

# 1-vuotias kuivaksi heti

## pikkulasten siisteyskasvatus

Timo Saloviita

5.5.2017

GPF:n kevätkoulutus, Marina Congress Center  
Helsinki

# Luennoitsijan tausta

- Kasvatustieteen professori (JY) 2003-
- Psykologian dosentti (HY)
- Psykologi kehitysvammalaitoksessa 1980-1987
- Tutkimuksia siisteyskasvatuksesta
  - Saloviita, T. (2000). Generalized Effects of Dry Bed Training on Day-Time Incontinence. *Behavioral Interventions*, 15, 79-81.
  - Saloviita, T. (2002). Use of Dry Bed Training method in the elimination of bed-wetting in two adults with autism and severe mental retardation. *Cognitive Behaviour Therapy*, 31, 135-140.

# Aloitus on siirtynyt

- Lastentautien erikoislääkäri Jarmo Salo
  - Lapset oppivat kuivaksi entistä myöhemmin
  - Ilmiö liittyy vaippojen kehittymiseen
  - Ruotsissa 2-vuotiaista vasta 5 % on kuivia
- *Helsingin Sanomat 25.1.2016; 24.11.2016; 19.4.2017*

# Myöhäistä aloitusta suositellaan...

- Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos
  - 2–3 vuotta
    - THL (2017). *Lastenneuvolakäsikirja. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena*. STM 2004: 14, s. 145
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto
  - Alkaa onnistua 3-vuotiaana
    - Vanhempainnetti (2017): Lapsi oppii kuivaksi

...koska ensin pitää kypsyä henkisesti

## ■ Mannerheimin Lastensuojeluliitto

- *Viisas vanhempi ei vaadi lasta kypsymään liian aikaisin... tarvitaan henkistä kypsymistä: halua kasvaa itsenäiseksi ja isoksi.*

## ■ Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos

- *Kuivaksi oppiminen riippuu yksilöllisestä kypsymistahdista*

# Kolme selitystä myöhentymiselle

1. "Pitää odotella lapsen henkistä kypsymistä"
  - THL, MLL ja neuvolat
2. Vaipat ovat entistä mukavampia
  - Erikoislääkäri Jarmo Salo
3. Vaippafirmojen taloudelliset edut
  - Myynnin arvo Suomessa noin 30 miljoonaa € vuodessa yhtä ikäluokkaa kohti

# Vaippafirmojen disinformaatio

- Vaippafirmat jakavat vanhemmille ja neuvoloille osittain harhaanjohtavaa tietoa
  - USA:ssa vanhemmat ovat protestoineet tästä
- Esimerkkejä löytyy suomalaisiltakin sivuilta
  - Harjoittelu on lapselle pelottavaa ja nöyryyttävää
  - Ensin kuuluu istua potalla housut päällä
  - Vaippojen käyttöä jatketaan opetuksen kanssa
  - Toiset ovat kypsiä vasta nelivuotiaina

# Väärä tieto kelpaa neuvoloille

- Neuvolat ottavat tämän tiedon vastaan, koska ajatus henkisestä kypsymisestä sopii niiden ideologiaan
- Konstruktivistinen oppimiskäsitys
  - oppimisen täytyy aina kulkea tietoisien ajattelun kautta



# Suosituksset (THL, MLL) perustuvat väärään tietoon

1. "Rakon hallinta alkaa 3-vuotiaana"
  - Ei ala. Se alkaa 1-vuotiaana
2. "Tarvitaan henkistä kypsymistä"
  - Ei tarvita. Fyysinen valmius riittää
  - Kissatkin oppivat sisäsiistiksi

# Mitä on fyysinen valmius?

1. Lapsi osaa mennä potalle tai ilmaisee avuntarpeensa
  - Kävelemään opitaan ennen 2 vuoden ikää
2. Lapsi hallitsee virtsarakon sulkijalihaksen toiminnan
  - Kastelua korkeintaan muutaman tunnin välein
  - Tämä kehittyy 1 vuoden iässä

# Mitä on henkinen valmius?

- "Lapsen oma halu ja ymmärrys asiasta"
- Sitä ei tarvita, koska:
  - Oppiminen ei ole yksin kognitiivisesti ohjattua
  - Käyttäytymistä ohjaavat myös ympäristön ärsykkeet (=ärsykeohjaus)

# Kyse on tästä: lapsi oppii uuden *ärsykekontrollin*



## ■ Ärsykekontrolli

- Vihreä valo → mene! Punainen valo → odota!

## ■ Lapsi on oppinut virtsaamaan vaippaan:

- Vaipasta on tullut vihjeärsyke virtsaamiselle
- Potta näyttää perunakattilalta; sinne ei saa pissata

# Ärsykeohjaus muutetaan kahden operaation avulla

1. Houkuta reaktio esiin
    - Virtsaaminen pottaan
  2. Vahvista reaktiota
    - Sosiaalinen vahvistaja (huomio) voi riittää
    - Vahvistettu käyttäytyminen lisääntyy
- Potalla istumisesta tulee uusi vihjeärsyke virtsaamiselle
- Se korvaa entisen ärsykeohjauksen (vaipat)

# 1. Houkuta reaktio esiin

## ■ Ongelma!

- Virtsaamista esiintyy harvoin
- Silloin sitä ei pääse vahvistamaan → ei oppimista

## ■ Ratkaisu

- Lisää reaktion esiintymiskertoja keinotekoisesti

## ■ Aloita lauantaiaamuna; jätä vaipat pois

- Anna lapselle runsaasti juotavaa, esim. mehua
- Istuta lapsi potalle ja lue satukirjaa
- Lapsi tykkää: saa seurustella isän tai äidin kanssa
- Onnistumisen jälkeen jaloittelua + lisää mehua + sama uudestaan

## 2. Vahvasta onnistunutta suoritusta

- Kun lirahtaa, kiitä ja onnittele heti
  - Onnistumisia ehkä 15-20 minuutin välein
- Anna heti myös rusina + uusi lasi mehua
  - Ruokapalkkio nopeuttaa oppimista
  - Rusina ei ole pakollinen, sen saa jättää pois, jos ei ideologisista syistä hyväksy rusinan käyttöä

# Jatkotoimet

## 1. Häivytä palkkiot

- Lapsi oppii asian muutamasta kerrasta
- Vihjeärsyke vaihtuu vaipasta pottaan

## 2. Älä palaa vaippojen käyttöön

- Vahinkoja sattuu silloin tällöin edelleen

## 3. Pidä pottaa esillä

- Sen näkeminen on muistutus lapselle



# Lisäedut

## ■ Ulostaminen

- Lapsi oppii samalla suolen hallinnan

## ■ Yökastelu

- Jätä vaipat pois myös yöksi

# Viivytteilyn kolme haittaa

## 1. Jätevuori

- yksi ikäluokka: 30 000 tonnia vuodessa
- maatuminen kestää 300-500 vuotta
  - *Prisma (7.11.2012). Vaippavuoren varjossa*

## 2. Vaippakulut

- yksi ikäluokka: 30 miljoonaa € vuodessa

## 3. Elämänlaatu

- lapsella ja vanhemmilla on mukavampaa, kun vaipoista päästään eroon

# Tiivistelmä

- Siisteyskasvatuksen viivyttäminen on turhaa
- Kun opetus aikaistuu vaikka vuodella
  1. luonto kiittää = vähemmän jätettä
  2. kukkaro kiittää = vähemmän kuluja
  3. lapsi kiittää = parempi elämänlaatu

# Tarvitaan uudet suositukset

- Siisteyskasvatus noin 1,5 vuoden iässä
  - kesä on parasta aikaa
  - opetusohjelma on helppo ja nopea
  - oppiminen tapahtuu muutamassa tunnissa