



Stärkung der Erziehungskompetenz

Familienzentrum Rietberg

Wiedenbrücker Straße 36
33397 Rietberg

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 09.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag auch 14.00 bis 18.00 Uhr

So erreichen Sie uns

Katharina Kneuper 05244 / 986-316
katharina.kneuper@stadt-rietberg.de

Martin Hillemeier 05244 / 986-308
martin.hillemeier@stadt-rietberg.de

oder: familienzentrum@stadt-rietberg.de FAX 05244 / 986-318

Informationen für Familien finden Sie unter
www.familienzentrum.rietberg.de

Dieser Handzettel wurde erstellt in Anlehnung an einen Flyer im Lokalen Bündnis für Familie Marzahn-Hellersdorf von Berlin (AG Interinstitutionelles Projekt zur Stärkung der Erziehungskompetenz) www.ipse-mh.blogspot.de .

Elveda bebek bezi!

LOKALE **BÜNDNISSE**
FÜR **FAMILIE**

Rietberg

Tuvalet eğitimi ancak çocuk idrar kesesini kontrol altında tutabildiikten sonra mantıklıdır ve ba şarılı olabilir. Yani:

- Çi şinin geldiğini hissetmeli
- İdrar kesesinin yavaşça doldu ğunu hissetmeli
- Çi ş yapmayı erteleyebilmeli
- İdrar kesesi az dolmuş olsa da çi şini yapabilmeli

Ancak bundan sonra idrar kesesini kontrol etmenin ince ayrıntıları ö ğrenilebilir. Bunlar olmadan tuvalet eğitimi başarılı olmaz. Bu yeteneklerle birlikte çocuk ne zaman tuvalete gideceğini ve „zamanında“ gitmenin ne demek oldu ğunu ö ğrenmektedir.

Altını ıslatmak, belirli bir ya ştan sonra bizim iyi gelişmiş, gelişim bozuklu ğu olmayan bir çocuktan olan beklentilerimize uyma da, çocu ğunuza hayal kırıklı ğına uğradığınızı veya endişe duyduğunuzu belli etmeyin. Kendi üzerinizde olan baskıyı çocu ğunuza yansıtmayınız. Baskı yapmayıp, her şeyi zamana bırakarak çocu ğunuzun sıkıntılarını üzerinden atabilece ğinden emin olabilirsiniz. Çocu ğunuza bu zor görevi ba şarması için yardımcı olun.

Geceleri veya gündüzleri altını ıslatması, çocu ğun yaşadıkları ve kendini nasıl hissettiğiyle yakından ilişkilidir. „Sıkıntılı bir günü“ ıslak bir gece takip eder. Bireysel bir „altını ıslatma takvimi“ ile çocu ğunuzun hangi durumlardan sıkıldığını ve nelere tepki gösterdiğini ö ğrenebilirsiniz. İster gündüz olsun ister gece, idrar kesesi daima sıkıntılara tepki gösterir.

Kesinlikle yapmamanız gerekenler:

- Daha az sıvı vermek
- İdrar kesesini yasaklamak
- Geceleri uyandırmak
- İlaçlar

Çocu ğunuzun idrar kesesi ne fazla küçük ne de zayıftır.

Genel olarak Almanya'da tuvalet eğitimine fazla önem verildi ği söylenebilir. Suçluluk ve utanma hisleri, iktidar mücadeleleri ve intikam kısır döngüleri oluşmakta. Tuvalet eğitimine başlamadan önce rahatlıkla çocu ğunuzun 2 yaşına girmesini bekleyebilirsiniz, ancak çocu ğun daha önce ilgi duyması durumu hariç (çok daha önce teklif edilebilir, ancak zorlanmamalıdır!). Kullanımı kolay olan bir oturma ve hemen gerçek ba şarılar beklemeden çocu ğun bununla istediği gibi oynamasına izin veriniz. Yaz mevsimlerinde dışarıda olduğunuzda çocu ğunuzun çıplak oynamasına izin verin ve çi şini yapmaya başladığında hemen oturma üzerine oturturun ve örn.: „Bak, işte böyle yapılır, ..ay, çok güzel yaptın“ deyin.

Tuvalet eğitimi fazla ciddiye alınan bir konu olmamalıdır, olaya biraz rahat bakın. Çocu ğunuz altına kaçırarak olursa, **asla utandırıp mahcup etmeyiniz.**

Kendiliğinden bırakmak isteyene kadar çocu ğunuzun bebek bezi kullanmasına izin verin. Ne kadar çabuk bırakacağınıza şaşacaksınız. Mutlaka gereksinimlerinize ve özellikle de çocu ğunuzun gereksinimlerine uygun bir kreş ve gündüz çocuk bakımevi seçiniz. Çocu ğunuzun **yetkiler ve özgüven edindi ğini** unutmayınız, **hedef budur.**

Düzenli aralıklarda oturma oturtmanın uygun bir yol olmadığı çok önemlidir. Çocuklar ba şlangıçta sadece idrar keseleri tamamıyla dolu oldu ğunda bunu boşaltabilirler! Geceleri uyandırmak ve daha az içecek vermek doğru yol değildir. İdrar kesesinin mükemmel kontrolündeki son aşama, çocu ğun bütün gece uyuyabilmesi, ancak idrar kesesi dolduğunda uyanabilmesidir. İncecek miktarının kontrollü verilmesi ve geceleri uyandırmakla bu süreç bozulmaktadır.

Islak bir pantolon için cezalandırmak her zaman yanlıştır. Ceza ve ödülün amacı, gelecekteki davranışını buna göre yönlendirmesidir. Ancak vücudu bu olgunluk derecesine ulaşmadıysa, çocu ğun bunu yapması imkansızdır.

Tuvalet eğitimi sırasında anne ve babalar güvenlerini çok çabuk kaybedebilmektedirler, çünkü her şeyi doğru yapmak ve doğru anı yakalamak isterler. Anne ve babalar güvensiz olduklarında veya korkularını gösterdiklerinde, bunlar çocuklara da yansır ve problemler başlar. Tuvalet eğitimindeki problemler çok çabuk eğitimde bir eksiklik olarak değerlendirilip, hatta kısmen pedagojik bir başarısızlık olarak bile görülmektedir.

Altını ıslatmak ancak çocuk beş yaşın üzerindeyse kritik olarak değerlendirilmektedir. Bu durumda altını ıslatmanın olası nedenleri araştırılmalıdır (böbrekler, idrar kesesi, kaslar, kumanda merkezi).

Olağandışı sıkıntılı olaylar olursa, örn. bo şanma, hastalık, ölüm, taşınma, kavga ..., çocu ğunuzun tekrar daha önceki eski haline geri dönmeye başlayabileceğinden emin olabilirsiniz. Bir kardeşin dünyaya gelmesi de çocu ğunuz için çok ağır bir duygusal sıkıntı anlamına gelebilir. Çok anlayışlı olun ve kendinizi onun yerine koymaya çalışın, o zaman tuvalet eğitimi de başarılı olacaktır.