

# RACCOLTA DEI MATERIALI DI SUPPORTO



**MARTA CONTRO IL  
BAGNO**

Questo documento contiene materiali di supporto rivolti ai familiari e ai professionisti per lavorare in situazioni simili a quelle descritte nel libro "Marta contro il bagno". Questi materiali includono, ad esempio, informazioni su strategie e tecniche, linee guida, storie sociali e pittogrammi.

## Indice

<b>1. STRATEGIE PER LA STIMOLAZIONE TATTILE</b>	<b>3</b>
<b>2. LINEE GUIDA PER APPROSSIMARE E MODELLARE IL COMPORTAMENTO</b>	<b>5</b>
<b>3. LINEE GUIDA FISICHE PER FAVORIRE IL PROCESSO DI DEFECAZIONE</b>	<b>6</b>
<b>4. L'ANTICIPAZIONE</b>	<b>8</b>
4.1. L'ANTICIPAZIONE DELLA RIMOZIONE DEL PANNOLINO	8
4.2. LE STORIE SOCIALI	8
<b>5. LA TOKEN ECONOMY</b>	<b>9</b>
<b>6. IL CONTROLLO SFINTERICO</b>	<b>11</b>
<b>7. STRATEGIE PER AFFRONTARE L'INSICUREZZA</b>	<b>13</b>
<b>8. STRATEGIE DI GESTIONE PER L'ADULTO DI RIFERIMENTO</b>	<b>14</b>
<b>ALLEGATO 1A: STORIA SOCIALE PER LA DEFECAZIONE DEL BAMBINO</b>	<b>16</b>
<b>ALLEGATO 1B: STORIA SOCIALE PER LA DEFECAZIONE DELLA BAMBINA</b>	<b>18</b>
<b>ALLEGATO 2: STORIA SOCIALE PER LAVARE LE MANI</b>	<b>20</b>
<b>ALLEGATO 3: CARTELLONE CIAO CIAO PANNOLINO</b>	<b>21</b>
<b>ALLEGATO 4: CARTELLONE PER LA ECONOMY PANEL</b>	<b>25</b>
<b>ALLEGATO 5: REGISTRO DEL PANNOLINO ASCIUTTO-BAGNATO</b>	<b>28</b>
<b>ALLEGATO 6: REGISTRO DEL CONTROLLO SFINTERICO</b>	<b>30</b>



---

## 1. STRATEGIE PER LA STIMOLAZIONE TATTILE

Di seguito vengono riportate alcune attività che possono essere svolte per aumentare l'accettazione della stimolazione tattile.

- **Durante o dopo l'ora del bagno:**

- Approfittare del momento del bagno per strofinare delicatamente la pelle con spugne diverse, più morbide o più ruvide.
- Usare asciugamani con trame diverse per asciugare il corpo. È preferibile asciugare il bambino attraverso piccoli tocchi, applicando una leggera pressione, piuttosto che strofinare intensamente.
- A questo punto, aggiungere strategie per l'acconciatura e l'asciugatura dei capelli.
- Dopo il bagno, se tollerato, effettuare un massaggio rilassante. Preferibilmente applicando una leggera pressione ai movimenti, evitando inizialmente il solletico.

- **Durante i pasti:**

- Creare semplici ricette con impasti, gelatina, carne macinata, besciamella, uova, frutta o creme spalmabili; ad esempio, impasto pasta per pizza, pane, biscotti, polpette, crocchette, gnocchi, spiedini di frutta, panini, ecc.
- Permettere momenti di sperimentazione con il cibo: mangiare con le mani, preparare ricette immaginarie mescolando cibi, ecc.

- **Nel gioco:**

- Nascondere piccoli giocattoli in un contenitore con riso, pasta, lenticchie o simili, e giocare a cercarli. Se il contenitore è grande, sarà possibile utilizzare anche i piedi. È anche possibile utilizzare una piscina gonfiabile, che consente di sperimentare tutto il corpo.
- Dipingere con la schiuma da barba o pittura per le dita, usando mani e piedi, o dipingendo il corpo. Sono disponibili in commercio le vernici testurizzate, che possono anche essere realizzate in casa, aggiungendo alla vernice, sempre sotto supervisione, prodotti sicuri per la pelle, come sabbia, segatura, sale, ecc. Un'altra possibilità è quella di utilizzare pennelli o spugne con diverse trame per applicare la vernice.
- Giocare con plastilina, sabbia cinetica, melma, pasta da modellistica, argilla, sfere di polistirolo o materiali simili presenti sul mercato. Ognuno di questi elementi fornisce una nuova consistenza e la possibilità di sperimentare con essa, collegando queste consistenze a momenti divertenti. Inoltre, è possibile trovare molti tutorial su come creare alcuni di questi materiali, in questo modo può diventare un momento di gioco di famiglia molto divertente, in cui il bambino è maggiormente coinvolto, che porta a una maggiore esposizione alle consistenze e favorisce l'accettazione del prodotto finale.



- 
- Creare un pannello sensoriale e inserire diverse trame con cui il bambino è familiare, ad esempio: cotone, spugna per piatti, stoffa, rete, gomma, alluminio, carta vetrata, cartone, ecc. Si può giocare a toccare le diverse trame, sia con le mani che con i piedi e descriverle. In questo modo, si incoraggia anche l'apprendimento di concetti basilari.

Realizzare un sacco o una borsa ponendo all'interno diverse trame, insieme ad oggetti, e giocare a indovinare quale oggetto è prima di toglierlo dalla borsa.

- **Al parco:**

Giocare con sabbia, fango, erba, foglie e altri elementi naturali disponibili in tale contesto.

- Esistono palloni con trame diverse, con i quali può essere divertente giocare.

### **A LIVELLO GENERALE:**

- Essere consapevoli dei segnali. Se il bambino mostra segni di alterazione, considerare di svolgere qualche attività che implichi forza o pressione, come saltare o correre.
- È importante NON forzare il bambino a svolgere le attività proposte, tutto deve essere progressivo, rispettando i tempi e le tolleranze del bambino.



---

## 2. LINEE GUIDA PER APPROSSIMARE E MODELLARE IL COMPORTAMENTO

Quando si vuole che i bambini adattino il loro comportamento a una situazione che non hanno mai sperimentato prima, gli adulti devono avere alcune idee chiare su come farlo.

Prima di tutto, è necessario essere consapevoli del fatto che per raggiungere un obiettivo comportamentale, è necessario lavorare gradualmente, poco alla volta. Questo modo di lavorare viene chiamato approssimazione e, come indica la parola, ci si avvicina al comportamento desiderato passo dopo passo, in modo graduale.

Per fare questo, innanzitutto è necessario considerare quali passaggi implementare per raggiungere l'obiettivo finale. Bisogna prendere in considerazione che ogni passo è importante quanto qualsiasi altro e deve essere rafforzato quando viene raggiunto. In altre parole, ogni passaggio raggiunto (equivalente a un obiettivo più piccolo) verrà elogiato e il bambino verrà apprezzato per averlo raggiunto.

È importante predisporre una pianificazione dei passaggi personalizzata per ogni singolo bambino, in base al livello di difficoltà del nuovo comportamento. Ad esempio, se si tratta di un comportamento che il bambino non ha mai eseguito e non ha mai visto, sarà più complesso da raggiungere rispetto ad uno che è stato visto o raggiunto in un altro contesto e che si vuole traslare ad altre situazioni.

Nella presente storia, il primo passo è entrare nel bagno e sedersi, ogni tanto, sul WC, un obiettivo che viene apprezzato e rafforzato con un adesivo. Questo è solo un esempio, se il bambino andasse in bagno e si sedesse sul WC in modo incostante, quando lo fa, per rinforzare il comportamento, potrebbe essere premiato con un adesivo. Se il bambino, invece, avesse difficoltà sensibilmente maggiori a sedersi sul WC, il primo obiettivo da raggiungere sarebbe semplicemente l'andare in bagno.

Prima di passare allo step successivo, è importante aver acquisito i passaggi più semplici. Anche se si pensa che il bambino sia pronto, è possibile commettere l'errore di aggiungere troppe informazioni ai progressi compiuti e portando così a una regressione, perdendo così ciò che è stato appreso.

Per capire quando introdurre il passo successivo, è necessario valutare la reazione del bambino osservando il suo comportamento, se evita di svolgere il compito, se si mostra stressato o se compaiono segni di insicurezza: ritirarsi in se stesso, guardare l'adulto con un'espressione spaventata o essere sospettoso di quanto si sta facendo.

Per registrare i progressi, per ogni tentativo di raggiungimento di uno step si può segnare "lo fa", "in processo" e "non lo fa". E una volta che in una attività si registrerà sempre "lo fa", si potrà passare allo step successivo.



### 3. LINEE GUIDA FISICHE PER FAVORIRE IL PROCESSO DI DEFECAZIONE

Sebbene la protagonista della storia, Marta, presenti difficoltà ad andare in bagno legate soprattutto a cause di natura psicologica, di seguito vengono riportate diverse strategie che facilitano la digestione e la gestione del tempo per andare in bagno.

Le strategie comprendono:

- Seguire una dieta equilibrata e bere abbastanza acqua aiuta a mantenere una buona salute digestiva, a rendere morbide le feci e a facilitare il loro transito attraverso il sistema digerente.
- Stabilire una routine basata sulle linee guida per l'apprendimento dell'uso del WC.
- Adottare una postura corretta: la posizione accovacciata è considerata quella più naturale per la defecazione. Si può provare ad alzare i piedi con un piccolo sgabello o usare uno sgabello per simulare questa posizione.



- Evitare tensioni eccessive: non bisogna usare una forza eccessiva durante la defecazione, poiché ciò porta inevitabilmente all'apnea, che rende il processo più difficoltoso, quindi è importante sfruttare la fase espiratoria per facilitare l'espulsione. Seguendo queste linee guida è possibile evitare eventuali emorroidi o ragadi anali. Qualora la defecazione risultasse difficoltosa, si potrebbero provare tecniche di rilassamento come la respirazione profonda o il massaggio delicato dell'addome.
- Fare attività fisica regolarmente: un'attività fisica costante stimola i movimenti intestinali e aiuta a regolare il passaggio del cibo attraverso il sistema digerente. Si consiglia di provare a fare attività fisica moderata più volte alla settimana (camminare, fare jogging, andare in bicicletta, ecc.).
- È fondamentale evitare lo stress e prendersi il proprio tempo: non bisogna avere fretta quando si va in bagno. Si consiglia di concedersi abbastanza tempo per rilassarsi ed evacuare completamente. Inoltre, lo stress e l'ansia possono avere un effetto negativo sul funzionamento del sistema digerente.

- 
- È importante non rimandare la necessità di evacuare.

Inoltre, per aiutare il processo di digestione, l'espulsione dei gas e per migliorare la stitichezza è possibile utilizzare il massaggio. Per eseguire il massaggio bisogna trovare un momento in cui il bambino sia rilassato. La posizione dovrebbe essere sdraiata sulla schiena con le ginocchia piegate e i piedi appoggiati. Di seguito vengono spiegate alcune delle manovre da eseguire:

- Mani appoggiate sull'addome: porre le mani sull'addome e iniziare ad accompagnare la respirazione del bambino, concentrando l'attenzione nell'inspirare dal naso ed espirare attraverso la bocca, notando come l'addome si gonfia.
- Mobilizzazione delle gambe: prendere i piedi del bambino ed eseguire dei movimenti, piegando le ginocchia (mantenendole alla massima flessione) ed estendendo le gambe.
- Cerchi con le mani: innanzitutto compiere dei cerchi in senso orario. Dalla gamba destra verso le costole e dalle costole verso la gamba destra.
- Cerchio e semicerchio con le mani (Sole e Luna): con una mano eseguire un cerchio completo e con l'altra un semicerchio (da sotto le costole destre al bacino sinistro).
- Manovre con la punta delle dita. Si può iniziare con la manovra del "Ti amo", così chiamata perché lo scopo è quello di "disegnare" le lettere "I", "L" (invertita) e "U" invertita, sulla pancia del bambino. Per realizzare la "I" andare da sotto le costole sinistre fino a sopra le gambe sinistre. Per eseguire la "L" invertita, iniziare da sotto le costole destre fino a sotto le costole sinistre e aggiungere la "I". Infine, per completare la "U" rovesciata, iniziare da sopra le gambe destre fino a sotto le costole destre e aggiungere la manovra precedente. Viene eseguito in questa direzione per favorire lo svuotamento seguendo la direzione dell'intestino. Un'altra manovra sarebbe "camminare" con la punta delle dita seguendo lo stesso percorso.



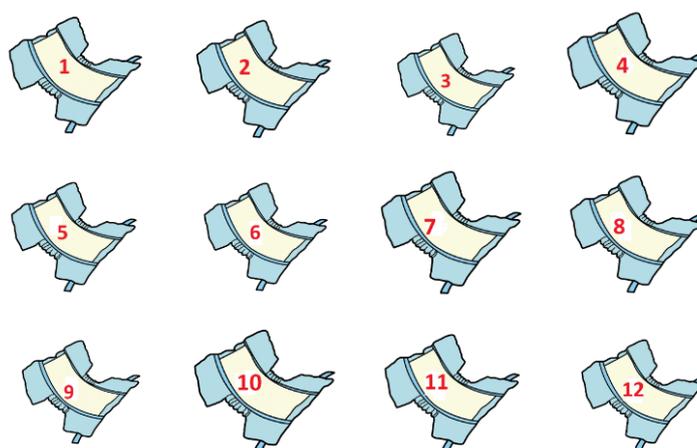
## 4. L'ANTICIPAZIONE

L'anticipazione è l'azione di anticipare un evento prima che accada. Rispetto al bambino significa prepararlo ed informarlo che accadrà qualcosa di diverso rispetto alla sua routine quotidiana.

Consiste nel realizzare una programmazione visiva che riporta attività o compiti programmati utilizzando ausili visivi o pittogrammi, il cui obiettivo finale è ridurre lo stress e l'ansia, migliorando l'apprendimento e il comportamento. Aiuta il bambino a comprendere la propria routine quotidiana negli ambienti che frequenta abitualmente (casa, scuola, ecc.) e nei contesti non familiari. Si basa sulla divisione del compito in diversi passaggi volti a facilitare l'apprendimento del bambino.

### 4.1. L'ANTICIPAZIONE DELLA RIMOZIONE DEL PANNOLINO

Nel caso di Marta, è raccomandabile l'uso della tecnica dell'anticipazione per la progressiva rimozione da pannolino, che offre alla bambina l'opportunità di sapere visivamente quando il pannolino verrà rimosso. Indicando e organizzando il numero di pannolini rimasti il bambino può vedere e diventare progressivamente consapevole della rimozione del pannolino.



### 4.2. LE STORIE SOCIALI

Un esempio di anticipazione consiste nell'utilizzo di una Storia Sociale: una narrazione breve e personalizzata, accompagnata da ausili visivi o pittogrammi, che viene utilizzata per spiegare nel dettaglio e chiarire situazioni sociali specifiche che possono essere difficili o confuse per il bambino, al fine di anticipare come reagire e/o agire in quella particolare situazione con cui non hanno familiarità.

Nel caso di Marta, sarebbe opportuno utilizzare una storia sociale per facilitare la sua comprensione, ridurre l'ansia di andare in bagno e facilitare la routine per lavarsi le mani.

*Gli allegati 1, 2 e 3 riportano tre esempi di storie sociali che possono essere utili.*

---

## 5. LA TOKEN ECONOMY

Token Economy è una tecnica per la modificazione comportamentale, che mira a produrre un cambiamento nel comportamento del bambino, incoraggiando l'esecuzione o la cessazione di comportamenti specifici.

Si basa sullo scambio dei token, ovvero gettoni, (stelle), senza valore per il bambino, con dei rinforzi (interessi). L'esecuzione o cessazione, a seconda dei casi, di un determinato comportamento sarà accompagnata da un token. Se viene raggiunto il numero concordato di token, questi potranno essere scambiati con una ricompensa o un rinforzo. Al fine di tenere traccia dei token, viene utilizzato un sistema di registrazione in cui il bambino può vedere, comprendere e partecipare alla gestione dei token stessi. Nel caso di Marta, è stato utilizzato un cartellone\*.

È necessario seguire una serie di passaggi per potere applicare correttamente questa tecnica.

- Per prima cosa bisogna spiegare al bambino la procedura da eseguire.
- Quindi, vengono concordati i rinforzi da scambiare con i token, e il numero di token necessario per ottenerle.

Inizialmente, è consigliabile implementare questo sistema con un singolo comportamento che necessita di una piccola quantità di token, in modo che il bambino comprenda il sistema e veda la sua utilità. A poco a poco, verranno aumentati i comportamenti e/o il numero di token richiesti per ottenere una ricompensa.

I premi possono essere giornalieri, settimanali o mensili, a seconda del bambino, del comportamento o del compito su cui lavorare. Pertanto, all'inizio può essere utile premiare una semplice azione su base giornaliera e successivamente aumentare, gradualmente, il tempo necessario per il godimento della ricompensa.

Sebbene inizialmente i premi siano generalmente materiali: dei dolci, una bambola, più tempo di utilizzo del tablet o della tv ecc., man mano che il bambino cresce, bisogna sostituire questi rinforzi. Infatti, è importante sostituire gradualmente questi rinforzi con altri di natura sociale e relazionale, come maggiore tempo di gioco con mamma o papà, il racconto di una storia, un massaggio, ecc.

È necessario tenere presente che la ricompensa dovrebbe allinearsi con la difficoltà del compito e che non può essere ottenuta con nessun altro mezzo. È importante essere consapevoli dei premi concordati, perché se si stabilisce un premio che poi non viene riconosciuto, il bambino potrebbe sentire che il proprio impegno è stato inutile e non continuerà a svolgere i compiti, e di conseguenza fallirà la token economy.

Sul lato sinistro del cartellone si posiziona l'immagine del comportamento che si vuole incoraggiare, in questo caso defecare nel WC. Si spiegherà al bambino che cosa deve fare per ottenere la stella (token). Quando avrà compiuto l'azione, si posizionerà sul pannello la stella nel giorno corrispondente della settimana.

---

Al termine della giornata o della settimana, come concordato, si conterà insieme al bambino il numero di stelle raggiunto e si verificherà se siano abbastanza per ricevere il premio.

Se non fossero sufficienti è necessario parlare con il bambino e valutare a cosa sia dovuto il mancato raggiungimento dei gettoni: se sia legato al non raggiungimento della routine, eventualità in cui si mantiene il numero di stelle per ottenere il premio, o se, al contrario, sia dovuto ad una richiesta eccessiva di gettoni, che il bambino non è riuscito ad ottenere nonostante abbia svolto il compito in modo costante e corretto.

L'obiettivo finale è che il bambino acquisisca autonomia e iniziativa per eseguire determinate azioni, in modo che nel tempo si possa abbandonare la Token Economy o applicarla ad altri comportamenti. re i compiti con gli altri.

*L'allegato 4 include dei materiali per lavorare con la Token Economy.*



---

## 6. IL CONTROLLO SFINTERICO

Di seguito è riportato un elenco di linee guida che possono essere utilizzate per iniziare l'apprendimento dell'utilizzo del bagno:

- La prima settimana dovrebbe essere utilizzata come periodo di osservazione. Si controlla il pannolino del bambino ogni 30 minuti e si annota se è asciutto o bagnato su un “Registro del pannolino asciutto-bagnato” (vedere l'allegato 5).
- Registrare i tempi approssimativi in cui il bambino urina permette di agire d'anticipo e portarlo in bagno al momento giusto, evitando inutili sedute sul WC e permettendogli una più efficace associazione pipì-bagnato.
- È consigliabile utilizzare un riduttore per WC per bambini e uno sgabello che consentano al bambino di sedersi sulla tazza con il minimo aiuto.
- Si consiglia di evitare l'utilizzo del vasino. Se il bambino associa l'urinare al vasino, sarà necessario procedere con un ulteriore obiettivo, al fine di associare il fare la pipì al WC.
- Durante la prima settimana di osservazione è preferibile, per quanto possibile, cambiare il pannolino sul WC, in modo che il bambino associ tale luogo all'urinare.
- È interessante per il bambino svolgere piccoli compiti mentre viene cambiato il pannolino, ad esempio aiutando a tirare su o tirare giù i pantaloni o a gettare il pannolino nel cestino.
- Nelle settimane seguenti si rimuove il pannolino e si porta in bagno il bambino per fare la pipì in base ai tempi che sono stati precedentemente osservati.
- Una volta seduto sul WC è importante incoraggiare il bambino a fare la pipì
- Se urina in bagno, ci si congratulerà con il bambino in modo molto incoraggiante e verrà scritto nel “Registro del controllo sfinterico” (vedere allegato 6).
- Non ci sono problemi se il bambino non urina nel giro di un paio di minuti, lo si fa alzare dal WC, si scrive sul registro che non è stata fatta la pipì e si riproverà in un secondo momento.
- È necessario osservare i segnali di allarme che indicano la necessità del bambino di urinare e riprovare dopo qualche minuto.
- Se non riesce a controllare la pipì e si bagna è normale, perché sta imparando. Lo si accompagnerà in bagno per cambiarsi e si farà un nuovo tentativo al successivo orario pipì.
- È importante registrare l'ora dell'incontinenza sul “Registro del controllo sfinterico” per tenerlo a presente per i giorni seguenti.



- 
- È importante che il bambino partecipi il più possibile anche alla pulizia della pipì dopo l'incontinenza. Se per il bambino è faticoso pulire il bagno, è possibile che si rafforzi l'idea che urinare nel WC sia più comodo.
  - Se la temperatura a casa lo consente, il bambino può indossare abiti leggeri per rendere più agile e comodo il processo di seduta sul WC. Inoltre, rende più facile cambiare i vestiti in caso di perdita.
  - La rimozione dei pannolini è un processo indeterminato, può durare per settimane o giorni. È importante esserne consapevoli, essere molto pazienti e rispettare il tempo dei bambini.



---

## 7. STRATEGIE PER AFFRONTARE L'INSICUREZZA

Marta è una bambina che ha molte difficoltà ad affrontare il WC. In questa sezione si tratterà dell'insicurezza emotiva che ha di fronte a attività che, a priori, sono stressanti per lei e la sua famiglia.

Tutti i bambini possono sentirsi insicuri di fronte a determinate attività, è pertanto importante lodare i piccoli successi mentre si verificano. "Marta, ti sei seduta sul WC, sei stata molto brava!". Questo può aiutare Marta a sentirsi sicura di sé. È importante evitare di criticare o manifestare comportamenti negativi: "Marta, ho visto che eri molto nervosa quando abbiamo cambiato il pannolino" o "Marta, ti sei fatta ancora la cacca addosso!". Se si vuole che Marta abbia fiducia in se stessa, gli adulti devono farle capire che si fidano di lei.

È necessario provare a responsabilizzare il bambino, in modo appropriato in base alla sua età, proponendo sfide che possa superare. Marta è piccola e probabilmente, a volte, ha bisogno di qualche aiuto. Un gesto d'affetto può farla sentire più fiduciosa e trasmetterle che non è sola nell'affrontare questa difficoltà. "Marta, se hai paura, puoi tenere la mano della mamma". È importante incoraggiare la sua autonomia, riconoscendo che potrebbe avere spesso bisogno dell'aiuto e del supporto dell'adulto.

Probabilmente Marta non supererà al primo tentativo le sfide proposte, quindi è importante minimizzare l'impatto dei fallimenti. Il bambino deve sperimentare il fallimento e la tolleranza alla frustrazione in situazioni o giochi che non andranno sempre bene, ed è importante fargli percepire questa situazione come una sfida. "Marta, oggi mentre eri seduta sul WC abbiamo contato fino a 5, che ne dici se domani contiamo fino a 10?". Possiamo anche chiedere quale sia la strategia migliore per avvicinarsi all'obiettivo: "Marta, cosa potremmo fare domani per cercare di fare la cacca nel WC?"

In un'altra sezione si affronta il tema del gioco in modo più dettagliato, ma è utile tenere presente che è possibile usare queste strategie mentre si gioca a casa con il bambino. È possibile insegnargli a ridere di se stesso, aumentando la sua autostima. Ballare, giocare, saltare, ridere e travestirsi. È importante insegnargli a divertirsi, riducendo in questo modo la sua rigidità di fronte a nuove situazioni che condivide con altre persone e bambini.

Infine, adulti e bambini tendono a manifestare di fronte al fallimento un atteggiamento generalmente negativo. I pensieri negativi e l'auto-rinforzo possono essere modificati, potendo così dare messaggi positivi a se stessi. È possibile iniziare cambiando o modellando l'affermazione "Non sono riuscito a fare la cacca nel WC" con "ho provato", o la frase "non posso" con "e se provassi?"



---

## 8. STRATEGIE DI GESTIONE PER L'ADULTO DI RIFERIMENTO

L'adulto che accompagna il bambino nell'apprendimento all'utilizzo del WC rappresenta una variabile importante nel processo stesso. Se si tengono in considerazione determinati aspetti, si avranno a disposizione una serie di strumenti, che permetteranno di affrontare eventuali difficoltà con sicurezza. Di seguito vengono descritte le strategie per accompagnare il bambino in questa sfida.

Innanzitutto, è importante che il bambino conosca la situazione in cui si trova. La propria storia rispetto alla rimozione del pannolino, alla propria dieta, al proprio carattere ecc.. È importante informarlo su quanto accadrà, o su quale comportamento o azione ci si aspetta.

Affinché il bambino possa comprendere il processo nel modo più semplice e visivo, è possibile predisporre una storia sociale. Attraverso la storia sociale è possibile raccontare l'intera attività in modo molto concreto, utilizzando i pittogrammi. Deve essere utilizzata in anticipo rispetto all'inizio dell'attività. Ad esempio, è opportuno selezionare un momento della giornata per mostrarla e raccontarla al bambino. Se sa in anticipo cosa succederà in ogni momento, il bambino si sentirà molto più rilassato.

È anche possibile fornire istruzioni in modo che il bambino sappia cosa fare in situazioni stressanti. Un esempio di istruzione è: "Se Marta è nervosa mentre è in bagno, può stringere la mano alla mamma" oppure "Se Marta si stanca di stare in bagno, può dire BASTA".

In questi casi, l'approccio all'utilizzo del WC deve essere progressivo. Sarà il bambino a stabilire il ritmo e se ad un certo punto si nota che non sta bene, è necessario ridurre le richieste. Ad esempio: Marta entra in bagno, ma non vuole sedersi sul WC, poiché si nota che incomincia ad essere molto nervosa, si può andare in bagno e invitarla a sedersi. Una volta che si siede sul WC si passa allo step successivo, osservando sempre le emozioni della bambina.

È molto importante avere a disposizione strategie e materiali diversi. Un aspetto che può tranquillizzare il bambino è la possibilità di utilizzare elementi che lo rilassano. Marta si siede sul WC, ma quando non riesce a fare la cacca muove molto le gambe e la sua gestualità cambia. In questa occasione si può proporre: "Marta, vuoi un giocattolo?" offrendole contemporaneamente le sue cose.

È importante cercare di anticipare eventuali comportamenti che potrebbero avere ripercussioni negative o fare regredire il processo. Conoscere i segnali di stress, nervosismo, frustrazione o disagio permette di prevenire molte situazioni. Se si nota che il bambino sta diventando irrequieto, è possibile riconoscere e validare il suo nervosismo e offrire un'alternativa. "Marta, i tuoi piedi si muovono molto, vuoi che ci alziamo dal WC?"

In generale, è importante rivolgersi al bambino in modo chiaro, preciso e calmo, usando frasi brevi e termini concreti, utilizzando un linguaggio positivo, con tranquillità e gesticolando poco, in un ambiente che sia il più tranquillo possibile,

---

parlando al suo livello e mantenendo il contatto visivo, assicurandosi che capisca cosa sta succedendo.

È necessario adattarsi al suo ritmo di elaborazione e concedere abbastanza tempo. È importante convalidare le emozioni del bambino, mostrando comprensione per la sua rabbia, paura... accompagnandolo e dando un nome a ciò che prova e stando al suo fianco. Il bambino deve essere incluso nel processo di ricerca delle soluzioni, mostrandogli le opzioni e lasciando che sia lui a sceglierne una.



**Co-funded by  
the European Union**

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.

## ALLEGATI



**Co-funded by  
the European Union**

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.

## ALLEGATO 1A: STORIA SOCIALE PER LA DEFECAZIONE DEL BAMBINO

1°



**MI SCAPPA LA CACCA**

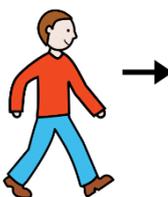


**E LO DICO**

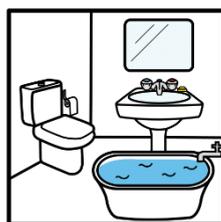


**A UN PARENTE**

2°



**VADO**

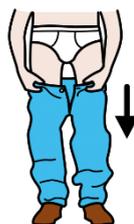


**IN BAGNO E**

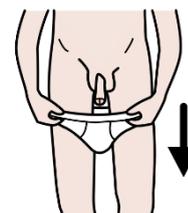


**ALZO L'ASSE DEL WC**

3°



**MI ABBASSO I PANTALONI**

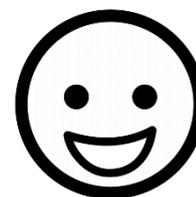


**E LE MUTANDINE**

4°



**MI SIEDO**



**E SONO CALMO**

5°



**FACCIO LA CACCA**



**MI PULISCO IL  
SEDERE**



**GETTO LA CARTA IGIENICA  
SPORCA**

6°



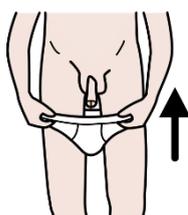
**PUZZA UN PO'**

**MA**



**SONO CALMO**

7°

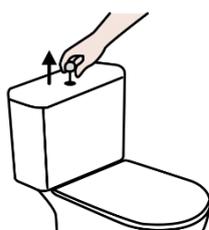


**TIRO SU LE  
MUTANDINE**



**E I MIEI PANTALONI**

8°



**TIRO LO  
SCIACQUONE**



**E MI LAVO LE MANI**



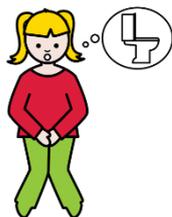
**Co-funded by  
the European Union**

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.

## ALLEGATO 1B: STORIA SOCIALE PER LA DEFECAZIONE DELLA BAMBINA

1°



**MI SCAPPA LA  
CACCA**

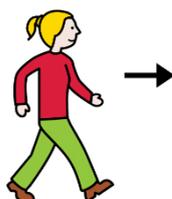


**E LO DICO**

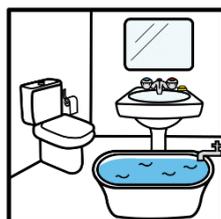


**A UN PARENTE**

2°



**VADO**

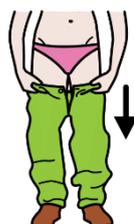


**IN BAGNO E**

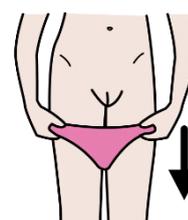


**ALZO L'ASSE DEL WC**

3°



**MI ABBASSO I  
PANTALONI**



**E LE MUTANDINE**

4°



**MI SIEDO**



**E SONO CALMA**

5°



**FACCIO LA CACCA**



**MI PULISCO IL  
SEDERE**



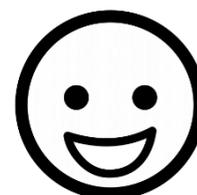
**GETTO LA CARTA IGIENICA  
SPORCA**

6°



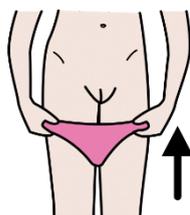
**PUZZA UN PO'**

**MA**



**SONO CALMA**

7°

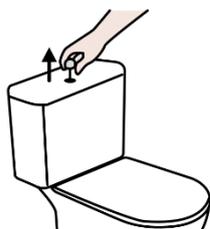


**TIRO SU LE  
MUTANDINE**



**E I MIEI PANTALONI**

8°



**TIRO LO  
SCIACQUONE**



**E MI LAVO LE MANI**

## ALLEGATO 2: STORIA SOCIALE PER LAVARE LE MANI

1°



**SE SERVE MI ARROTOLO LE  
MANICHE**



**APRO IL  
RUBINETTO**



**MI BAGNO LE  
MANI**

2°

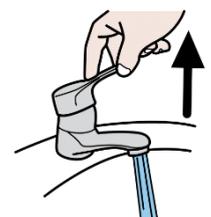


**CHIUDO IL RUBINETTO**



**INSAPONO LE  
MANI**

3°



**APRO IL RUBINETTO**



**SCIACQUO**



**E MI ASCIUGO LE  
MANI**



Co-funded by  
the European Union

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.

---

## ALLEGATO 3: CARTELLONE CIAO CIAO PANNOLINO

### ISTRUZIONI:

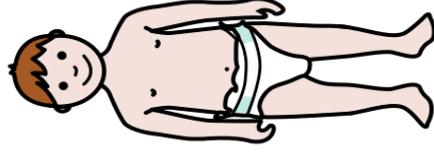
1. Tagliare e incollare sul disegno del bambino.



2. Ritagliare i pannolini e incollarli al cartellone con materiale facilmente rimovibile.
3. Dopo l'utilizzo di ogni pannolino, staccare un pannolino dal cartellone, iniziando dall'ultimo, e inserirlo nella tasca creata con il primo pannolino ritagliato.

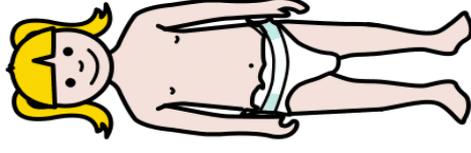
---

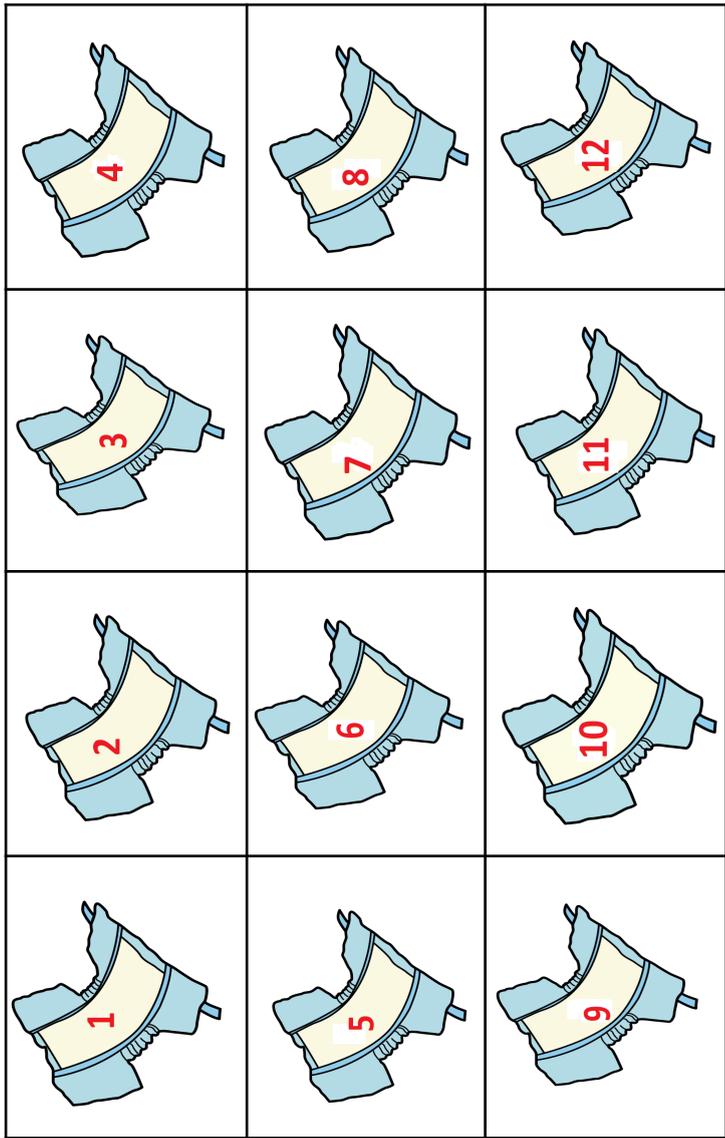
## QUANTI PANNOLINI SONO RIMASTI?



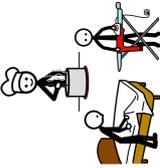
---

## QUANTI PANNOLINI SONO RIMASTI?



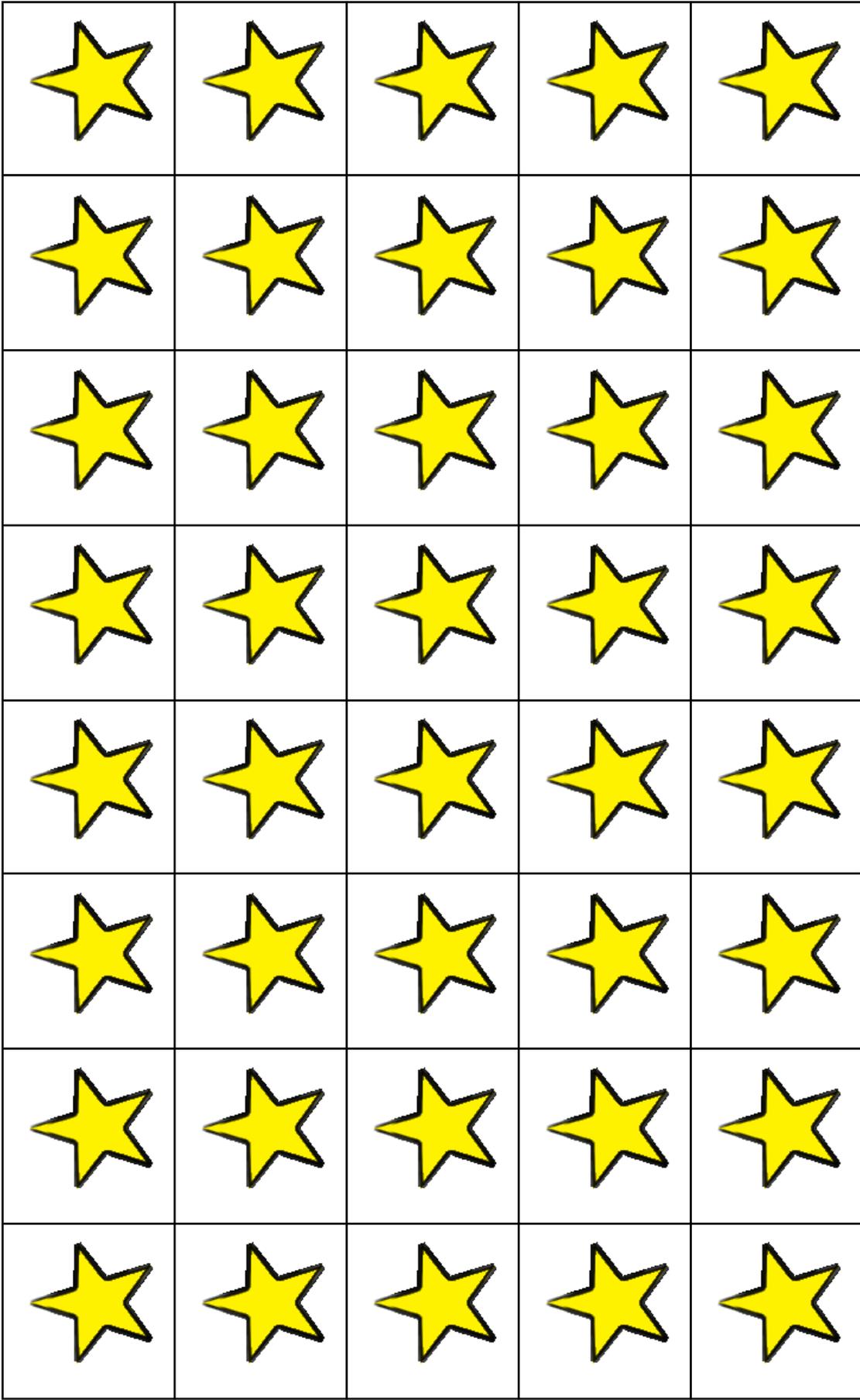


**ALLEGATO 4: CARTELLONE PER LA ECONOMY PANEL**

<b>IO POSSO!!!!</b>							
COMPITO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
							

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.



Co-funded by  
the European Union

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.



**Co-funded by  
the European Union**

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960.

Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.

## ALLEGATO 5: REGISTRO DEL PANNOLINO ASCIUTTO-BAGNATO

Controllare ogni 30 minuti il pannolino del bambino e scrivere se è asciutto (A) o bagnato (B), al fine di comprendere le tempistiche della minzione urinaria. È necessario compilare il registro per una settimana.

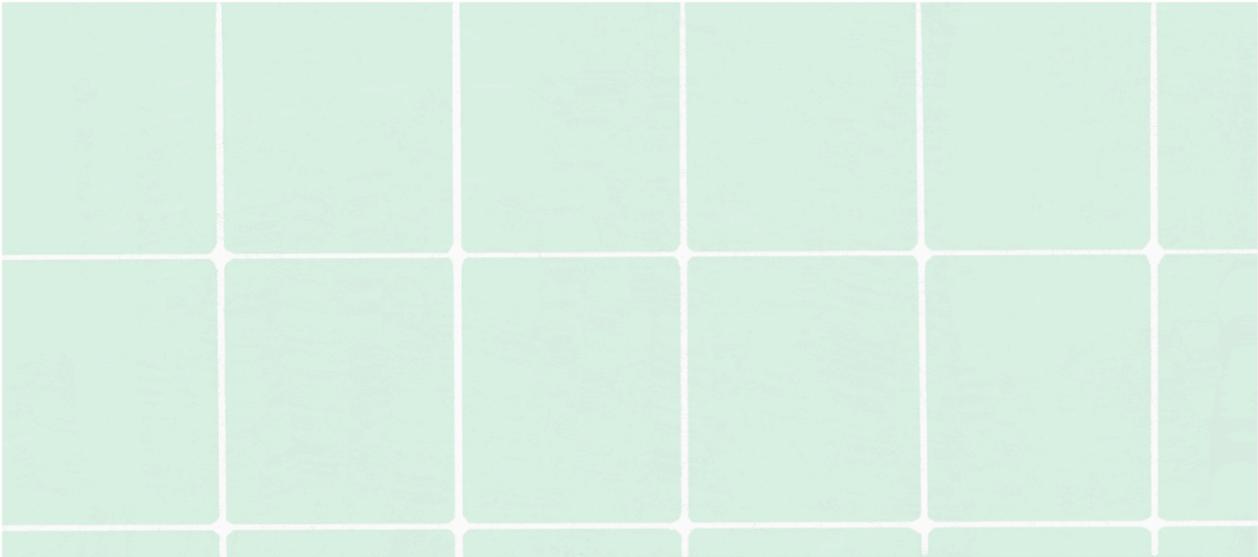
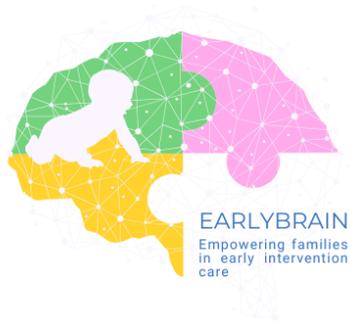
	<b>LUNE DÌ</b>	<b>MARTE DÌ</b>	<b>MERCOLE DÌ</b>	<b>GIOVE DÌ</b>	<b>VENER DÌ</b>	<b>SABAT O</b>	<b>DOMENIC A</b>
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							



19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							







**Co-funded by  
the European Union**

Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea ai sensi dell'accordo di sovvenzione n. 2022-1-ES01-KA220-ADU-000088960. Il sostegno della Commissione Europea alla produzione di questa pubblicazione non implica l'approvazione del suo contenuto, la cui responsabilità è esclusiva degli autori. Pertanto, la Commissione non è responsabile dell'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni qui diffuse.

