

Dal pannolino al vasino: 10 cose da non fare

Tra il **2° e 3° anno di vita** è consigliabile iniziare l'educazione all'evacuazione/trattenimento delle urine e delle feci, **non prima**, perché lo sviluppo neurologico del controllo sfinterico non è ancora completo; lo sarà dopo lo sviluppo dei nervi della muscolatura volontaria.

Lo sviluppo neurologico si accompagna al **cambiamento psicologico**. Il bambino si impegna ad educare i propri sfinteri e, da un ruolo passivo, passa a rivestire un ruolo attivo, dal pannolino passa alla mutandina. In questa fase di apprendimento del controllo sfinterico, il bambino appare maggiormente coinvolto nel rapporto con l'ambiente. Prima di questo processo, il bambino faceva la pipì e la cacca nel pannolino ed un adulto si preoccupava di cambiarlo. Adesso è **il bambino che acquisisce il potere di controllare**, ovvero il potere **di trattenere ed espellere, di tenere per sé o dare o regalare**.



La fase dello spannolinamento rappresenta per il bambino un **momento di confusione**: l'adulto che si occupa dell'educazione sfinterica è contento quando il bambino evacua nel vasino, poi però butta via questo "prodotto" nel water. In altre parole, il bambino offre un dono con amore, l'adulto si complimenta col bambino, né è fiero e poi si disfa di questo dono così tanto apprezzato gettandolo nel water e tirando l'acqua, perché la cacca è sporca e puzza. Ma per il bambino la cacca rappresenta una sua creazione e il bambino ne apprezza tutte le sue componenti: odore, colore, forma.

Comportamenti da evitare per un corretto spannolinamento:

1. **Non abbiate fretta** e assecondate le tempistiche del bambino.
2. **Non fate passi indietro**: togliere, mettere, togliere di nuovo il pannolino da un lato manda il bambino in confusione, dall'altro mostra un genitore che non sa bene cosa fare, insicuro, incoerente, soggetto a cedimenti.
3. **L'educazione del controllo sfinterico non deve protrarsi a lungo nel tempo** (bisogna trovare il giusto equilibrio tra il non avere fretta del punto 1 e il non metterci troppo tempo). Se dopo il sonnellino pomeridiano, trovate, per alcuni giorni di seguito, il pannolino asciutto non esitate a toglierlo se ritenete che il bambino abbia acquisito la competenza di stare senza. Idem, al mattino dopo la nanna notturna. Però, mi raccomando di apportare questi cambiamenti migliorativi se pensate che il bambino sia in grado di stare senza, altrimenti aspettate ancora un po' per non creare confusione (per non togliere e mettere come specificato al punto 2).
4. **Non sovrapponetevi i cambiamenti**: non decidete di togliere il pannolino in concomitanza con la nascita del fratellino, l'inserimento a scuola o quant'altro. Questo vale anche quando bisogna apportare dei cambiamenti per la buona riuscita della fase dello spannolinamento. Per esempio, se il bambino è abituato a bere prima del riposino pomeridiano o della nanna è bene anticipare

- l'assunzione dei liquidi, in modo tale che quando il bambino toglierà il pannolino, avrà la possibilità di urinare prima di andare a dormire.
5. **Non accompagnatelo in bagno ogni ½ ora o 1 ora**, potrebbe essere controproducente e portare bambino e genitore allo sfinimento.
 6. Se ve lo chiede, **non negate al bambino la vostra vicinanza e non mettetegli fretta durante l'evacuazione.**
 7. **Se il bambino mostra interesse per le sue "creazioni"**, assecondatelo, **non abbiate fretta di gettarle via**, salutatele prima di tirare l'acqua. E se dimostra particolare interesse verso le sue feci al punto di desiderare di manipolarle, non mostrate disgusto e offritegli della plastilina da maneggiare.
 8. **Evitate atteggiamenti colpevolizzanti, autoritari, punizioni, richiami, giudizi e derisioni.**
 9. Non scoraggiatevi di fronte agli incidenti di percorso, **non umiliate il bambino**, ma rassicuratelo e dategli che non è la fine del mondo, e che qualche incidente di percorso è successo anche a noi.
 10. Termino con alcune frasi che ho sentito pronunciare ad alcuni genitori, nel corso della mia esperienza, e da **non dire mai**: "Sei grande e il pannolino non devi usarlo più", oppure "Sei l'unico ad usare il pannolino, i tuoi amichetti non ce l'hanno più", "Così non diventi grande", perché carichereste il bambino di un'ansia eccessiva.
 11. Naturalmente, **questi suggerimenti vanno adattati alle esigenze della famiglia e alle richieste e capacità del bambino.** L'adulto che intraprende questa avventura col bambino deve mostrare **capacità empatica** che consiste nel "**sentire dentro**", nell'**ascoltare se stesso e il bambino.**
 12. In ultima analisi, ciò che è veramente importante e determinante è **la modalità di interazione emotiva genitore/bambino**, che **deve essere accogliente, capace di creare un ambiente calmo e sereno** al fine di favorire l'acquisizione del controllo sfinterico.

Bibliografia

E. Canestrari (1990), [Psicologia generale dello sviluppo](#), II vol., Ed. C.L.U.E.B., Bologna;
I.M. Josselyn (1976), [Lo sviluppo psico-sociale del fanciullo](#) (Rivista Bimestrale "Psicologia Contemporanea" n° 13, Ed. Giunti Barbera, Firenze);
G Trombini (1998), [Introduzione alla clinica psicologica](#), Ed Zanichelli, Bologna.



Cristina Montanaro

La dott.ssa Cristina Montanaro, psicologa e psicoterapeuta, svolge interventi di psicodiagnosi, sostegno, psicoterapia per disagi del bambino, dell'adolescente, dell'adulto e dei genitori. Riceve su appuntamento a Torino (zona Crocetta), a Chivasso (vicino alla stazione ferroviaria) e a Monteu Da Po, tel. 339/2566087. Si può richiedere una consulenza privata tramite skype o telefono