**TUVALET EĞİTİMİ**

**TUVALET EĞİTİMİNİN KAZANILMASINDA GÜÇLÜK YARATAN FAKTÖRLER**

* Büyüme arzusu ve etrafındakileri memnun etme isteği duymama,
* Kendisinden bekleneni anlama ve taklit etme becerisinde zayıflık
* Plan yapma becerisinde zayıflık
* Değişikliği ve rutinin bozulmasını istememe
* Duyusal uyaranlara gösterilen tepkiler, korkular

**TUVALET EĞİTİMİNE BAŞLAMADAN ÖNCE :**

* Belli bir süre zaman harcamanız ve sabır göstermeniz gerektiğini kabul etmek
* 3 yaşından önce eğitime başlamak
* Eğitime başlayınca asla bez bağlamamak
* Kolay çıkarılabilecek giysiler tercih etmek
* Bol miktarda sıvı tüketimi sağlamak
* Ödülleri unutmamak

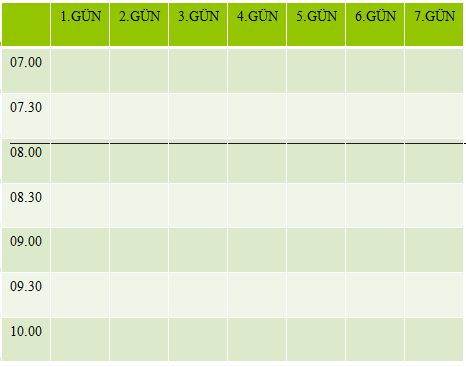
**TUVALET EĞİTİMİNE BAŞLAMAK İÇİN ÖNEMLİ HABERCİLER**

* Tuvaletinin geldiğini önceden fark edip belli ediyor mu ?
* 1,5 yaşını geçti mi ?
* Yürüyebiliyor ve oturabiliyor mu ?
* Kendi başına pantalonunu indirip kaldırabiliyor mu ?
* Sizi taklit edebiliyor mu ?
* Söylenenleri anlayıp basit kelimeler kullanabiliyor mu ?
* Çişini ve kakasını 2-3 saatlik periyotlar halinde yapmaya başladı mı ?
* Eğer çocuğunuzu tuvalete oturtmak için onu zorlamanız gerekiyorsa henüz hazır değil demektir.
* Çocuğunuz neden tuvalete oturmayı istemiyor olabilir ?
* Bezinden vazgeçmek istemiyor olabilir.
* Tuvaletin içine düşme korkusuyla kendini güvende hissetmiyor olabilir.
* Klozet kapağı soğuk geliyor olabilir.

**Sizin olumlu, destekleyici, açıklayıcı, cesaretlendirici ve hoşgörülü yaklaşımınızla çocuğunuz hazır olduğu zaman tuvalet alışkanlığını kazanacaktır.**

**TUVALET EĞİTİMİNİN ADIMLARI**

**1.Değerlendirme**



**2. Uygulama**

* Tabloyu göz önüne alarak en az iki saatte bir çocuğunuzu tuvalete oturtun.
* Tuvalet olayı gerçekleşirse hem sevincinizi belirterek hem de ödüllendirerek çocuğunuzu teşvik edin.
* Ödülü kesinlikle çiş ve kaka yapma işlemi tamamlandığı zaman verin onun dışında vermeyin.

**3. Otizmli Çocuklar için Fiziksel İpucu Kullanma**

* Tuvalet eğitimini bir kalıba ve rutine oturtmak alışkanlığın kazanılması sürecini kolaylaştıracaktır.
* Tuvalet ile ilgili tüm işlemlerin tuvalette gerçekleşmesini sağlayarak sınırlamak.
* Aşırı uyarıcı olmayan, çocuğun kendini güvende hissedeceği bir ortam yaratmak.
* Tuvalet olayını aşamalandıran yapışkanlı sembol kartları kullanabilirsiniz. Pantalon, külot, klozet, tuvalet kağıdı, sabun ve ödül.

**4. Otizmli Çocuklar için Etkinlik Çizelgesi Kullanma**

* Tuvalet olayını aşamalandıran yapışkanlı sembol kartları kullanabilirsiniz.
* Pantolon, külot, klozet, tuvalet kağıdı, sabun ve ödül.



**TUVALET EĞİTİMİNİN DOĞRULARI**

* Doğru zamanı beklemek
* Acele etmemek
* Planlı hareket etmek
* Olumlu geribildirim vermek
* Kazaları hoş görmek

**KAZALAR**

* Sabırlı olmak ve cezalandırıcı tutumlardan kaçınmak gereklidir.
* Aksi takdirde hem çocuğunuz tuvalet alışkanlığını kazanmada gecikebilir, hem de duygusal olarak zarar görebilir.
* Ortalığın kirlenmesine katlanamıyorsanız alıştırma külotlarını deneyebilirsiniz.

**TUVALET EĞİTİMİNİN YANLIŞLARI**

* Zamanından önce başlamak
* Uygun olmayan zamanda başlamak
* Cezalar vermek
* Korkutmak

**GECE TUVALET EĞİTİMİ**

* Gece yatmadan önce tuvaletini yapmasını sağlayın.
* Yatmadan önce çok miktarda sıvı almamasına dikkat edin.
* Çocuğun kendi başına tuvalete gitmesini kolaylaştıracak önlemler alın.
* Bez, alıştırma külotu ve çarşafın altına koruyucu sırasını izleyerek önlem alın.
* Uyuduktan 1 saat sonra onu tuvalete kaldırın.
* Çocuğunuzu motive edin, ödüllendirin.