

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

اكتساب التحكم في العضلة العاصرة

RAGGIUNGERE IL CONTROLLO SFINTERICO

اقتراحات وإرشادات لأفراد أسرة الأطفال المصابين باضطرابات في التطور العصبي، وخصوصاً اضطرابات طيف التوحد



كتيب المعلومات هذا منفذ من أجل أطروحة البحث الخاصة بإيلاريا لالينجا « Ilaria Lalinga»، الطالبة في السنة الأخيرة في تقنيات إعادة التأهيل النفسي، لدى جامعة الدراسات في مودينا «Modena» وريجو إيميليا «Reggio Emilia»، ونشأ من مشروع فياني فيديريكا «Viani Federica»، فني إعادة التأهيل النفسي في مركز التوحد في ريدجو إيميليا «Reggio Emilia»، وتمت صياغته تحت إشراف الدكتورة/ فيرجينيا جوبرتي «Virginia Giuberti»، الأخصائية والمعالجة النفسية والمسؤولة بمركز التوحد في ريدجو إيميليا «Reggio Emilia»، وبالتعاون مع الدكتور/ جينو مونتانيا «Gino Montagna» و الدكتورة/ فرانيسكا بونتيمبو «Francesca Bontempo»، طبيبا أطفال الأسرة لدى هيئة الوحدة الصحية المحلية في ريدجو إيميليا «Reggio Emilia».

الصور الموجودة في كتيب المعلومات وفي الملفات المرفقة عبر الإنترنت مستمدة من الدبابة الأوغونية للتواصل المعزز والبدل (CAA) <https://www.arasaac.org>
رسام الأشكال التوضيحية: سيرجو بالاو «Sergio Palao»
الأصل: ARASAAC (<http://arasaac.org>)
الترخيص: (CC BY-NC-SA)
الملكية: حكومة أرغون

مقدمة

بوصفنا مركزًا للتوحد، يتعين علينا توفير معلومات وإجابات على الكثير من أسئلة الآباء واستفساراتهم حول اكتساب التحكم في العضلة العاصرة (القدرة على استعمال المرحاض) لدى أبنائهم.

كتيب المعلومات هذا مصمم تحديدًا بهدف تقديم قدر أكبر من الدعم والمساعدة لكم، عن طريق طرح مجموعة من التقنيات والاقتراحات المتعلقة باكتساب التحكم في العضلة العاصرة.



لكن تذكروا أنه بعيدًا عن الاستراتيجيات والتقنيات، يتسم كل طفل بالتفرد، وأن الطريقة التي تؤدي إلى نتائج جيدة مع أحد الأطفال، قد لا تثمر النتيجة نفسها مع طفل آخر. وكذا في المنشورات العلمية يوجد وصف لإجراءات مشابهة من أجل «التدريب على استعمال المرحاض» أو «خلع الحفاض»، لكنها غير مماثلة تمامًا.

فمن الضروري إنشاء مسار ذو طابع فردي من أجل طفلكم، ونصحكم، قبل البدء، بالتشاور مع طاقم المتخصصين الذين يتابعون الطفل (طبيب الأمراض النفسية والعصبية أو الطبيب النفسي والمعالجين وأطباء الأطفال)، إضافة إلى التشاور مع المعلمات اللاتي يتاح لهن ملاحظته أثناء الروتين والأنشطة اليومية في الحضانة.

فالاعتماد على الذات ليس من المهارات الفطرية، إنما هو مجموعة من المهارات التي يتم اكتسابها تدريجيًا عبر التعليم والمساعدات الآتية من الراشدين المرجعيين، ولذا يجب أن تتسلح جميعًا بالصبر والمثابرة. يكتسب الطفل التحكم في العضلة العاصرة بين سن 18 شهرًا وثلاث سنوات تقريبًا، لكن الأمر متغير بصورة فردية: فبعض الأطفال يكتسبون هذه المهارة في وقت مبكر، وآخرين يستغرقون وقتًا أطول.

في الرابط التالي على موقع هيئة الوحدة الصحية المحلية في ريدجو إيميليا « Reggio Emilia » يمكنكم الاطلاع على مواد أخرى وتحميلها وطباعتها:

<https://www.ausl.re.it/programma-autismo-e-disturbi-dello-spettro-autistico-asd>

- المرفق 1. نسخة مطولة من كتيب المعلومات هذا (كاملة وتحتوي على إرشادات أكثر تفصيلًا)
- المرفق 2. جدول من أجل مخطط الإخراج
- المرفق 3. صور (من أجل الانتقال إلى الحمام، تسلسلات بصرية، جوائز، الخ)
- المرفق 4. بيليجرافيا
- المرفق 5. كتب مصورة للأطفال حول الموضوع

نصائح عملية

يُنصَح بالتعامل تدريجيًا



يُنصَح بالبدء في اتباع استراتيجيات «خلع الحفاض» في **فصل الربيع**، من أجل «الحد من الأضرار»: «الحوادث» التي يمكن أن تقع ستكون أخف وطأة منها في الشتاء (فمثلًا ستكون الملابس المبللة أو المتسخة أقل، إضافة إلى أنها سَتُغسَل وتُجف أسرع)، وكذلك سيكون لدينا وقت أطول من أجل التعليم والتجريب (الربيع والصيف).

في البداية سنعمل على اكتساب **التحكم في العضلة العاصرة نهارًا** (أثناء ساعات استيقاظ الطفل)، ولاحقًا سنصل إلى نقطة التحكم **الليلي** أيضًا، أو على أي حال أثناء ساعات النوم (القبولة عصرًا والنوم في الليل).

هدفنا في البداية سيكون تعليم القدرة على التبول والتغوط في المرحاض، ومن ثم يمكن أن يتعين على الشخص الراشد تنفيذ جميع الخطوات المتبقية بدلًا من الطفل.



يُرجى أيضًا تذكُّر أن مهارة الذهاب إلى الحمام بصورة مستقلة تمامًا تتألف من الكثير من المهارات المجتمعة (مثل التعرف على الحاجة إلى الذهاب إلى المرحاض، والإبلاغ بالحاجة، والانتظار قبل التبول/التغوط، والدخول إلى الحمام، وإنزال السروال، الخ). فعلى سبيل المثال سنجد أن إشارة الطفل إلى حاجته إلى الذهاب إلى الحمام ستكون هدفًا يمكننا الوصول إليه في وقت لاحق. فعليًا في البداية سيُتبعين على الوالدين أن يقترحا على الطفل الذهاب إلى الحمام في مواعيد محددة مسبقًا، وفي وقت لاحق سيعبر الطفل للوالدين عن حاجته وسيطلب منهما اصطحابه إلى الحمام.

حاليًا سنتعرض باختصار إلى **خطوات المسار** التي يمكنكم وضعه لتعليم طفلكم اكتساب التحكم في العضلة العاصرة ودخول الحمام باستقلال.

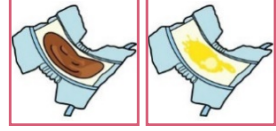
ثم ستكتسب الاقتراحات طابعًا فرديًا وفقًا لطفلكم.

الخطوة الأولى |

تقييم الإقاعات الفسيولوجية للطفل

في البداية من المهم تحديد **مخطط الإخراج** الخاص بطفلكم، أي محاولة استيعاب إذا ما كان لديه إقاعاً فسيولوجياً منتظماً نوعاً ما، إضافة إلى تحديد المواعيد التي يزيد فيها احتمال التبول أو التغوط.

لذا، **خلال أول أسبوعين، سنواصل استعمال الحفاض** (الواجب استبداله بحفاض على شكل سروال داخلي، نظراً لأن هذا أسهل)، والذهاب بالطفل إلى الحمام، على سبيل المثال مرة كل ساعة، لمعرفة إذا ما كان الحفاض مبتل أم متسخ أم نظيف. لتجميع المعلومات، قد يساعدكم طباعة **الجدول** الموجود على موقع مركز التوحد، وتعبئته.



☑	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO

إضافة إلى محاولة اقتراح **الجلوس لبضع دقائق على المراض** دون الإكثار على ذلك، مع تغيير الحفاض، إن كان مبتلاً أو متسخاً. قد تستغرق هذه المرحلة أكثر من أسبوعين، ويلزم التقييم في كل مرة بناءً على احتياجات الأسرة والطفل.

الخطوة الثانية |

تحديد مواعيد الذهاب إلى الحمام

بعد فترة الأسبوعين هذه، يجب ملاحظة الجدول، ثم مباشرة:

1. تقييم استعداد الطفل لمواصلة التدريب، مع مراعاة الشروط التالية:

- **جفاف** الحفاض لفترات لا تقل عن ساعة ونصف.
- **إبداء** بعض الإشارات التي تدل على الشعور بابتلال الحفاض أو اتساخه، أو توقف الطفل أثناء التبول أو التغوط.
- **يقبل المرافقة** إلى الحمام.
- **يوافق على البقاء** جالساً على المراض لمدة 5 دقائق على الأقل، مع البدء بالجلوس لمدة دقيقة واحدة ثم زيادة المدة تدريجياً.

الفترة الزمنية اللازمة لتحقيق هذه الشروط قد تتجاوز الأسبوعين؛ ولمساعدة طفلكم ستجدون إرشادات واقتراحات في كتيب المعلومات الكامل المتاح على الموقع الإلكتروني في صفحة مركز التوحد.

2. تقييم المهارة المُراد البدء بها: هل يجب تعليم التبول أم التغوط أولاً؟

قرار البدء بالتدريب على التبول في المرحاض أو التغوط فيه يكون شخصيًا ويتغير من طفل إلى آخر.

لكن يجب مراعاة أن التبول أكثر من التغوط، ويمكن توقعه بصورة أقل. لذا، إن كان طفلكم يتغوط بانتظام، يجب استغلال الأمر والبدء بتعليم الطفل عن طريق جعله يجلس على المرحاض في المواعيد التي عادةً ما يتغوط فيها، لأن هذا يزيد احتمالية النجاح بسبب أن الالتزام أقل إرهاقًا، لأن الأمر:

- **يحدث** بتواتر أقل وبشكل أكثر انتظامًا من التبول.
- تخمين العلامات **أبسط** (مثل الحزق، اتخاذ وضع القرفصاء، احمرار الوجه...).
- **زيادة احتمال** التغوط عند الذهاب إلى الحمام في كل مرة.

عندما يتعلم الطفل التغوط في المرحاض بدلاً من الحفاض، سيكون أسهل الانتقال إلى التبول، لأن الطفل يكون بالفعل معتادًا على الذهاب إلى الحمام.

أما إن كان طفلكم ليس لديه إيقاعًا منتظمًا، يمكنكم تقييم المهارة المطلوب البدء بتعليمها بناءً على معرفة عاداته (مثلًا إن كان التغوط يمثل وقتًا حساسًا بالنسبة للطفل، أو إن كانت لديه عادات محددة وثابتة ما قد يؤدي إلى توتر الطفل على الفور، فحينها من الأفضل عدم البدء بهذه المهارة).

3. تحديد مواعيد الذهاب إلى الحمام.



البيانات التي جمعناها في الأسبوعين السابقين لعملية «خلع الحفاض» ستساعدنا على تحديد المواعيد التي يزيد فيها احتمال احتياج الطفل فسيولوجيًا إلى الذهاب إلى الحمام، وكذا فاصل الاحتباس، أي الفترة الزمنية التي تمر بين مرات التبول. بناءً على هذه البيانات يجب تحديد مواعيد إرشادية لإدخال الطفل إلى الحمام، مع محاولة استباق المواعيد الفسيولوجية قليلًا، لتجنب الحوادث.

في الجداول سجد أن المواعيد المذكور رقمها أعلى C (التغوط) أو P (التبول) في غضون الأسبوعين تقابل مخطط الإخراج الخاص بطفلكم.

• البراز:

✓ إن كان مخطط طفلكم منتظمًا: يتعين عليكم اصطحابه إلى الحمام قبل خمسة عشر دقيقة من موعد التغوط المعتاد.

✓ إن كان طفلكم ليس لديه إيقاعًا منتظمًا: يتعين عليكم إدخاله الحمام قبل 15 دقيقة من أول موعد تم تسجيل التغوط فيه (أي التغوط في الحفاض)، ثم يجب مواصلة محاولة إدخال الطفل إلى الحمام كل ساعتين، حتى يتغوط فعليًا.

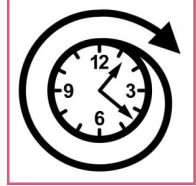
• البول:

مواعيد التبول ستكون أكثر، لذا سنختار من 4 إلى 8 مواعيد في اليوم يزيد فيها احتمال التبول، وذلك بناءً على المسجل في الجدول، أو يمكن إدخال الطفل إلى الحمام في مواعيد منتظمة بناءً على فاصل الاحتباس (فمثلًا إن كان الطفل يتبول كل ساعتين، يمكن اصطحابه إلى الحمام في كل مرة وبانتظام قبل مرور الساعتين).

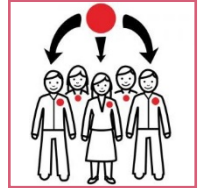
الخطوة الثالثة | تهيئة البيئة

قبل البدء في إدخال الطفل إلى الحمام وفقًا لجدول المواعيد الذي حددناه، يُنصح بتهيئة البيئة والروتين من أجل زيادة احتماليات نجاحنا.

• **الاستمرار والتوقع:** عند بدء التمرين يجب مواصلة روتين دخول الحمام في جميع الأيام، وبصورة لا تتغير تقريبًا.



• **إشراك جميع الأشخاص الموجودين حول الطفل (الجدود والأقارب الآخرين والمعلمين والمربين، الخ)، وذلك من خلال مشاركة طرق إدخال الطفل إلى الحمام وتوفير ملابس بديلة للجميع تحسبًا لحالة وقوع «حوادث» لكي يتمكن الآخرون من تغيير ملابس الطفل.**





• **تنفيذ جميع العمليات داخل الحمام** (مثل خلع الحفاض والجلوس على المراض وتغيير الملابس المبللة أو المتسخة وما شابه)، فهذا يساعد الطفل على ربط هذه السلسلة من التصرفات بمكان محدد (الحمام).



• **تقليل عوامل التشبث**: يُنصح بإزالة جميع مصادر التشبث من الحمام: مثل لعب الأطفال أو الأشياء التي يمكن أن تجذب الطفل وتصرفه عن الهدف (إن كان لديكم أكثر من حمام في المنزل، يجب تقييم أيهم سيُستخدَم، مع تفضيل الحمام الأكثر «خلوًا»، أي الذي يخلو من الأشياء المرتبطة بأنشطة أخرى).



• **استعمال المراض العادي** من البداية مع وضع قاعدة جلوس أطفال لجعل الجلوس أكثر راحةً واستقرارًا. ومن الأفضل استعمال قاعدة أطفال ملونة أو يوجد عليها شخصيات مفضلة أو جذابة على أي حال. يمكن وضع دعامة لكي يتمكن الطفل من الصعود وإسناد القدمين (هذا أمر مفيد لأن وضع الجلوس مع إسناد القدمين وثني الساقين 90 درجة على مستوى الركبتين يسهل الدفع من أجل طرد البراز). إذا قررت استعمال نونية، فيجب وضعها في الحمام واستخدامها دائمًا فيه.

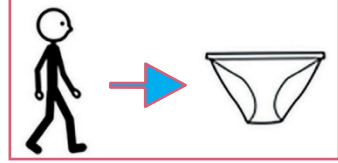
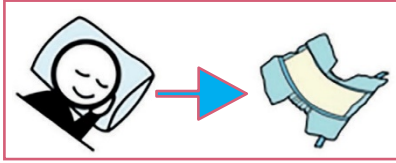


• **في حالة الذكور يجب مراعاة الرغبة في تعليم الطفل التبول أثناء الوقوف أم الجلوس**: خصوصًا في البداية يكون من الأفضل التبول أثناء الجلوس، وذلك لسببين: تجنب خطوة وجوب «إسناد» العضو الذكري، إضافة إلى أنه أثناء الجلوس يمكننا أيضًا التحفيز على التغوط. وبعيدًا عن الوضع المفضل، فالمهم هو أن يكون جميع الراشدين المسؤولين عن رعاية طفلكم على علم بالأمر، وتنفيذ التدريب بالصورة نفسها.



• **جعل الطفل يشرب الكثير من السوائل** (مياه أو مشروبات أخرى محببة): التحفيز على تناول السوائل يعزز التبول والتغوط على حدٍ سواء، وهو مفيد بشكل عام، وخصوصًا مع الأطفال الذين «يمتنعون» عن قضاء الحاجة لكيلا يقضوها في المراض.

- **استعمال السروال الداخلي بدلاً من الحفاض باستمرار:** سيكون من الأفضل عدم إرباك الطفل بلبس الحفاض وخلعه أثناء اليوم حسب المواقف أو الاحتياجات. فأوضح رسالة يجب أن تصل إلى الطفل هي الربط بين الحفاض ووقت النوم، والسروال الداخلي والاستيقاظ.



الإدارة عملية التنقل في السيارة على نحو أفضل يمكن الاستعانة بأغطية للاستعمال مرة واحدة ووضعها على مقعد الأطفال؛ أما بالنسبة للخروج من المنزل فبإمكانكم أن تحملوا دائماً معكم العديد من الملابس البديلة، وبمجرد الوصول إلى أي مكان، حددوا مكان الحمام واصطحبوا الطفل على فترات زمنية محددة مسبقاً من أجل مواصلة التمرين.

- **تحبيب الطفل في روتين الحمام بأسلوب «متقاطع»:** يمكنكم أن تقترحوا على طفلكم، أثناء اللعب، مشاهد ممتعة تقوم خلالها الدمية المفضلة أو شخصية ما بتنفيذ العديد من الأمور، ومنها أيضاً دخول الحمام.

أو يمكنكم أن تشاهدوا سويًا كنيًا مصورةً للأطفال أو فيديوهات أو رسوم متحركة، أو قصص اجتماعية مصممة خصيصاً للتعرض لموضوع استعمال الحمام تحديداً.



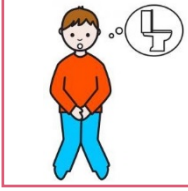
- **استعمال غرض انتقالي للحمام أو مساعدة بصرية (صورة):** قد يساعد الطفل على دخول الحمام إعطائه في يده غرض انتقالي مرتبط بالذهاب إلى الحمام، أو صورة للمرحاض. يفيد هذا في مساعدة الطفل على استيعاب المكان الذي سيذهب إليه وماذا سيحدث. إن كان الطفل لم يبدأ الكلام بعد، يمكن استعمال الصورة لاحقاً، من أجل إبلاغ الشخص الراشد بالحاجة إلى استخدام الحمام.



• **تجهيز عناصر مساعدة بصرية وتحديد روتين بمساعدة الصور:**
 داخل الحمام يُنصَح بعرض تسلسل بصري من الصور (الفوتوغرافية أو الرمزية) حول روتين الذهاب إلى الحمام: يتيح هذا لنا تعريف الطفل بجميع المعلومات المفيدة (مع تخطي، في بعض الأحيان، بعض صعوبات استيعاب الشرح عبر اللغة المنطوقة وحدها)، ويتيح للطفل التعرف على ما سيحدث والخطوات الواجد تنفيذها، ومعرفة موعد بوضوح. في نهاية صور التسلسل يمكن أيضًا وضع صورة الجائزة التي سيحصل عليها.



• **تعلم التعرف على علامات طفلكم:** من المفيد تعلم التعرف على العلامات التي تظهر على كل طفل، ولو لإرادياً، قبل التبول أو التغوط (مثلاً يصبح أحمر الوجه، أو يئنس ساقيه، أو يظل صامتاً، يذهب إلى أحد الأركان، وما شابه) وبمجرد ملاحظة هذه العلامات، يجب اصطحاب الطفل إلى الحمام، حتى وإن كان الموعد غير منكور في المخطط الذي صممناه.



• **استعمال الجوائز:** خصوصاً في البداية، يجب استعمال جوائز بسيطة، إضافة إلى المديح والثناء، ما سيشجع طفلكم أكثر على استعمال المراض؛ فهذا سيعمل على تسريع العملية وسيجعل الاستيعاب أمتع. وفي وقت لاحق، بعد اكتساب المهارة، سنعمل تدريجياً على تقليل الجوائز ثم الاستغناء عنها، لأنها لن تكون ضرورية.



الجائزة يجب أن تكون شيئاً يحبه الطفل كثيراً، لكن عند البدء في التدريب، يجب استعماله حصراً في الحمام من أجل مكافأة التزامه. من المهم أن تكون الجائزة شيء لا يتمكن الطفل من الحصول عليه في أوقات أخرى من اليوم أو في أماكن أخرى.

يجب تحديد إذا ما كانت الجائزة ستكون وجبة خفيفة صغيرة (رقائق البطاطس أو حلوى أو حلوى سمارتيز المغلفة بالسكر أو ما شابه) يستمتع بتناولها على الفور، وبالتالي لا يتشتت الطفل، أو أحد الأنشطة أو الألعاب بناءً على ما يفضله الطفل.

الخطوة الرابعة |

صناعة روتين الذهاب إلى الحمام

في هذه المرحلة سنبدأ في التدريب التعليمي بالفعل، عن طريق اصطحاب الطفل إلى الحمام في مواعيد منتظمة، مع استعمال السروال الداخلي بدلاً من الحفاض (ثناء اليوم) وصناعة روتين الذهاب إلى الحمام.

- **اصطحب الطفل إلى الحمام** في المواعيد المحددة مسبقاً أو عندما تظهر عليه علامات تدل على رغبته في قضاء حاجته. أنزل السروال أسفل الركبتين (إن تمكن الطفل من فعل هذا بمفرده ولو جزئياً على الأقل، يجب تشجيعه على هذا) واجعل الطفل يجلس على المرحاض.

يجب الحرص على **بقاء الطفل جالساً لمدة 5 دقائق على الأقل**، والانتظار برفقته.



ومن أن لآخر قم بالثناء عليه لأنه ظل جالساً. (مثلاً «أنت ولد جيد! لقد جلست على المرحاض!»)، وشرح له بشكل مباشر الأمور التي يجب أن يفعلها، مع الحرص على ألا تكون كثير الطلبات، ودون إصدار أوامر.

- **إذا تبول الطفل أو تغوط**، قم بالثناء عليه بشدة وأعطي إليه الجائزة على الفور. وبعد ذلك مباشرة نظفه وأخرجه من الحمام.
 - **إذا لم يتبول الطفل أو يتغوط بعد 5 دقائق**، أنزله عن المرحاض، وأخرج من الحمام حتى يحين الموعد التالي المفترض، أو حتى يظهر على الطفل علامات تدل على ضرورة العودة إلى الحمام.
 - **إن وقع «حادث»**، أي إذا تبول الطفل أو تغوط في سرواله الداخلي، فلا توبخه، وإنما يجب اصطحابه على أي حال إلى الحمام، وخلع الملابس المتسخة، والإشارة إلى المرحاض مع إعطاء رسالة لفظية وحركية «البول/الغائط في الحمام». إضافة إلى أنه في حالة التغوط قد يفيد «إفراغ» السروال الداخلي المتسخ في المرحاض.
- في البداية سيكون الموقف مزعجاً للشخص الراشد، نظراً لاحتمال وقوع العديد من «الحوادث»، لكن هذه الخطوة ضرورية وعادية، نظراً لأن الطفل معتاد على قضاء حاجته في الحفاض.
- من المهم جداً عدم توبيخ الطفل وإشعاره بالذنب، إن لم ينجح في استعمال المرحاض في البداية.

الخطوة الخامسة |

تعليم الاستقلال التام في الدخول إلى الحمام

عندما يتعلم طفلكم في النهاية التحكم في نفسه قبل التبول والتغوط وكذا قضاء الحاجة في الحمام (مهارة الذهاب إلى الحمام) يمكننا تعليمه جميع المهارات التي تتيح له الاستقلال تمامًا أثناء القيام بسلسلة العمليات التي يضمها نشاط الذهاب إلى الحمام (مهارة الاستقلال في استعمال الحمام) ومنها، على سبيل المثال، إنزال السروال والسروال الداخلي ورفعهما، استعمال مناديل المرحاض بصورة سليمة، الضغط على السيفون، البقاء بمفرده في الحمام، الذهاب إلى الحمام بمفرده بناءً على إشارة الشخص الراشد.

يجب الاهتمام على وجه الخصوص بمهارة التعبير عن الحاجة إلى الذهاب إلى الحمام، سواء كان طفلكم يستعمل اللغة اللفظية، أو لا يستخدمها. وفي هذه الحالة الأخيرة يجب تعليمه استعمال وسيلة تواصل معزز وبديل (CAA) يعرفها الطفل بالفعل (الصور أو اللافتات). يمكنكم الرجوع إلى موقعنا الإلكتروني للحصول على جميع الإرشادات المتعلقة باستيعاب هذه المهارات. هدفنا النهائي يجب أن يظل دائماً تعزيز الاستقلال التام لطفلكم، والتقليل التدريجي للتبويضات أو المساعدات من جانب الراشدين.

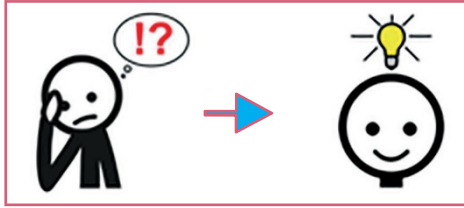


قد يتعلم طفلكم جيدًا هذه الخطوات كل على حده، لكن دون أن يتمكن من تنفيذها من دون مساعدات صغيرة من جانب شخص راشد، أو من دون تحفيز متواصل، أو دون القدرة على إنهاءها بصورة متتالية.

- **كيفية التصرف إذا «نسي الطفل أو لم ينفذ» بعض خطوات التسلسل:** إذا لاحظت أن الطفل يحتاج إلى مساعدة، قدم مساعدة ملموسة (أي رافقه وأعطه توجيهات بشأن الخطوة التالية)، أو أشر إلى الخطوة المطلوبة في التسلسل البصري الموجود في الصور، أو إن كان الطفل يتحدث وقادر على الإجابة، وجه إليه سؤالاً: «ما الذي يجب عليك فعله؟» بدلاً من اقتراح الأمر مباشرةً.

اقتراحات بشأن كيفية حل مشكلات نوعية

أثناء مسار اكتساب مهارة الذهاب إلى الحمام، قد تحدث بعض الصعوبات في بعض المراحل. في هذه الحالة من الضروري، قبل أي شيء، محاولة التفكير في كيفية نظر طفلكم للأمور: لماذا لا يفعل أمر محدد نطلبه منه؟ لماذا لا يستجيب على النحو المتوقع؟



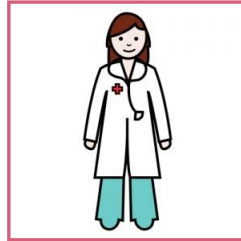
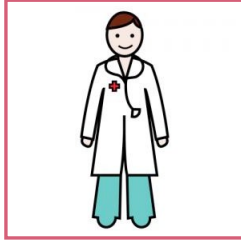
عندما نفهم «السبب» أو نفترضه، يجب أن نفكر في كيفية حل المشكلة القائمة، عن طريق مساعدة الطفل باستخدام استراتيجيات، أو عن طريق التبسيط/التوضيح من خلال أي وسائل مساعدة بصرية لزيادة الفهم والتعاون والتحفيز.

على الموقع الإلكتروني لهيئة الوحدة الصحية المحلية ستجدون استراتيجيات ونصائح قد تكون مفيدة إن واجهتم **الصعوبات التالية:**

- معارضة الجلوس على المراض.
- رفض الاستمرار في الجلوس على المراض لوقت كافٍ.
- الامتناع عن قضاء الحاجة عند خلع الحفاض، أو عدم فهم الطفل لكيفية التبول.
- عدم قضاء الحاجة مطلقاً في جميع مرات الجلوس على المراض.
- وقوع «حوادث» متكررة يقوم فيها الطفل بالتبول أو التغوط على نفسه في غير المواعيد المتوقعة لدخوله إلى الحمام.
- الخوف من شد السيغون.
- الاهتمام المفرط بشد السيغون يشتت انتباه الطفل عن الجلوس على المراض.
- اللعب بمناديل المراض.
- رفض تنظيف الجسم بعد قضاء الحاجة.
- عدم الرغبة في ارتداء السروال الداخلي والبحث عن الحفاض.

إجابات أطباء الأطفال على أسئلتكم واستفساراتكم

تشغل الكثير من الأسئلة والاستفسارات بال أغلب الآباء أثناء مرحلة تعليم أطفالهم كيفية استعمال المرحاض بشكل سليم. لتقديم إجابات ومعلومات كاملة ووافية لكن بناءً على إثباتات طبية، فلقد أسهم في صياغة كتيب المعلومات هذا أطباء أطفال الأسرة في هيئة الوحدة الصحية المحلية في ريدجو إيميليا «Reggio Emilia».

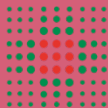


في المواد المتاحة على موقع هيئة الوحدة الصحية المحلية ستجدون إجابات أطباء الأطفال على الأسئلة التي يشيع إثارتها حول الموضوع:

- على المستوى الفسيولوجي كيف يتم تنظيم ميكانيكية التبول؟
 - ما المدة الزمنية المناسبة الفاصلة بين مرات التبول؟ ففي بعض الأحيان لا يتبول الطفل لبضع ساعات!
 - في بعض الأحيان يحبس الطفل البول لفترة طويلة، أو لساعات، أو ليوم كامل! أخشى انفجار مثانة طفلي أو تعرضه لأضرار خطيرة، إن حبس البول لفترة طويلة! أو تعرضه للجفاف!
 - أخشى تعرض طفلي لأضرار خطيرة، إن حبس البراز لفترة طويلة!
 - خلال أسبوعي التقييم كنت دائماً أجد الحفاض مبتلاً... ما معنى هذا؟
- نود التذكير بأن المعلومات ذات طابع عام، ومن أجل التعمق بشأن ما يخص طفلكم، ننصح بالتوجه إلى طبيب أطفال الأسرة الخاص بكم.

في الرابط التالي على موقع هيئة الوحدة الصحية المحلية يمكنكم الاطلاع على وتحميل وطباعة:

- النسخة المطولة من **كتيب المعلومات**، وهي نسخة أكثر تكاملاً وتضم إرشادات أكثر تفصيلاً.
- **الملفات** التي تحتوي على **المواد المذكورة** في كتيب المعلومات هذا (**الجدول، الصور من أجل الانتقال إلى الحمام، التسلسلات البصرية، الكتب المنصوح بها، الخ**).



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia

IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia