

REHBERLİK HİZMETLERİ

ÖZEL ÇOCUKLARIMIZDA TUVALET EĞİTİMİ



SARIÇAM ÖZEL EĞİTİM ANAOKULU

KASIM 2024

TUVALET EĞİTİMİNE BAŞLAMADAN DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Tuvalet Eğitimi **ZAMAN ALAN VE SABIR GEREKTİREN** bir beceridir.
- Tuvalet eğitiminin sürdüğü dönemde çocuğun altına kesinlikle bez bağlanmamalıdır.
- Tuvalet eğitiminde dikkat edilmesi gereken en önemli nokta olumlu bir tutum izlenmesidir.
- Gösterilen en ufak bir memnuniyetsizlik olumsuz bir bakış bile çocuk tarafından hissedilir ve bu onu olumsuz etkiler.

Öncelikle ne kadar sıklıkta tuvalet ihtiyacının geldiğini anlamak için bir çizelge hazırlanmalıdır.

- Çocuğun her gün tuvalete gitme sıklığı çizelgeye kayıt edilir, ortaya çıkan sonuca göre bu sıklıkta örneğin bir veya iki saatte bir çocuğunuzu düzenli olarak tuvalete götürün ve bu işlemi yaparken kısa sözcükler kullanmaya özen gösterin. Çişi, ıslak, kuru gibi...
- Bu belirlenen saatten 10 dakika önce çocuk tuvalete götürülür.
- **ÇOCUK TUVALET İHTİYACINI GÜN İÇİNDE SIK VE AZAR AZAR GİDERİYOR OLMAMALIDIR.**

SARIÇAM ÖZEL EĞİTİM ANAOKULU
ADRES: Beyceli Mah. 3599 Sk. No 13
Sarıçam/Adana
TEL :03223414807

ASAĞIDAKİ SARTLAR ÇOCUĞUN YETERLİ UYGUNLUĞA ERİŞİP ERİŞMEDİĞİNİ GÖSTERİR.

- 1.Uygun yaş
- 2.Mesane Kontrolü
- 3.Bedensel Gelişim
- 4.Zihinsel Gelişim

1. Uygun Yaş

- Genellikle çocuklar 2 yaş sonunda dışkılarını 3 yaş sonunda da çişlerini tutmayı öğrenirler.
- Çocuğumuz tuvalet ihtiyacını birkaç kez yeterli miktarda mı yapıyor?
- Genellikle birkaç saat kuru kalıyor mu?

2. Mesane Kontrolü

- Tuvalete gitme ihtiyacını yüzüyle veya mimikleriyle veya duruşu ile ifade edebiliyor mu?
- Cevabımız **EVET ise** çocuğumuzun mesane kontrolü var demektir.

3. Bedensel Gelişim

- Çocuk rahatlıkla yürüyüp, çömelme ve ellerini kullanma becerilerine sahip mi?

4. Zihinsel Gelişim

- Çocuk yüzündeki organları gösterebiliyor mu?
- Çocuk söylenenleri anlıyor ve yerine getirebiliyor mu?
- Basit işlerde sizi taklit edebiliyor mu?
- Bir objeyi bir başka yere yerleştirmesi gerektiği gibi yerleştirebiliyor mu?
- Hepsi mevcutsa tuvalet eğitimi için gerekli zihinsel gelişimi sağlamıştır.

BUNLARIN DIŞINDA TUVALET EĞİTİMİNİ KAZANDIRACAK YARDIMCI BECERİLER DE VARDIR.

- Öğrenci banyoya ve tuvalete kendisi gidebiliyorsa
- Öğrenci tuvalet ihtiyacını bağımsız olarak giderebilmek için gerekli olan temel

soyunma ve giyinme becerisini yapabilecek gerekli el becerilerine sahipse

- Öğrenci tuvalet ihtiyacı olduğunu yüz ifadesi ya da duruşuyla belirtiyorsa
- Öğrenci ıslak ya da kirli olduğunu hoşnutsuzluğuyla belli ediyorsa tuvalet eğitimi kazandıracak yardımcı beceriler de vardır denilebilir.

sonra yardımı azaltarak bu işlemi gerçekleştirmesini sağlayın.



SU SORULARA CEVAP VEREREK COCUGUN TUVALET EĞİTİMİNE HAZIR OLUP OLMADIGINA KARAR VEREBİLİRİZ.

1. Düzenli aralıklarla kuru kalıyor mu?
2. Tuvaletini yaptığı aralıklar düzenli mi?
3. Tuvaletini üzerine yaptığında rahatsız oluyor mu?

NELER YAPMALIYIZ?

- Çocuğumuz tuvalette olduğu sürece yanında beklemeliyiz.
- Eğer tuvaletini uygun bir şekilde kullanırsa, hemen vermek üzere yanında ödül bulundurun (şeker veya cips gibi). Aferin demek, alkışlamak da olabilir.
- Eğer 5 dakika sonunda bir sonuç alınamazsa nazikçe kaldırın fakat aferinle veya yiyeceklerle ödüllendirmeyin.
- Çocuğumuz sabah kalktığında ilk işimiz tuvalete götürmek olsun.

Ayrıca:

- Yemeklerden önce ve sonra,
- Dışarı çıkmadan önce,
- Yatmadan önce de tuvalete götürmek uygundur.
- Tuvalete götürdüğünüz zamanların ve kazaların mutlaka kaydını tutun ki gelişmeyi daha net bir şekilde izleyebilesiniz.
- Çocuğunuzun tuvaletten kalktıktan sonra giysilerini kendinin çekmesi için fırsat tanıyın. Başlangıçta yardım ederek daha

ÇOCUĞUMUZ TUVALETE OTURMAK KONUSUNDA DİRENC GÖSTERİYORSA NELER YAPILMALIDIR?

- Kıyafetlerini çıkarmadan oturmasına izine vermek
- Kapak kapalı iken oturmasına izin vermek
- Alçak boyda bir lazımlık denemek
- Sıra ile oturmak.
- Bir oyuncak bebek olabilir.
- Beraber oturmak.
- Fiziksel destekle yardım etmek.
- Ne kadar oturacağı konusunda yardım etmek (müzik çalmak, bir şarkı boyunca oturmak veya saat kurmak.
- Tuvalete oturma ve bekleme konusunda zorlanan çocuklar için tuvalete otururken çocuğun sevdiği bir çizgi film (uzun süreli olmamak kaydıyla)sevdiği bir şarkı çalınabilir.
- Tuvalete gitme davranışını kazandırırken hep aynı yönergeyi kullanmaya özen göstermeliyiz.
- Bu süreç boyunca çocuğa verilen görevlerin ayarlanmasına dikkat etmek gerekir. Örneğin tuvalete gidelim çiş var mı gibi...
- Tuvalet eğitiminde en önemli nokta eğitim boyunca olumlu bir tutum izlenmesi olacaktır.
- Çocuğa bağırma çağırma kızma ceza verme hatta ve hatta olumsuz bir bakış memnuniyetsiz yüz ifadesi bile çocuğu olumsuz yönde etkiler ve süreç zorlaşır.

TUVALET EĞİTİMİNDE SIK YAPILAN HATALAR

- Aşırı sevgi hoşgörü ve yetersiz ilgi
- Aile içi gerginlik ve problemlerin olması
- Babanın soğuk davranması
- Altının bezlenmesi

TUVALET EĞİTİMİNDE EN ÖNEMLİ NOKTA OLUMLU TUTUM İZLENMESİDİR.

- Akşamları yatmadan birkaç saat önce sıvı kısıtlaması yapılmalıdır.
- Çocuğun altı bağlanmamalıdır (Altı bağlandığı için çocuk rahat davranarak alt ıslatmaya devam edebilir).
- Yatmadan önce çocuğun tuvalet ihtiyacını gidermesi sağlanmalıdır.
- Aileler gece uyandırmalarını çok yapmamalıdır. Tuvalet ihtiyacı için gece kaldırıldığında çocuk mutlaka uyandırılmalıdır. Mesane uykunun ilk bir saatinde dolar ve alt ıslatma bu zaman aralığında olur sıklıkla. Bu nedenle alt ıslatma sorunu yaşayan çocuklarda uykuya geçtikten bir saat içinde yataktan kaldırılıp tuvalete götürülmelidir.
- Sabah uyanmadan önce de götürülmelidir.
- Aile bunda zorlanıyorsa alarm metodu da güzel sonuçlar vermektedir.

TUVALET EĞİTİMİNDE YAPILMAMASI GEREKENLER

- Şu kadar sürede biter diye beklentiye girmeyin.
- Beklentiye girmek sabrı azaltıyor.
- Çocuğa tuvaletini yapınca iğrenç pis demeyin (üzeri pis olmasın diye inatlaşabilir).
- Kızıp bağırmanın, onu rahat ve özgür bırakın.
- Gündüz altını açıp gece bağlamayın.