

מתי אפשר להוריד חיתול בלילה?

רוב הילדים מפסיקים לעשות בלילה באופן טבעי עד גיל 4. אפשר לחכות וכשרואים במשך שבוע שבועיים שהחיתול בבוקר יבש- להוריד חיתול. אפשר לתמוך בזה ע"י הליכה לשירותים לפני השינה, לשים כמה שכבות של סדין גומי ומעליו סדין רגיל, ונערכים נפשית ללילות רטובים (או שלא).

ישבון או סיר?

זה לא משנה. מה שבא לך. היתרון של סיר הוא הניידות שלו, וזה שאפשר לפזר כמה בבית. היתרון של הישבון זה שלא צריך לנקות סיר.

ומה קורה אם נראה לי שיש לו והוא באמצע האוכל/משחק?

נעמה פלס כותבת: אם לילד יש פיפי בזמן משחק/אוכל/פעילות מסויימת. חשוב מאד ללכת לעשות פיפי ולהחזיר לאותה הפעילות. ככה הם לומדים שזה לא "עוצר את החיים", שזה טבעי ומפחית את כל ההתאפקויות או רתיעה שיכולה להיווצר כתוצאה מ"פחד לא להמשיך לשחק" וכו'.

איך אפשר להתמודד עם סרבנות לישיבה על הסיר/ישבון?

זה מאוד טבעי, זה גיל שבו הם מתחילים להביע את הרצונות שלהם ולבחור מה מתאים להם (וגם מה לא). על סירוב לשבת בסיר הייתי מגיבה ב"אתה לא רוצה לשבת! (-מחכה רגע-) עכשיו זה זמן לשבת בסיר" ופה מכניסה משהו שמאפשר לו בחירה. אתה רוצה ללכת לסיר כמו אריה או כמו נמר? / תראה לי איך הולכים לסיר! / אתה רוצה לקחת איתך את המשחק הזה או הזה? את הספר הזה או ההוא?

איך להתמודד עם חשש מעשיית קקי?

אנחנו פחות רואים את זה בגילאים המדוברים בקבוצה, אבל הכל יכול לקרות וכדאי להיערך. אם זה רגשי, לעבוד על תגובות סביבו כשהוא עושה, להימנע מהעברת מסר שהקקי מלוכלך או מגעיל. לאפשר לו לראות, לנסות קודם סיר כי הקקי לא נעלם כמו באסלה. יש שתי סיבות עיקריות- האחת חשש שזה 'מלוכלך' ולכן יש דחייה ופחד מקקי. השנייה, חשש להיפרד ממהו שיצא ממנו, יש שלב שהם תופסים את הקקי כחלק מהגוף שפתאום צריך להיפרד ממנו. זה בהחלט מפחיד אם לא עובדים איתם על זה ומאפשרים להם להכיר וללמוד את זה. מומלץ לתת לילד לשחק עם מרקמים וחומרים שונים ש"מלכלכים" ובעצם לאפשר להתלכלך בשאר היום כמו פלסטלינה, גואש, צבעי ידיים, בצק, חימר.

<< גם קטנים יכולים – להיפרד מחיתולים >>

ואם נתחיל מלהוריד לו את החיתול רק מדי פעם אחר הצהריים? זה יבלבל?

הכל שאלה של מה הציפייה שלך .
לא יוצר בלבול אם מסבירה ש"לפעמים אנחנו מורידים חיתול", ומנצלת את זמן הטוסיק החופשי להיכרות ומודעות עם הגוף והצרכים. לא הייתי מצפה בשלב כזה ללמידה שפיפי עושים בשירותים, כי זה לא מדויק. פיפי עושים גם בחיתול.
הבלבול שאני יכולה לחשוב עליו במצב כזה הוא שההורים יתבלבלו ויצפו ללמידה ויישום מהורדת חיתול כל כמה שעות ביום.

בנים בישיבה או עמידה?

זה לא משנה, העיקר שנח לשניכם. ברגע שכבר לא יהיה לו נוח, תוכלו לדעת זאת לבד.

איך עוברים מסיר לאסלה?

הרבה נרתעות משימוש בסיר מכיוון שחוששות מהמעבר. ניתן מלכתחילה להתחיל רק בישבון או רק בסיר או לשלב את שניהם. ברגע שתמצאו לעבור לאחר, התחילו להציג אותו בהדרגה ולאט לאט הילדים יתרגלו.