

PASIRUOŠIMAS MOKYTIŠ NAUDOTIS TUALETU

Dažnai įvardijami 4 įgūdžiai, būtini mokantis naudotis tualetu:

1. Gebėjimas suprasti ir koku nors būdu pasakyti ar parodyti, kad kelnytės šlapios, nemalonu.
2. Gebėjimas įvykdyti instrukciją: „atsisėsk ant klozeto, ar puoduko“.
3. Tuštinimasis panašiu laiku - galima sekti ir būtent tuo metu sodinti ant klozeto (puoduko).
4. Vaikas turėtų gebėti bent valandą sulaikyti šlapimą ir likti sausas.

☺ Jei vaikas negeba pasakyti ar nepastebi, kad jo kelnytės šlapios, žaidžiama su temperatūromis ir pojūčiais, pvz., šilta-šalta, šlapia-sausa ir pan. Tai taktilinių pojūčių atpažinimas ir pagal galimybes įvardijimas. Taip pat reikėtų įvertinti, kas nutinka kelnytėms.

☺ Kartais tėvai neskuba atsisakyti sauskelnių, tačiau jų atsisakymas yra vienas svarbiausių sąlygų norint, kad vaikas pajustų, kas vyksta.

☺ Įprastai vaikai, norėdami į tualetą, siunčia ne tik verbalinius signalus, bet ir trina kojytes vieną į kitą, strikinėja.

☺ Kai kurie vaikai kartais siunčia kitokius signalus: daugiau išsireiškia garsais, šokinėja, o gal kaip tik sustingsta, užsisvajoja.

☺ Vyresni vaikai gali bandyti slėptis, pvz., už stalo, ar lovos, atsitraukti nuo šeimos, kad jiems niekas netrukdytų. Tokie signalai rodo, kad vaikas jaučia, jog tuoj tuoj tuštinsis ar šlapinsis. Pastebėjus šiuos ženklus, reikėtų jautriai, bet užtikrintai pasiūlyti eiti į tualetą ar sėsti ant puoduko.



Naudota ir rekomenduojama literatūra,
šaltiniai: žurnalas „Lietaus vaikai“
2020 m. Nr. 7

*Paruošė psichologė
Dalia Petrėnienė*

**Pasvalio rajono savivaldybės
Švietimo pagalbos tarnyba**



Tualetu reikalai

P a t a r i m a i t ė v a m s



***Vaikas turi būti
fiziologiškai ir
psichologiškai
pasiruošęs
pradėti tualetu
įgūdžių
mokymąsi!***

GALIMI PROBLEMŲ SPRENDIMAI:

- ☞ Būtina suprasti, kas konkrečiai trukdo vaikui išmokti naudotis tualetu. Jei priežastys yra sensorinės, reikėtų keisti aplinką ir procesą taip, kad atitiktų vaiko sensorinius poreikius.
- ☞ Jei trukdo ryški šviesa, galima jos nejungti, keisti lempuotę, įjungti spalvotą ir pan.
- ☞ Jei dirgina nemalonūs kvapai, reikėtų ieškoti malonių ar neutralaus kvapo priemonių, leisti kvapą išsirkinti pačiam vaikui.
- ☞ Jei trukdo šaltos grindys, galima patiesti kilimėlį. Jei jis nemalonus - ieškoti kitokio.
- ☞ Jei nemaloni šalta klozeto sėdynė, galima uždėti paminkštinimą, įsigyti elektrinę šildomą sėdynę. Jei baugu įkristi, derėtų išbandyti vaikišką unitazo sėdynę.
- ☞ Jei vaiką baugina nuleidžiamas vanduo, jį galima nuleisti vaikui išėjus arba išpėjus: „Dabar nuleisime vandenį!“
- ☞ Jei matote, kad vaikas bijo, būtina išsiaiškinti, kas jį baugina. O tuomet sistemingai rodyti, jog tualetas nėra baugi vieta, kaip jam atrodė.
- ☞ Jei sunku atsisakyti sauskelnių, alternatyva gali būti daugkartinės sauskelnės. Jos yra plaunamos, nesugeria drėgmės taip greitai kaip vienkartinės, ir vaikas jas jaučia. Šioks toks drėgnumas gali paskatinti vaiką pagalvoti: „gal vis dėlto apsimoka paklaustyti, ką tėvai šneka“.

☞ Jei vaikas turi kalbos sutrikimą, tualetą reiktų įvardinti viena fraze ar žodžiu. Frazė ir jos ilgis turi atitikti vaiko kalbos suvokimo lygį. Svarbu, kad nebūtų daug skirtingų frazių, pav., „bėgam sysiuko“, „einam daryti kaku“, „einam sėsti ant klozeto“ ir pan.

☞ Kai kuriems vaikams reikia aiškiai įvardinti, ko tikimės. Pavyzdžiui, atėjus į tualetą, gali reikėti pasakyti: „sėskis ant klozeto ir daryk sysiuką“, nes kitaip jis tiesiog nežinos, ką daryti.

☞ Jei siekiama nugalėti tualetu baime, ypač jei ji atsirado po užkietėjusių vidurių, padeda žaidimas su įvairiausiomis minkštomis masėmis: krakmolo mase, moliu, modelinu. Pradeda veikti tiek sensorika, tiek sąsąmoningi procesai. Jei vaikas jautrus lietimui, iš pradžių pasiūlykite liesti ne ranka, o šaukšteliu, pagaliuku.

☞ Ramybė ir pozityvumas. Tai vieni svarbiausių mokymo elementų siekiant šio tikslo. Valgymas ir šalinimas yra du procesai, kuriems įtampa itin kenkia, tad tokiomis sąlygomis progreso tikėtis neverta. Vaiko negalima spausti, moralizuoti, barti, jei padarė į kelnytes. Jei pavyksta nueiti į tualetą ir bent atsisėsti - tai jau didelio (ir išreikšto!) džiaugsmo vertas įvykis. Savo reakcija parodome, kaip gerai jis padarė.

☞ Kai kurie vaikai neretai turi sunkumų suprasti kitų asmenų jausmus, tačiau įtampą jaučia. Todėl turime kontroliuoti savo emocinę būseną.

KUR KREIPTIS?

Jei įtariate, kad priežastys yra medicininės, reikėtų kreiptis į šeimos gydytoją. Jis pagal poreikį nukreips pas kitus specialistus: gastroenterologą, nefrologą ar urologą.

Jei priežastys yra psichologinės, tuomet nerimą, baimes gali padėti pažinti ir suprasti vaikų psichologai.

Jei priežastys yra sensorinės, tikėtina, kad padės ergoterapeutas, ypač jei jo specializacija - sensorika.



***Netoli puoduko pakabinkite
ryškių, patrauklių nuotraukų,
kur vaikučiai sėdi
ant puoduko.***