

## Bleieslutt i barnehagen

En liten informasjonsbrosjyre for å gjøre bleieslutt bedre for barnet, dere som foreldre og oss som ansatte.

Når dere planlegger bleieslutt i heimen, eller barnet begynner å vise interesse for å bruke do eller potte; fortell oss det! Det beste er om vi kan jobbe sammen om dette. Det er ikke det samme å gå på do hjemme som i barnehagen. Selve rommet er annerledes og det er settingen rundt også. Vi opplever ofte at barna må ha litt tid til å bli trygg på å gå på do i barnehagen. Selv om barnet er tørt hjemme, kan det ta litt mer tid før det er klart i barnehagen. Her er det mye som skjer og vi har ikke samme kapasitet til å følge opp som hjemme. Vi er også ute på turer med utedo – det kan være litt skummelt de første gangene ;)

### *Hva gjør vi i barnehagen:*

Vi har faste do-tider før vi går på tur, før eller etter lunsj og ved ettermiddagsmaten. I perioder med mye bleieslutt blir det gjerne lagt inn en ekstra runde på ettermiddagen også. Vi oppmuntrer barna til å prøve seg på do når vi oppfatter at de er klare for det. Vi bruker gjerne litt

klistremerker eller lignende i bleiesluttperioden, gjør litt stas på barna når de får det til. Vi prøver å skape trygghet ved dobesøkene ved å være tilstede og sikre at de får være i fred om de ønsker det.

### *Tegn på at barnet kan være klar for bleieslutt:*

- Kan ha tørre bleier etter tre-fire timer (tyder på god blærekontroll)
- Tisser ganske mye på en gang (ikke småtissing hele tiden)
- Misliker følelsen av våt eller skitten bleie
- Viser interesse for å sitte på potte eller doring, eller syns det er spennende å se andre sitte på do
- Syns det er stas å ha på underbukse
- Viser tydelig fysisk eller verbalt når det bæsjer (sitter på huk, lager lyd eller sier ifra)
- Ønsker å bli mer selvstendig ("klare sjøl!")

Den viktigste forutsetningen er likevel at barnet lærer å tolke kroppens signaler i forkant. At det kjenner at det må tisse eller bæsje, og klarer å si ifra. Dette kommer ofte gradvis og trenes opp. Noen begynner med dette i 1,5-2 årsalder, mens andre ikke er klare før i 3-4 årsalderen. Det

er viktig at dette ikke stresses! Barnet må få oppleve mestring, ikke mas og frustrasjon fordi det ikke får det til. Noen ganger går dette fort og greit, andre ganger tar det lengre tid. Det er ikke uvanlig med perioder der det blir litt uhell igjen – enten fordi barnet glemmer seg bort i leken eller på grunn av endringer som for eksempel småsøsken eller bytte av avdeling i barnehagen. Ha alltid godt med skift i barnehagen, slik at ikke barnet opplever nederlaget ved uhellet større enn nødvendig fordi det ikke har tørre klær.

Opplever dere at bleiesluttet i barnehagen er vanskelig, eller dere oppfatter en uenighet; ta kontakt med oss med en gang. Det er ikke godt som foreldre å føle at barnehagen ikke følger opp det en har jobbet med. Det er heller ikke godt for de ansatte å se barn som opplever stort nederlag fordi de har hatt uhell i barnehagen. Vi vet at forventningene noen ganger er litt ulike, og hverdagen i barnehagen er veldig ulik deres hverdag hjemme – derfor har vi god erfaring med å snakke sammen så finner vi en god løsning for både små og store. Vi har også hatt god erfaring med å snakke med helsestasjonen når bleiesluttet har blitt utfordrende.