

## Nauka sikania do nocnika z zestawem Magiczny Nocnik

### 1) "Czy twoje dziecko jest gotowe na naukę sikania do nocnika'?"

Naukę sikania do nocnika należy zacząć tylko gdy Twoje dziecko jest na to gotowe. Sprawdź to wypełniając poniższy formularz:

- Moje dziecko potrafi skopiować proste czynności, które ja robię.
- Moje dziecko potrafi dać znać gdy czegoś chce.
- Moje dziecko rozumie, że przedmioty w domu mają swoje miejsce i potrafi je odkładać.
- Moje dziecko potrafi wstać i usiąść samodzielnie.
- Moje dziecko potrafi opuścić i podciągnąć samodzielnie majtki (luźne).
- Potrafię porozumieć się z dzieckiem i wytłumaczyć do czego służy nocnik.
- Moje dziecko wykazuje zainteresowanie używaniem nocnika lub toalety.
- Moje dziecko daje znać gdy zmoczy pieluszkę.

Jeśli większość kratek jest zaznaczona, wówczas Twoje dziecko jest gotowe aby rozpocząć naukę sikania do nocnika.

Jeśli wiele kratek pozostaje pustych lub nie masz pewności, być może lepiej wstrzymać się z nauką.

#### Warto wiedzieć

**Nie jest wskazane aby przuczać dziecko do nocnika podczas ekscytujących momentów jego życia (np. urodziny lub narodziny siostrzyczki lub braciszka).**

**Czy Twoje dziecko przechodzi właśnie okres buntu? Wtedy również lepiej odczekać.**

**To bardzo ważne aby podczas nauki sikania wspierać dziecko oraz okazywać mu dużo miłości i zrozumienia. Jeśli jest to akurat cięższy dla Ciebie okres, warto odłożyć naukę na później.**



## 2) 10 kroków nauki sikania do nocnika z Zestawem Magiczny Nocnik

Nauka sikania do nocnika to ważny etap - gdy dziecko opanuje tę sztukę będzie czuło się bardziej dorosłe i dumne z siebie.

Poniższy plan działań opisuje krok po kroku jak zachęcić dziecko do korzystania z nocnika z wykorzystaniem zestawu Magiczny Nocnik.



### Ważne

**Chwal dziecko** z każdego małego kroku, który robi. To wzmocni pewność siebie dziecka i zmotywuje je do dalszej nauki.

**Nie złość się** gdy się nie udaje. Dziecko nie robi tego specjalnie. Lepiej po prostu zignorować te drobne wpadki.

**Nie naciskaj na dziecko.** Może to zniechęcić dziecko oraz sprawić że poczuje się niepewnie.

1. Pozwól dziecku zapoznać się i pobawić nocnikiem. W międzyczasie wytłumacz do czego on służy i zapytaj czy chciałby na nim usiąść w ubraniu. Jeśli dziecko nie ma ochoty - nie naciskaj.
2. Wspólnie z dzieckiem umieśćcie na nocniku ulubioną lalkę czy misia, przypomnij dziecku do czego służy nocnik. Możesz również wlać do środka nieco ciepłej wody - dziecko będzie mogło wówczas zobaczyć co stało się z magiczną naklejką wewnątrz. Zareaguj entuzjastycznie na wyłaniające się zza chmury słońeczko.
3. Czy Twoje dziecko siada już chętnie na nocniku w ubraniu? Świetnie! Możesz zasugerować siadanie na nocniku z opuszczonymi majtkami. Wytłumacz, że słońeczko pojawia się gdy dziecko sika. Jeśli dziecko nie sika - to nic, nagroź dziecko za sam fakt, że zdecydowało się usiąść na nocnik.
4. Gdy dziecko siedzi na nocniku bez majtek, może zechcieć pozostać tam nieco dłużej i przejrzeć książeczkę. Gdy dziecko jest odprężone, wówczas zwiększają się szanse, że zacznie sikać. Możesz opowiedzieć dziecku bajkę z dołączonej książeczki.
5. Często można odczytać z twarzy dziecka lub jego zachowania, że zaczyna robić coś do pieluszki. Gdy to zauważysz, postaraj się szybko zareagować pytając czy chciałoby skorzystać z nocnika. Nie przejmuj się jeśli było za późno - chodzi o to aby dziecko nauczyło się rozpoznawać uczucie pełnego pęcherza.
6. Postaraj się ustalić o jakich porach dnia dziecko zazwyczaj moczy pieluszkę - sadzaj je wtedy na nocniku i opowiadaj historyjkę z książeczki. Po pewnym czasie stanie się to codziennym rytuałem.
7. Będąc w pobliżu tego kroku, dziecko może nasiusiać do nocnika po raz pierwszy. Pochwal je i pokaż jak bardzo jesteś zadowolony/a - dziecko poczuje się z siebie bardzo dumne. Możesz wspomnieć o pojawiającym się słońeczku - np. tak: "Radzisz sobie super! Zobacz, sprawiłeś, że pokazało się

słoneczko". Za każdym razem gdy pojawi się słoneczko możecie z dzieckiem nakleić w książeczce naklejkę-nagrodę.

**8.** Dziecko może nie chcieć aby nocnik był opróżniany - spróbuj uczynić z tej czynności zabawny rytuał. Jeśli jednak dziecko oponuje - lepiej opróżniać nocnik, gdy tego nie widzi.

**9.** Jeśli Twoje dziecko sika już do nocnika, nadszedł czas aby udać się na wspólne zakupy po majtki. Twoje dziecko będzie czuć się dojrzałe, co jest dla niego dodatkowym bodźcem aby starać się sikać do nocnika. Na tym etapie praktycznie jest zgodzić się na noszenie majtek jedynie w domu.

**10.** Nawet gdy dziecko wie co należy robić, wciąż może być mu ciężko rozpoznawać uczucie pełnego pęcherza. Aby uniknąć moczenia majtek, możecie wprowadzić określone godziny, w których dziecko siada na nocnik. Tymczasem, przypominaj dziecku o tym aby siadało na nocnik kiedy nadchodzi właściwy czas.