



آموزش دستشویی رفتن

توصیه‌های خانگی

آموزش دستشویی رفتن

۱. آموزش را با تهیه یک لگن دستشویی و قرار دادن آن در محل بازی کودک، آغاز کنید. اجازه دهید کودک به میل خود روی آن بنشیند و بلند شود. هنگامی که به نشستن روی آن عادت کرد، تشویقش کنید بدون لباس روی آن بنشیند.
۲. به کودک اجازه دهید استفاده شما از دستشویی را ببیند به این ترتیب از میل طبیعی کودک به تقلید، برای آموزش دستشویی رفتن بهره می‌گیرید. به کودک اجازه دهید مدفوع را در کاسه دستشویی و شسته شدن آن را با جریان آب ببیند.
۳. زمانی را که کودک اجابت مزاج می‌کند را پیدا کنید و کودک را حول و حوش آن زمان روی لگن دستشویی که برای وی تهیه کرده‌اید، بنشانید. از نیاز طبیعی به اجابت مزاج پس از صرف وعده غذایی بهره بگیرید. اگر در این زمان، برای کودک، کتاب بخوانید یا راهی برای سرگرمی وی پیدا کنید، می‌توانید مدتی که کودک روی لگن می‌نشیند را افزایش دهید.
۴. به کودک لباس‌هایی بپوشانید که به آسانی و به سرعت بتوانید آنها را درآورید. منتظر علائمی بمانید که نشان می‌دهد کودک نیاز به اجابت مزاج و نشستن روی لگن دارد. والدین معمولاً علائم کودک خود را یاد می‌گیرند. تغییر در حالت صورت، توقف ناگهانی بازی یا قرارگیری در وضعیت خاص، از علائم شایع به شمار می‌آیند. در این زمان می‌توانید به سرعت لباس‌های کودک را درآورید و او را روی لگن بنشانید.
۵. تحت فشار گذاشتن کودک، احتمال طولانی شدن دوره آموزش یا شکست آن را افزایش می‌دهد.
۶. کودک خود را تشویق کنید و از تلاشش حتی اگر به موفقیت نینجامد، تقدیر کنید. صبور باشید. هیچ گاه کودک را به دلیل عدم موفقیت سرزنش نکنید.
۷. اگر آموزش نشستن روی لگن باعث تنش و ناراحتی زیاد برای شما یا کودک تان می‌شود وقفه و آغاز مجدد با فاصله، راهکار خوبی خواهد بود.
۸. به یاد داشته باشید که الگوی یادگیری کودک با پیشرفت و پسرفت متوالی همراه است. والدین باید بدانند که پسرفت‌های موقت، طبیعی است و دوباره پیشرفت رخ خواهد داد، پس صبور باشید.
۹. بعضی کودکان ممکن است در روز کنترل پیدا کنند ولی هنگام خواب کنترل نداشته باشند پس شاید نیاز باشد از پوشک، هنگام خواب استفاده کرد.

آموزش دستشویی رفتن



آموزش دستشویی رفتن می‌تواند به راحتی انجام شود ولی در بعضی کودکان گویی هیچ‌گاه به نتیجه نمی‌رسد.

واقعیت آن است که این موضوع بیشتر برای والدین مایه نگرانی است نه کودک. بالاخره هر کودکی که از نظر تکامل طبیعی باشد دستشویی رفتن را می‌آموزد هر چند گاهی ممکن است والدین نگران، رضایت نداشته باشند.

کودک چه زمانی آماده آموزش دستشویی رفتن است؟

شایع‌ترین سن برای شروع آموزش ۱۸ تا ۲۴ ماه است. ولی اینکه بعضی کودکان تا ۳ سالگی هم آماده نباشند، غیرطبیعی نیست. اگر کودک می‌تواند علامت دهد که پوشکش نیاز به عوض کردن دارد، می‌توانید ببینید که به دستشویی رفتن نیز علاقه نشان می‌دهد یا نه. دختران اغلب سریع‌تر از پسران و در سنین پایین‌تر دستشویی رفتن را می‌آموزند.

از اینجا
شروع کنید

آموزش دستشویی رفتن

• آیا فرزندتان می‌تواند به شما علامت دهد که پوشکش باید عوض شود؟

بله

خیر

آموزش دستشویی رفتن را آغاز کنید و به صفحه ۸۶ توصیه‌های خانگی رجوع کنید.

• کودک بزرگتر از ۳ سال است و شما بیش از ۳ تا ۶ ماه سعی کرده‌اید به او دستشویی رفتن را آموزش دهید؟

بله

خیر

به صفحه ۸۶ توصیه‌های خانگی رجوع کنید.

آیا کودک شما:

- به تازگی بیمار بوده است؟
- وضعیت مراقبت از او تغییر کرده است؟
- در دفع مدفوع مشکل دارد؟
- خانهای که کودک در آن زندگی می‌کند، پرتنش و همواره در تغییر است؟

بله

خیر

با فاصله و در زمانی بعدتر آموزش دستشویی رفتن را آغاز کنید.

توصیه‌های خانگی را مطالعه کنید