

## **Albanese vertaling uit het Nederlands van Zindelijkheid positief ondersteunen**

### **Trajnimi i femijës për të përdorur tualetin**

Përdorimi i uturakut është një hap i rëndësishëm për fëmijën. Ju mund t'a ndihmoni së bashku me çerdhen ku shkon, gjyshërit, ... Qëllimi është të fillohet në momentin e duhur në mënyrë të qetë. Fëmijët fillojnë të përdorin uturakun në kohë të ndyshme: ndërkohë që një fëmijë nuk mban pampers që në moshën 2 vjeçare dikujt i zgjat deri në moshën 4 vjeçare. Pothuajse të gjithë 4 vjeçarët nuk mbajnë pampers gjatë ditës për urinën dhe natën dhe ditën për jashtëqitje. Pothuaj të gjithë pesë vjeçarët përdorin uturakun si ditën dhe natën për urinën.

Fëmija është i pastër kur:

- Kupton se duhet të bëjë çizin dhe nevojën në uturak.
- Ndjen se duhet të bëjë çizin dhe nevojën dhe e mban derisa ulet në uturak apo tualet.
- Do të bashkëpunojë.

### **Hapat që duhen ndjekur gjatë ditës**

#### **Hapi 1: Fillo herët**

Kur ndërron pampersin e bebes apo kur vë re se famija po bën çizin apo nevojën tregoi se çfarë po ndodh. Në këtë mënyrë ndihmon fëmijën të kuptojë se çfarë po ndodh. Pipi dhe nevoja janë nevoja ditore dhe nuk janë të pista.

#### **Hapi 2: Përgatitja dhe të mësuarit e uturakut**

Bli një uturak dhe merre në shtëpi me qëllim që fëmija të luajë me të. Bisedo mbi uturakun dhe merre ndonjëherë fëmijën në tualet. Me hapin 2 mund të fillohet rreth moshës 18 muajshe apo kur sheh sa fëmija tregon interes (shih sinjalet e maturitetit për të përdorur uturakun).

#### **Hapi 3: Përdorimi i rregullt i uturakut**

Uturakun mund ta përdorësh në momente të caktuara të ditës si psh pas zgjimit, pas ushqimit, para gjumit dhe kur fëmija e kërkon vetë diçka të tillë. Duke përdorur rutinën fëmija do të ketë më të lehtë të bashkëpunojë. Mund t'ia ofrosh uturakun dhe kur vë re se fëmija do të bëjë çizin apo nevojën.

Mund të fillosh me këtë hap nëse shikon shenja tek fëmija (shikon disa sinjale të qarta maturiteti) ose nga moshja 2 vjeçare.

#### **Hapi 4: Heqja e pampersit**

Nëse pampersi i fëmijës tuaj është i thatë për periudha të gjata (2 orë) apo nëse mendon se fëmija juaj është gati mund t'ia heqësh pampersin. Bisedo me çerdhen dhe këshillohuni me njëri tjetrin. Zgjidh një moment kur ke mundësi ta ndjekësh famijën në këtë rutinë për disa ditë.

#### **Pastërtia gjatë natës**

Fëmija fillon të mos laget gjatë natës vetvetiu. Këtu nuk mund të bësh shumë. Bëhet fjalë sidomos për maturitetin e fëmijës. Nëse vë re se në mëngjes fëmija ka rregullisht pampers të thatë atëherë mund të heqësh fare pampersin. Pampersat e lagur nuk janë të pazakonshëm deri 7 vjeç.

#### **Lista: Sinjalet e maturisë**

TË KUPTUARIT: Fëmija juaj është në gjendje të ...

0 vendosë objekte të ndryshme aty ku e kanë vendin, p.sh kubet në kuti.

Kupton se: çiqi dhe nevoja duhet të bëhen në uturak.

0 kupton gjuhën në mënyrë të mjaftueshme dhe është në gjendje të ndjekë udhëzime të thjeshta.

Kupton komandën: 'Hajde, do ulemi në uturak'.

0 është në gjendje 'të tregojë' apo të ndërpresë lojën. Është i vetëdijshëm se ka bërë apo po bën diçka në pampers.

0 nuk i pëlqen pampersi i pisët apo i lagur.\*

**ËSHTË NË GJENDJE:** Fëmija juaj është në gjendje të ...

0 rregullisht të ketë pampers të thatë për një kohë të gjatë, psh pas gjumit të pasdites pampersi është akoma i thatë.

0 tregojë se duhet të bëjë çiqin apo nevojën.

0 të ecë vetë, ulet dhe ngrihet vetë.

0 është në gjendje të ulë e të ngrëjë mbathjet, vetë apo me ndihme.

**DO:** Fëmija juaj do ...

0 të heqë pampersin e lagur apo të pisët sa më shpejt të jetë e mundur, sepse e bezdis. \*

0 të dijë çfarë ndodh në uturak apo tualet, është kureshtar.

0 të bashkëpunojë, ka unin e tij (ndonjëherë do të thotë 'jo').

\* Nga cilësia e pampersave të sotëm pampersi i lagur nuk është shumë i bezdisshëm dhe kjo e bën këtë sinjal jo shumë të qartë.

### **Ke nevojë për më shumë informata, këshilla apo ndihmë?**

- Bisedo me infermierën, mjekun apo këshilluesin e familjes, ose kërko të bisedosh me një punonjës të Kind en Gezin (Familja dhe Fëmija), i cili ka arsimin përkatës për këshilla pedagogjike.
- Merr në telefon Kind en Gezin (078 150 100)
- Viziton faqen tonë ueb [kindengezin.be/ontwikkeling/zindelijkheid](http://kindengezin.be/ontwikkeling/zindelijkheid)

**Kind & Gezin**