

2019-06-11

## **Bli blöjfri – ny pottkalender gör det roligt och pedagogiskt**

Vill du också hjälpa ditt barn att bli blöjfri i sommar? Med Pottkalendern från Blöjfri.se kan du stötta ditt barn under potträningen, på ett pedagogiskt sätt. Vi har pratat med Sofia som ligger bakom den smarta kalendern!

### **Sofia, hur fungerar pottkalendern som ni tagit fram?**

- Upplägget bygger på en unik pedagogisk idé: Man sätter ett kiss- eller bajs-klistermärke i en valfri potta i kalendern efter att barnet har kissat eller bajsat i sin egen potta. Även goda försök bör uppmuntras. Att sätta klistermärket i en potta skapar en positiv förstärkning av det nya beteendet som barnet övar på, vilket hjälper barnet att förstå var kiss och bajs hör hemma. Karaktärerna på bilderna i kalendern blir förebilder och inspirerar barnet till att göra likadant. Dessutom är det roligt att klistra!

### **Varför behövs den?**

- Sedan 2014 har vi stöttat tusentals familjer i att bli blöjfria, och vägen mot målet ser olika ut för alla. För en del går det som på räls, medan andra får kämpa med olika motgångar på vägen. En del hamnar i situationer där det är svårt att veta hur man kan komma vidare. Det ville vi hitta en lösning på, och därför har vi tagit fram den här pottkalendern. Syftet är att på ett pedagogiskt och roligt vis hjälpa barnet vidare i potträningssprocessen, och den kan också användas som ett allmänt stöd.

### **I vilka situationer kan den vara till hjälp?**

- I alla situationer där man vill hjälpa sitt barn komma vidare i potträningen. Det kan t.ex. vara om barnet inte vill sitta på pottan, är rädd för den, eller har tröttnat på den. Ett annat mycket vanligt problem är att barnet inte vill bajs på pottan. För just den situationen har vi utvecklat två visuella stöd som ingår i kalendern. Syftet är att avdramatisera och ge barnet positiva mentala bilder.

### **Pottkalendrar har ju funnits ett tag – vad skiljer er från andra?**

- Vanligtvis är en pottkalender upplagd precis som en vanlig kalender, och tanken är att barnet ska sätta klistermärken på "rätt dag och rätt plats". Vi menar att det är alldeles för avancerat för barn i potträningssålder. Genom att istället lägga fokus på färgglada pottor och karaktärer, och låta barnet sätta klistermärket där det själv vill, så blir hela processen mer pedagogisk, rolig och i slutändan bättre för barnet.

### **Finns det några nackdelar med belöningssystem?**

- Det man ska tänka på är att en utebliven belöning kan påverka barnet negativt. Därför är det viktigt att låta barnet klistra ett klistermärke även vid goda försök, inte bara när det faktiskt kommit något i pottan. Små steg på vägen är viktiga att uppmärksamma.

Pottkalendern från Blöjfri.se är framtagen av Sofia & Michael Bergenstjerna, författare till boken Potträning på 3 dagar. Genom sin bok och metod har de visat att barn kan bli blöjfria betydligt tidigare, snabbare, och enklare än vad många tror är möjligt idag. Blöjfri.se har hjälpt över 20 000 svenska barnfamiljer att bli av med blöjorna.

*Länk till [www.blojfri.se](http://www.blojfri.se)*