

CITTA' DI
VENEZIA



Direzione Sviluppo Organizzativo e Strumentale
Settore Servizi Educativi
Servizio di Progettazione Educativa
Gruppo di Progettazione Psicopedagogica

ADDIO AL PANNOLINO



ZEROSEI | Quaderni Tematici del Servizio di Progettazione Educativa



Comune di Venezia

<https://www.comune.venezia.it/it/servizieducativi>

CITTA' DI
VENEZIA



Direzione Sviluppo Organizzativo e Strumentale
Settore Servizi Educativi
Servizio di Progettazione Educativa
Gruppo di Progettazione Psicopedagogica

ADDIO AL PANNOLINO

di Elena Pegoraro

pedagogista Servizio Progettazione Educativa



ZEROSEI | Quaderni Tematici della Progettazione Educativa

Premessa

Le questioni sollevate da neogenitori e genitori nel corso delle proposte di formazione e incontro del Servizio di Progettazione Educativa vengono raccolte in una collana di Quaderni tematici.

Lo scopo principale è quello di far circolare il più possibile alcune delle strategie educative in grado di facilitare la comprensione di ciò che i bambini da zero a sei anni cercano di comunicare con il loro comportamento. Infatti, nei momenti di fatica in cui il figlio potrebbe apparire agli occhi del genitore quasi come uno "sconosciuto" - oltre all'istinto, al buon senso e alla propria esperienza - possono aiutare atteggiamenti capaci di alimentare la relazione educativa genitore-figlio e promuovere ben-essere. Riflettere proprio su questi atteggiamenti per capire quali possano fare al caso nostro e a quello del nostro bambino non è semplice.



Il contesto di vita odierno, caratterizzato dalla frenesia e da una spesso complicata conciliazione lavoro-famiglia, lascia infatti ben poco spazio per sé.

Di conseguenza trovano poco "tempo buono" anche la riflessione sull'azione educativa e l'individuazione di modalità alternative per cambiare l'andamento – magari per forza di cose portato avanti ma che non soddisfa - dell'organizzazione e delle relazioni familiari.

Allora è specialmente ai genitori presi nel vortice della quotidianità ad incastri, indaffarati e acrobati, che avrebbero voglia di confrontarsi e parlare di educazione, che speriamo di fare cosa gradita e utile.

Auguro che le riflessioni fornite servano proprio a sentirsi meno soli e un po' più sostenuti nelle competenze genitoriali.

Dott.ssa Daniela Galvani

Responsabile Progettazione Educativa Comune di Venezia



Indice

Addio al pannolino: aiutami a fare da solo!	1
Il momento giusto!?	4
Mamma e papà sono "pronti"?	9
Opportuni accorgimenti	11
"Incidenti di percorso"	14
"Fare da soli" senza sentirsi soli...	16

Presentazione

Il Servizio di Progettazione Educativa del Comune di Venezia in questi anni si è dato tra i suoi obiettivi quello di sostenere la genitorialità alle prese con la nascita e la crescita dei bambini.

La consapevolezza di quanto sia importante e strategico promuovere ben-essere degli adulti e, di conseguenza, dei bambini fin dai loro primi anni di vita ha dato senso all'iniziativa "Genitori in crescita": una serie di dispositivi psico-pedagogici, diversificati strumenti per incontrare e far incontrare le famiglie parlando di educazione:

- *il Tam Tam delle mamme e Genitori 06*: momenti di condivisione e confronto tra genitori e con una pedagoga su questioni legate alla crescita e all'educazione dei figli;
- *le Oasi dei Piccoli*: opportunità di gioco e socializzazione tra genitori e figli a partire da spunti di attività creative a misura di bambini, mamme e papà negli spazi delle ludoteche comunali;
- *il Topo e il Gatto con gli occhiali*: possibilità di chiedere via e-mail spunti e materiali anche bibliografici con riferimento a specifiche tematiche educative 0-18 anni;



- *Ben-Essere Educativo*: spazio di consulenza educativa, in presenza ma anche on line, in cui poter portare riflessioni, dubbi e fatiche della quotidianità legate al compito educativo e al ruolo genitoriale.

La volontà di mettere a disposizione quanto emerso da queste iniziative con riferimento a precise questioni educative ha portato all'idea dei "Quaderni tematici".

In educazione non esistono "ricette" ma strade da percorrere: ciascuno si imbatte nella propria personalissima via perché ogni bambino è unico, ogni genitore è unico, ogni relazione educativa genitore-figlio è speciale.

Alcuni "spunti" però possono aiutare nei momenti di fatica a ragionare per rafforzare atteggiamenti educativi facilitanti che è opportuno mantenere e, viceversa, per dismettere modi di essere/di fare portati avanti quasi per inerzia.

I quaderni tematici avranno un "box delle idee-chiave" che "tirerà le fila" di quanto detto.

A conclusione alcuni riferimenti bibliografici per approfondire le teorie psico-pedagogiche a cui si accenna.

Questo specifico *Quaderno tematico* cerca di mettere a fuoco i passaggi da tenere a mente quando arriva il momento di dire "Addio" al pannolino.

Addio al pannolino: aiutami a fare da solo!

I genitori si prendono cura del corpo del bambino fin dalla nascita. Il massaggio, il cambio, il bagnetto, l'allattamento sono gesti e ritualità per il bambino che nutrono sia il corpo sia la mente.

All'esperienza del contatto fisico e all'atmosfera che accompagna questo "incontro con l'altro" (persona/cosa) il bambino associa più o meno piacevolezza al variare delle sue sensazioni.

La consapevolezza del proprio corpo diviene sempre maggiore con l'andare del tempo e di pari passo con la crescita delle capacità e delle abilità del bambino: afferrare e manipolare gli oggetti, stare seduti, gattonare, camminare, ecc.

A queste tappe si aggiunge il momento in cui il bambino scopre che la pipì e la cacca "da grandi" si fanno nel water e non nel pannolino, fedele compagno di viaggio di solito dai primi vagiti fino alle prime corsette.

Anche con l'addio al pannolino (raggiungimento del controllo sfinterico) quindi il bambino assume maggiore padronanza delle proprie funzioni corporee.

Inoltre, acquisisce gradualmente il concetto che è suo diritto-dovere quello di prendersi cura di sé e della propria igiene.

Il percorso dall'essere totalmente dipendenti al riuscire a poco a poco a «fare da soli» è fondamentale per lo sviluppo dell'autonomia del bambino e dal punto di vista psicologico ed emotivo.

Come per tutte le «fasi della crescita» anche l'*addio al pannolino* rappresenta potenzialmente un passaggio che potrebbe portare con sé un po' di stress sia per il bambino sia per il genitore... ma nella maggior parte dei casi è un processo che avviene nel giro di pochi giorni e senza particolari difficoltà.



Contribuiscono di certo al buon esito del passaggio la calma, la determinazione e la pazienza degli adulti e soprattutto la presenza di alcuni «segnali» del comportamento del bambino che possono far pensare al fatto che sia «pronto» per diventare autonomo da questo punto di vista.

Osservando il proprio bambino e “riconoscendo” gli indizi, mamma e papà possono stabilire se sia o meno arrivato il momento in cui far iniziare il passaggio dal pannolino al vasino o direttamente sul water utilizzando eventualmente un riduttore per non aggiungere al processo la fase del passaggio dal “vasino al water”.



Il momento giusto!?



Il «momento giusto» dipende sia dalla maturazione fisica e fisiologica del bambino (ci sono bambini che distinguono prima di altri lo stimolo fisiologico) sia dalla maturazione psicologico-emotiva (ci sono bambini che più di altri ambiscono a «fare le cose da soli»).

Che fare? A quale età iniziare?

Se guardiamo alle teorie psicopedagogiche datate e odierne sul tema (Dal Prà, 2011) possiamo desumere come coesistano linee di pensiero addirittura contrastanti: da una parte un approccio «centrato sul bambino» che presuppone un processo «senza fretta» e dall'altro sistemi che promettono di aiutare il bambino a liberarsi del pannolino fin dagli otto mesi di età e in quattro e quattr'otto (vedi Metodo EC; Boucke, 2006).

Potremmo opportunamente mixare alcuni aspetti delle due correnti di pensiero: il fatto che il bambino debba divenire "protagonista" del momento che lo vede coinvolto in prima persona e che può costituire un'importante opportunità per scoprire l'intimità con il proprio corpo, l'attitudine ad ascoltarsi e a riconoscere i propri bisogni. "Protagonista" non significa invece che sia il bambino a dover decidere quando è l'ora di togliere il pannolino e sia sempre lui necessariamente a dover chiedere all'adulto di intraprendere lo "spannolinamento".

Se il bambino non si decidesse mai?!

Chiaramente deve essere aiutato. Da chi? Il genitore ha di sicuro il ruolo di osservatore (nel senso che presterà attenzione a comportamenti del bambino che siano indice del fatto che si presume sia "pronto") e contemporaneamente assume il suo ruolo di "guida educativa" sostenendo, incoraggiando, orientando il bambino nel percorso verso la conquista di una maggiore autonomia.

Non ritardare troppo quindi l'avvio dell'operazione "pannolino" e non diluirla troppo nel tempo ma nemmeno anticiparla eccessivamente intraprendendo una sorta di "addestramento" (Elimination Communication o IPT Infant Potty Training) più che un'educazione al vasino.

L'educazione al vasino implica che il bambino non solo raggiunga l'obiettivo di imparare a fare la cacca e la pipì nel water ma venga coinvolto nel processo che è di crescita, anche in auto-consapevolezza.

Ma allora, a che età iniziare?

Di solito l'iter dell'addio al pannolino viene intrapreso dalle famiglie più o meno tra i 18 e i 24 mesi del bambino, in una fase della crescita in cui il piccolo può assumere in maniera "attiva" il ruolo da "protagonista" che gli compete.



Viene avviato anche prima magari in maniera "giocosa" (Deny, 2012) e facendo prendere "familiarità" con la questione (fare pipì nel secchiello al mare, fare pipì come il papà/la mamma, fare pipì come il pupazzo preferito, fare pipì sui fiorellini...).

Al fine di individuare il momento più consono si possono intercettare alcuni "segnali" del bambino in grado di far pensare che sia "pronto" e potenzialmente collaborativo (Brazelton e Sparrow, 2004).

Quali sono i "segnali giusti"? Vediamoli assieme.

- quando si cambia il pannolino dopo il sonnello del pomeriggio è praticamente quasi asciutto;
- il bambino inizia ad identificare e verbalizza lo stimolo «mi scappa la pipì/la cacca»;
- il bambino dimostra interesse per fare la pipì (spesso per imitazione di fratelli/sorelle maggiori, cugini, amichetti...);

- il piccolo è in grado di stare seduto da solo sul water (magari poggiando i piedi su un rialzo);
- il bambino è infastidito dalla sensazione di pannolino bagnato e chiede di essere cambiato o di «togliere il pannolino»;
- al momento del cambio il bambino non vorrebbe mettersi il pannolino;
- il bambino è capace di tirarsi giù e su da solo le mutandine o può imparare.

Non è necessario che ci siano tutti quanti questi aspetti ma in caso fossero tutti presenti allora è proprio il momento di partire! Allora i bambini sono "pronti"... via?



Attenzione!

Mamma e papà sono pronti?

Mamma e papà sono “pronti”?



Anche mamma e papà devono essere “pronti” al momento del passaggio dal pannolino al vasino.

Quando infatti i genitori sono convinti della necessità e dell’opportunità del nuovo traguardo si pongono l’obiettivo educativo di accompagnare il bambino.

Così facendo aiutano il figlio a fare da solo “senza sentirsi solo”, infondendogli sicurezza e trasmettendogli il seguente messaggio: «E’ una tappa della crescita, riuscirai anche tu!». Evitiamo quindi di farci prendere da dubbi e insicurezze di fronte a comprensibili tentennamenti del bambino (o di cadere nella “trappola” di fare controproducenti confronti tra bambini ascoltando il racconto di esperienze di altri...).

Magari pensando che tutto debba risolversi nei tempi che abbiamo stabilito e senza lacrime (Panthley, 2014), incorriamo nel rischio di confondere il bambino in quanto, volenti o nolenti, il piccolo coglie se ci allarmiamo e meditiamo di "tornare indietro"...

Se decidiamo di rimettere il pannolino dopo aver tentato di toglierlo è necessario aver valutato bene la situazione perché potrebbe indurre il bambino a pensare che "se si insiste, prima o poi, il pannolino rispunta fuori". Per qualcuno (piccoli ma a volte anche adulti) il pannolino potrebbe rappresentare una comodità a cui si fa fatica a rinunciare!

Se un bambino dimostrasse qualche fatica (come è ragionevole che accada quando si smette una situazione nota, collaudata e rassicurante) il genitore con calma e pazienza dovrebbe sostenerlo soprattutto dal punto di vista psicologico, incoraggiando e sdrammatizzando le situazioni di "incidente di percorso"...

Il momento dell'addio al pannolino dovrebbe essere vissuto come un passaggio «naturale» senza esagerare in lodi, evitando i premi e soprattutto le punizioni e le sgridate.

Ma allora, in sintesi, quali accorgimenti avere?

Opportuni accorgimenti

Si possono prevedere anche dal punto di vista "organizzativo" degli accorgimenti. Vediamone assieme alcuni:

- preferibilmente iniziare il processo in estate (meno indumenti, più tempo a disposizione) o potendo contare su almeno alcuni giorni di seguito in casa (es. il fine settimana);
- scegliere insieme le mutandine, ecc.
- evitare di stare troppo a lungo su vasino o water, magari valutare l'idea di un libretto da leggere... ma che sia breve;

- se solitamente è regolare, provare ad intercettare il bioritmo e capire quando potrebbe essere più o meno il momento... con probabilità appena alzato, prima di andare a letto, dopo i pasti;
- far compagnia (in silenzio) al bambino durante i primi tentativi;
- dicevamo di non esagerare con le lodi... Sottolineare magari l'accaduto verbalizzando le azioni per creare e rafforzare il "rituale": «Ecco fatto, ok adesso ci puliamo e tiriamo l'acqua, poi andiamo a giocare».
- evitare di insistere nel chiedere se scappa la pipì o "Andiamo in bagno?" e/o "Ti va di andare in bagno?" (diamo per scontato infatti che si va, al più si sceglie se andarci passeggiando o di corsa...);
- cercare di essere costanti e coerenti: stop al pannolino è stop. Preferibilmente no al pannolino anche per andare a dormire optando per un telo cerato, se possibile.

- rimandare i viaggi lunghi a quando il controllo della cacca-pipì sarà meglio gestito, portando con sé sempre almeno un cambio nei primi momenti;
- avvisare e concordare il passaggio dal pannolino al vasino/water con educatori di nido, babysitter, nonni... ovvero tutti gli "alleati nella crescita" (Milani P., 2008) in modo da portare avanti assieme il processo;
- se possibile, passare direttamente dal pannolino alla mutandina di stoffa piuttosto che al «pannolino-mutandina» (per inviare fin da subito al bambino un messaggio chiaro e definitivo);
- evitare di iniziare il processo se in casa si vivono altri



cambiamenti in contemporanea come per esempio addio al ciuccio, arrivo di un fratellino/sorellina, separazione dei genitori, trasloco, ecc.

“Incidenti di percorso”



Prevedibile che capitino “incidenti di percorso” a cui far fronte senza pensare che il bambino “l’abbia fatto per farci arrabbiare, per dispetto, ecc.”.

È necessario in ogni caso metterli in conto come normale evoluzione del processo.

Assorto in un gioco, “catturato” dal fascino della tv, concentrato su altro, il bambino potrebbe perdere “il momento giusto” per fare la pipì in bagno.

Se ciò dovesse avvenire l’adulto, con in mente l’obiettivo di aiutare il piccolo a trovare la sicurezza per affrontare la sfida della pipì, si esprimerà cercando di verbalizzare i fatti senza commenti, giudizi, ricatti, sgridate, ecc.

«Ah, questa volta ti è scappata! Può succedere. Vediamo se la prossima volta riesci a sentire che ti scappa e a farla in bagno».

Oppure: «Facciamo come l'altra volta, ti ricordi che sei riuscito a fare la pipì nel water»; «Mamma, papà, ecc. hanno imparato a fare la pipì da soli nel water, adesso anche tu puoi imparare a fare da solo».



A volte può avvenire che i bambini, in concomitanza con l'esperienza di situazioni nuove e significative, anche dopo aver raggiunto da un po' il controllo sfinterico, tornino a "farsi scappare la pipì" o a non voler fare la cacca a scuola, dai nonni, ecc.

Alcuni vissuti legati per esempio all'ambientamento alla scuola dell'infanzia ma anche alla scuola primaria, a modifiche nella composizione familiare (nascita di un fratellino, ansia da separazione, trasloco, ecc.) potrebbero venire espressi tornando a fare "pipì nel letto".

Niente paura! Anche in questo caso è bene munirsi di pazienza e confidare nelle risorse del bambino che necessita di più o meno tempo.



Importante è non drammatizzare, puntando invece a rassicurare lanciando il messaggio che “passerà, si risolverà”.

“Fare da soli” senza sentirsi soli...

In questa fase, come del resto nelle diverse tappe di cambiamento che la crescita di per sé comporta, il bambino potrebbe esprimersi con comportamenti verbali e non verbali.



Utilizziamo perciò pochi discorsi e ragionamenti con il bambino e prestiamo attenzione invece a ciò che ci dice

a parole e con le sue reazioni. Alcune frasi infatti potrebbero parlare di una certa dose di "ansia da prestazione" da parte sua.

Per esempio:

- Non riesco, non sono capace
- Non voglio, non mi va
- Non mi piace
- Ho paura
- Ho male
- Ma io sono piccolo
- Non mi scappa mai
- Dove va la mia cacca?

L'adulto cerca di rassicurare il bambino sul fatto che "la sua cacca va assieme a quelle di mamma e papà, dei fratelli/sorelle, ecc."

Se possibile, non soffermiamoci e non utilizziamo aggettivi per descrivere la cacca!

Il messaggio è che «la cacca e la pipì si fanno in bagno» e quando scappa si va (mi raccomando evitare come la peste la tentazione di portare il vasino fuori dal bagno in modo che in un modo o nell'altro faccia la pipì!).

Il tentativo è quello di far capire al bambino che ci sono altri modi per fare delle cose belle assieme, per stare assieme: "Mi pare che ti piaccia che io ti lavi/ ti pulisca/ passi qui il tempo con te. In bagno si fa la cacca, possiamo fare altro assieme: vieni che andiamo a giocare in salotto/fare un giro al parco/ prendere un gelato, ecc.".

Se dice che «ha paura del water» che ha «male alla pancia» potrebbe in realtà voler significare «Non so se riuscirò a fare questa cosa che mi chiedono, sono piccolo».

E' produttivo allora aiutarlo provando a dare un nome ai suoi vissuti e rassicurandolo sul fatto che riuscirà.

«Forse fai fatica e vorresti continuare con il pannolino. Magari ti sembra difficile fare la cacca nel water.

A volte, quando pensiamo di non riuscire in una cosa ci viene il mal di pancia».



Se il bambino ci guarda e dice con un sorrisetto "Adesso la faccio qui!" poi la fa per casa e prova a sguazzarci dentro è molto probabile che la questione riguardi l'addio al pannolino ma anche altro.

Potremmo essere caduti in una "trappola relazionale" e rischiare di andare incontro al cosiddetto effetto "pulsante": "io faccio così e guarda cosa riesco a scatenare in mamma e papà?!" Oppure: "Vediamo un po' fino a quanto e fino a quando posso fare come voglio io...".

La situazione - che in genere mette a dura prova i nervi dell'adulto che magari ha ripetuto per l'ottantesima volta con pazienza e gentilezza che "la pipì si fa in bagno"! - ci dice che c'è necessità di fare chiarezza e aiutare il bambino a "ritornare" dentro salutarì "argini/confini"...

Come fare per provare a trovare la "via" che fa al caso nostro e intervenire in maniera efficace?

Come uscire da certi "meccanismi" che ci intrappolano?

Come far rispettare la regola assumendo il ruolo di guida educativa che compete all'adulto?

Alcuni spunti, riflessioni ed esempi per tentare di trovare la risposta che faccia al caso nostro e del nostro bambino possono provenire dalla lettura di altri Quaderni tematici e, in particolare, di "Regole e capricci"

... buona continuazione!





ADDIO AL PANNOLINO: AIUTAMI A FARE DA SOLO!

I bambini vengono aiutati ad acquisire maggiore consapevolezza di sé, del proprio corpo e delle proprie capacità anche grazie al passaggio dall'uso del pannolino all'utilizzo del water per fare la cacca e la pipì! In questo processo che non è quindi meramente "addestrativo" ma soprattutto "educativo" l'adulto accompagna il bambino assumendo l'atteggiamento di colui che incoraggia la spinta all'autonomia, rassicura e, in caso, accoglie eventuali timori del bambino legati al cambiamento.

Alcuni comportamenti del bambino possono far capire al genitore che forse è arrivato il momento di dire "addio al pannolino" ovvero che si è pronti per intraprendere la sfida, ma i genitori sono pronti?

IL MOMENTO GIUSTO!?

Accanto agli opportuni "segnali" da parte del bambino che ci fanno capire che è il "momento giusto" la condizione fondamentale per togliere il pannolino è che l'adulto sia convinto e deciso che è ora! Perciò è necessario armarsi di pazienza e di rispetto, magari aiutando il processo con alcuni accorgimenti anche organizzativi.

FARE DA SOLI SENZA SENTIRSI SOLI...

Lo sforzo del genitore sarà quello di aiutare il bambino a fare da solo senza che abbia la sensazione di sentirsi solo.

Potrebbe avere infatti bisogno di comprendere come gestire alcuni vissuti (ansia da prestazione, timori, poca voglia di affrontare il cambiamento, ecc.).

Infatti, anche se il passaggio dal pannolino al vasino/water di per sé è un fatto alla portata di tutti, in alcuni casi potrebbero essere necessari un pizzico di attenzione in più e una dose di pazienza extra. In queste situazioni drizziamo le antenne e rimaniamo sintonizzati sul nostro bambino, su ciò che dice e su ciò che fa per ricercare la maniera più opportuna per aiutarlo a perseguire anche questo traguardo!



Boucke L., *Senza pannolino. Come educare al vasino sin dai primi mesi di vita*, Terra Nuova, 2006.

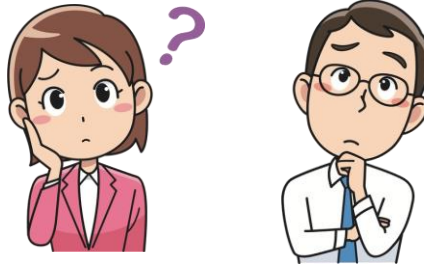
Brazelton T.B., Sparrow J. D., *Il tuo bambino e... il vasino. Una guida autorevole per insegnare a vostro figlio la pulizia e l'igiene*, Cortina, 2004.

Dal Prà E., *Via il pannolino! Come dire l'addio al pannolino in una prospettiva educativa, etica ed ecologica*, Il leone verde, 2011.

Deny M., *Addio pannolino! Consigli e astuzie nel quotidiano*, Il Castello, 2012.

Milani P., *Co-educare I bambini*, Pensa Multimedia, 2008.

Panthley E., *Pannolino... addio! Il metodo naturale e senza lacrime*, RED, 2014.



La lettura del Quaderno tematico
ti ha lasciato perplesso
e vorresti portare alcuni dubbi

legati al ruolo educativo e alla crescita dei tuoi figli?

A questo proposito, il Servizio di Progettazione Educativa fornisce un servizio *gratuito* di *consulenza educativa personalizzata*.

Contatta direttamente la pedagoga, dott.ssa Elena Pegoraro, per concordare giorno e orario del colloquio dedicato *anche on line!*

Cell: 3454365032

E-mail: elena.pegoraro@comune.venezia.it

Cogli questa opportunità





ZEROSEI | **Quaderni Tematici** del Servizio di Progettazione Educativa
