

10 أسرار لنجاح مرحلة تدريب الطفل على الحمام



السبت 29 أبريل 2017 07:04 م

يقلق معظم الأمهات من مرحلة التدريب على القصرية "النونية"، لأنها ليست صعبة عليك أنتِ فقط، بل على طفلك أيضًا، حيث يكون مطلوبًا منه الاستغناء عن الحفاضات التي يشعر معها بالأمان والحرية، والبدء في تجربة شيء جديد عليه

لا توجد خطوات ثابتة لتدريب طفلك على استخدام القصرية، لأن لكل طفل طباع وسمات مختلفة، فقد توجد هناك طريقة ما تناسب ابن صديقتك، بينما لا يستجيب لها طفلك أبدًا، لذلك عليكِ معرفة طبيعته جيدًا، لتتمكني من إيجاد الطريقة المناسبة لتدريبه على استخدام القصرية

ونظرًا لأهمية هذه المرحلة لك ولطفلك، جمعنا لك 10 أسرار تساعد على نجاحها ومرورها بسلام

1- تأكدي من أن طفلك مستعد:

الحقيقة أنه لا يوجد سن معين مناسب لبدء التدريب، ولكن هناك وقت مناسب، وهو بدئه في التحكم في إخراج الفضلات، بأن تلاحظي تغير وجهه مثلًا أو ملامحه وقت التبرز، ويجب أن يصل لعمر يستطيع فيه الجلوس وحده دون مساعدة، تحدثي معه عن الأمر بتشويق قبل البدء في التدريب ولا تضغطي عليه أبدًا، وتأكدي من أنه في حالة جيدة، فمثلًا لا تبدئي معه التدريب على القصرية في أثناء فترة الفطام أو بعدها بقليل، حيث يكون طفلك ما زال ليس مستعدًا لتجربة شيء جديد

2- لا للمقارنة:

احذري أن تقارني حالته مع طفلك بحالة أم أخرى تروي إنجازاتها عن نجاحها في تدريب طفلتها في وقت أقل، لأنك ستشعري بالإحباط ولا تنصتي إلى قصص أمهات أخرى وتجاريهن، ولا تدعيها تؤثر عليك، فكل طفل حالة فريدة، ويجب أن تجدي الطريقة المناسبة له، وليس من العدل مقارنته بأي طفل آخر

3- التدريب على المراض العادي:

ابدئي بتدريب طفلك على استخدام المراض العادي، ويمكنك شراء مقعد خاص وتثبيتته على المراض العادي، حتى يشعر طفلك بالأمان خلال جلوسه عليه، وربما تحتاجين إلى كرسي صغير، حتى يتمكن طفلك من الصعود إلى المراض والنزول بسهولة في أي وقت

4- المكافأة:

كافئي طفلك في كل مرة يتمكن فيها من إنهاء المهمة وحده بنجاح، ولكن لا تبالغي في الاحتفال بالحدث، واجعلي مكافأتك له معنوية وبسيطة، مثل أن تحكي له قصتين بدل قصة واحدة قبل النوم، أو امدحيه وأكدي له أنه وصل إلى مرحلة متطورة وأنت فخورة به

5- تجربة منبه التوقيت:

يمكنك استخدام هاتفك لضبط منبه التوقيت كل 20 دقيقة، وتدريب طفلك على القصرية عن طريق وضعه عليها كلما دق الهاتف بالنغمة المميزة للتوقيت وفي اليوم التالي أطيلي الوقت الفاصل إلى 30 دقيقة أو أكثر، ومع الوقت والتدريب سيتمكن طفلك من تذكر الأمر دون الحاجة إلى منبه

6- اجعلي الأمر أكثر راحة:

إذا حاولت مع طفلك مرات عديدة ولم ينجح في الأمر، لا تشعريه بالذنب ولا تؤنبيه، بل اجعلي الأمر أكثر راحة وسهولة، يمكنك في هذه الحالة شراء قاعدة خاصة منفصلة ووضعتها في مكان وجود طفلك كغرفة المعيشة، وابدئي معه من هناك، وعندما ينجح في استخدامها

7- لا تنقلي إحباطك إلى طفلك:

إذا كنتِ تعانيين من الشعور بالإحباط حيال التدريب على القصرية، حاولي ألا يؤثر ذلك على تعاملكِ مع طفلك، بالتأكيد ستكون هناك حوادث في مناطق مختلفة من المنزل، فقط نظفي المكان والفتي انتباهه في هدوء أن هذا ليس المكان المناسب لذلك، ويجب في المرة القادمة أن يفعلها في المرحاض، ولا تضغطي على طفلك لأن ذلك سيؤثر على نفسيته واستجابته للتدريب حتمًا

8- اخلي الحفاض:

احرصي على أن تكون عملية خلع الحفاض تدريجية، ففي بداية التدريب ضعي طفلك على المرحاض في أثناء ارتدائه للحفاض حتى يعتاد على الوضع، وبعد ذلك اسأليه عما إذا كان مستعدًا لخلعه، فإذا لم يكن مستعدًا بعد، لا تجبريه على شيء وانتظري الوقت المناسب

9- اسألي طفلك:

اطلبي من طفلك أن يخبرك كلما شعر بالحاجة إلى التبول أو التبرز، ولا تنتظري أن يخبرك فقد ينسى أو ينشغل في اللعب، اسأليه كل 30 دقيقة عما إذا كان يريد الذهاب إلى المرحاض أم لا

10- لا تيأسي أبدًا:

إذا كنتِ قد جربت العديد من الطرق ولم تنجح أي منها، لا تيأسي واصبري واعلمي أن الأمر يحتاج إلى وقت وجهد، ويمكنك الاستعانة ببعض الفيديوهات لأطفال في نفس السن يستخدمون القصرية بأنفسهم لتشجيعه وتحفيزه، قد تفاجئين أنه يطلب أن يفعل ذلك بنفسه ودون طلب مساعدتك

إذا كان هناك شخص آخر يتولى رعاية طفلك لوقت طويل، دادة الحضانة على سبيل المثال، فاتفقي مع المسؤول عن رعايته هناك أن يستمر في التدريب وأن يطبق معه نفس الأسلوب الذي تتبعينه في تدريبه على استخدام القصرية