

التبول اللاإرادي الليلي

معلومات أساسية

- ✓ الطفل الطبيعي يستطيع أن يضبط المثانة مساء في عمر ٤ سنوات وبعض الأطفال تستطيع أن تضبط المثانة قبل ذلك بقليل وبعض الأطفال تتأخر عن ذلك بعض الشيء.
- ✓ في حالة أن يتم الطفل عمر ٤ سنوات ويتبول على نفسه مساء يومياً لا بد من التدخل الطبي لدى طبيب أطفال أو طبيب مسالك بولية بالإضافة إلى التدخل السلوكي الآتي.

التدخل السلوكي:-

- ✚ تناول وجبه العشاء مبكراً قبل النوم بثلاث ساعات تقريباً.
- ✚ الامتناع عن تناول الحوادر و السكريات والحريفات في وجبه العشاء.
- ✚ يتناول الطفل وجبه العشاء مع الأسرة.
- ✚ الامتناع عن تناول المياه قبل النوم بساعتين تقريباً.
- ✚ إذا طلب الطفل مياه يعطي كوب كبير وفيه كميته مياه صغيره.
- ✚ الامتناع عن تناول الكولا والشاي والقهوة والمشروبات في الفترة المسائية.
- ✚ الامتناع عن الضرب والأهانه في حاله التبول.
- ✚ يجب عدم معرفه الأخوة بتبول الطفل ويكون هذا الموضوع بين الطفل والأم والأخ الأكبر فقط.
- ✚ التدعيم المادي والمعنوي في حاله عدم التبول ويجب أن يكون التدعيم مباشره بعد النجاح في عدم التبول.
- ✚ دخول الحمام قبل النوم مباشره.
- ✚ تدريب عضله المثانة في الفترة الصباحيه من خلال أن يحاول الطفل أن يمسك نفسه قبل التبول ولا يتبول إلا عند الشعور الشديد بالرغبة في التبول.
- ✚ تدريب عضله المثانة في الفترة المسائية بأن يتم إيقاظ الطفل مساء بعد نومة مرة واحدة فقط لدخول الحمام.

التبول والتبرز النهاري

معلومات أساسية

- ✓ الطفل الطبيعي يستطيع أن يضبط المثانة نهائياً في عمر سنتين وبعض الأطفال تستطيع أن تضبط المثانة قبل ذلك بقليل وبعض الأطفال تتأخر عن ذلك بعض الشيء.
- ✓ يُفضل البدء في تدريب الطفل على ضبط الحمام بعد أن يتم من عمره الزمني سنه وهذا يكون تدريب فقط ويُطالب بالبدء في ضبط المثانة نهائياً في عمر سنتين.
- ✓ يجب تنظيم الساعة البيولوجية الداخلية للطفل لتنظيم عملية الإخراج من خلال اتباع التدخل السلوكي الآتي.

التدخل السلوكي:-

- ✚ تنظيم وتثبيت مواعيد الوجبات الأساسية (الفطار – الغداء – العشاء) حتى تنتظم عملية الهضم لدى الطفل وبالتالي ينتظم عملية الأخراج.
- ✚ دخول الحمام بعد الأستيقاظ من النوم مباشرة.
- ✚ دخول الحمام بعد كل وجبة أساسية (الفطار – الغداء – العشاء) بمدة ١٥ دقيقة.
- ✚ يظل الطفل على البوتي أو في الحمام في كل مرة لمدة ١٠ دقائق فقط ثم يتم خروجه في جميع الأحوال وإذا تبول أو تبرز في الحمام يتم مكافأته مكافأة مادية ومعنوية.
- ✚ بعض الاطفال في العمر الصغير يخافون أن يجلسوا على قاعدة الحمام وفي هذه الحالة يجب أن يتم وضع قاعدة خاصة بالاطفال على الحمام بالإضافة إلى ضرورة أن يكون الطفل واضع قدميه على كرسي صغير فلا تكون قدميه في الهواء.

مص الأصابع النهاري

- ✚ الوقاية خير من العلاج فلا نترك الطفل منذ الصغر يقوم بوضع أصابعه في فمه أثناء الأستيقاظ أو أثناء النوم.
- ✚ إذا تعود الطفل على وضع أصابعه في فمه يتم القيام بعملية التصحيح المتكرر وهي تعني أن يقوم كل من يتعامل مع الطفل بإزالة اصابعه من فمه بصورة متكررة مع مراعاة (عدم النظر في عين الطفل وعدم ضرب الطفل على يده وعدم الصراخ في وجه الطفل).
- ✚ الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل وضع أصابعه في فمه.
- ✚ دراسة البديل (محاولة إشغال يد الطفل بلعبة ما أو إشغال فم الطفل بنبون مثلاً) في محاولة لمنعه من وضع يده في فمه.
- ✚ العلاج المعرفي (التحدث مع الطفل عن إيجابيات الأمتناع عن وضع الأصابع في الفم وسلبيات وضع الاصابع في الفم مثل وجود جراثيم في يده سوف تصل إلى معدته وتولم معدته).

مص الأصابع الليلي

- ✚ إستيقاظ الطفل في الصباح الباكر وإذا كان الطفل يتعود على النوم في فترة الظهر فيجب ألا يتعدى وقت نومة الساعة الثانيه ظهراً ولا ينام بعد هذا الوقت حتى يستجيب بسهولة لعلاج مص الأصابع الليلي.
- ✚ يرتدي الطفل جاكيت تريننج أو جلباب ذات كم طويل ويكون الكم مغلق (يتم خياطة الكم من كلا الطرفين) ويتم التنبيه على الطفل بأن هذا الجلباب خاص بالنوم وهو علاج لمص الأصابع.
- ✚ يتم عمليه التصحيح المتكرر للطفل خاصة أثناء مرحلة ما قبل النوم فيجب أن ينام الطفل ويتعود على النوم دون وضع أصابعه في فمه.
- ✚ ربما يغضب الطفل أو يبكي ولكن يجب التعامل مع البكاء بالتجاهل وعدم الغضب على الطفل أو عقابه فقط نؤكد له ضرورة النوم دون وضع الأصابع في فمه.

فرط الحركة

- ✚ تفريغ طاقة الطفل من خلال ممارسة الرياضة مثل السباحة أو ألعاب القوى والجري ويجب أن يكون ممارسة الرياضة تحت إشراف متخصصين وبصورة مكثفة.
- ✚ يجب الابتعاد عن ألعاب العنف مثل الكاراتيه والكونغ فو وغيرها من الألعاب القتالية حتى لا يتعلم الطفل العنف.
- ✚ عدم التعامل مع الطفل بعنف.
- ✚ الامتناع عن مشاهد أفلام الحركة والعنف مثل المصارعة (جون سينا وغيرهضار جدا بالنسبة للأطفال).
- ✚ الامتناع عن مشاهد أفلام الكرتون العنيفة مثل (توم وجيري - سوبر مان - فتى الساموراي - المغامرون الخمسه - وغيرها).

العض

- ✚ الامتناع عن لعب ألعاب العض مع الطفل.
- ✚ لا تعضوا الطفل فيعضكم.
- ✚ عدم إعطاء الطفل الفرصة ليعض.
- ✚ إذا عض الطفل يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا عض الطفل يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل العض.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الإيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

البصق

- ✚ الامتناع عن لعب ألعاب البصق مع الطفل.
- ✚ لا تبصقوا الطفل فيبصق عليكم.
- ✚ إذا بصق الطفل يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا بصق الطفل يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل البصق.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

السب والشتيمة

- ✚ الامتناع عن لعب ألعاب الشتيمة مع الطفل.
- ✚ لا تشتموا الطفل فيشتمكم.
- ✚ إذا شتم الطفل يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا شتم الطفل يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل الشتيمة.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

البكاء والانفجار بالغضب والصراخ عند رفض طلبات الطفل

- ✚ التفكير جيداً قبل الرد علي مطلب الطفل فيجب أن يتريث من يتعامل مع الطفل فيفكر لمدته ثانيتين فقط قبل أن يقول للطفل نعم أو لا.
- ✚ الصبر وتجاهل نوبة غضب الطفل وبكاءة فيجب عدم التعليق على بكاء الطفل (فقط يتم التنبيه على الطفل بأنه لن يتم الأستجابة لطلبه هذا.
- ✚ عدم النظر في عين الطفل.
- ✚ عدم استفزاز الطفل أثناء نوبة الغضب ببعض العبارات مثل (أبكي أكثر وغيرها)
- ✚ انتهاز توقف الطفل عن البكاء والتحدث معه عن موضوع آخر تماما عن موضوع البكاء.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

إلقاء و رمي الأشياء

- ✚ الوقاية خير من العلاج من خلال النمذجة فيجب أن يكون من يتعامل مع الطفل نموذج في هذا الجانب فلا يقوم بإلقاء أي شئ سواء في الشارع أو المنزل أو من السيارة.
- ✚ عدم عقاب الطفل ثم تصحيح الأم للخطأ فيجب أن يقوم الطفل نفسه بإحضار ما قام بإلقاءه.
- ✚ التصحيح المتكرر يقوم الطفل نفسه بإحضار ما قام بإلقاءه.
- ✚ إذا ألقى اشياء ولم يقوم بإحضارها الطفل يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا ألقى الطفل يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل ألقاء الأشياء.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الاتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

عدم الانصياع للأوامر

- ✚ تدريب الطفل علي الانصياع للأوامر منذ الصغر.
- ✚ مكافأة الطفل عندما ينصاع للأوامر.
- ✚ تشجيع الطفل علي الانصياع للأوامر من خلال جدول تدعيم السلوك الإيجابي.
- ✚ تشجيع السلوكيات الإيجابية في الطفل والنظر للطفل بنظرة تفاؤلية.
- ✚ إذا لم ينصاع الطفل للأوامر يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا لم ينصاع الطفل للأوامر يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل عدم الانصياع للأوامر.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الاتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا انصاع الطفل للأوامر.

الضرب

- ✚ عدم ضرب الطفل علي الوجه.
- ✚ الامتناع عن العقاب البدني الشديد للطفل.
- ✚ تفرغ طاقة الطفل من خلال ممارسة الرياضة مثل السباحة أو ألعاب القوى والجري ويجب أن يكون ممارسة الرياضة تحت إشراف متخصصين وبصورة مكثفة.
- ✚ يجب الابتعاد عن ألعاب العنف مثل الكاراتيه والكونغ فو وغيرها من الألعاب القتالية حتي لا يتعلم الطفل العنف.
- ✚ الامتناع عن مشاهدة أفلام الحركة والعنف مثل المصارعة (جون سينا وغيرهضار جدا بالنسبة للأطفال).

- ✚ الامتناع عن مشاهدته أفلام الكرتون العنيفة مثل (توم وجيري - سوير مان - فتى الساموراي - المغامرون الخمسه - وغيرها).
- ✚ إذا لم ضرب يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا لم ضرب يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل ضرب.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات لم يضرب الطفل.

الكذب

- ✚ عدم الكذب علي الطفل .
- ✚ الامتناع عن الكذب أمام الطفل.
- ✚ عدم إخافة وترهيب الطفل .
- ✚ زيادة الثقة في الطفل.
- ✚ إعطاء ثلاث فرص للطفل في الخطأ.
- ✚ أنواع الكذب والتعامل معها

1- الكذب الخيالي:

- ✚ كأن يصور أحد الأبناء قصة خيالية ليس لها صلة بالواقع ، وكثيراً ما نجد قصصاً تتحدث عن بطولات خيالية لأناس لا يمكن أن تكون حقيقية . وعلينا كمربين أن نعمل على تنمية خيال أطفالنا لكونه يُمثل جانباً إيجابياً في سلوكهم ، و أهمية تربية كبيرة ، وحثهم لكي يربطوا خيالهم الواسع بالواقع من أجل أن تكون اقرب للتصديق والقبول .

2- الكذب الإلتباسي:

- ✚ وهذا النوع من الكذب ناشئ عن عدم المعرفة ، فهو كذب غير متعمد ، وإنما حدث عن طريق الإلتباس وهذا النوع ليس من الخطورة بمكان .وهنا يكون دورنا بتنبيه أبنائنا إلى الإهتمام بالدقة وشدة الملاحظة تجنباً للوقوع في الأخطاء.

3- الكذب الادعائي:

- ✚ وهذا النوع من الكذب يهدف إلى تعظيم الذات ، وإظهارها بمظهر القوة لكي ينال الفرد الإعجاب ، وجذب انتباه الآخرين ، ولتغطية الشعور بالنقص ، وهذه الصفة نجدها لدى الصغار والكبار على حد سواء ، وعلينا في مثل هذه الحالة أن نشعر أبنائنا أنهم إن كانوا أقل من غيرهم في ناحية

ما فإنهم أحسن من غيرهم في ناحية أخرى ، وعلينا أن نكشف عن كل النواحي الطيبة لدى أطفالنا وننميها ونوجهها الوجهة الصحيحة لكي نمكنهم من العيش في عالم الواقع بدلاً من العيش في عالم الخيال وبذلك نعيد لهم ثقّتهم بأنفسهم ، ونزيل عنهم الإحساس بالنقص .

4- الكذب الانتقامي:

✚ وهذا النوع من الكذب ناشئ بسبب الخصومات التي تقع بين الأبناء وخاصة التلاميذ ، حيث يلجأ التلميذ إلى إصاق تهم كاذبة بتلميذ آخر بهدف الانتقام منه ، ولذلك ينبغي علينا التأكد من أن التهم صحيحة قبل اتخاذ القرار المناسب إزاءها ، وكشف التهم الكاذبة كي يقلعوا عن هذه العادة السيئة

5- الكذب الدفاعي :

✚ وهذا النوع من الكذب ينشأ غالباً بسبب عدم الثقة بالأباء والأمهات بسبب كثرة العقوبات التي يفرضونها على أبنائهم ، أو بسبب أساليب القسوة والعنف التي يستعملونها ضدهم في البيت مما يضطرهم إلى الكذب لتفادي العقاب ، وهذا النوع من الكذب شائع في البيت والمدرسة ، إن معالجة هذا النوع من الكذب يتطلب منا آباء ومعلمين أن ننذب الأساليب القهرية في تعاملنا مع أبنائنا بصورة خاصة ، ومع الآخرين بصورة عامة ، كي لا نضطرهم إلى سلوك هذا السبيل.

6- الكذب العنادي:

✚ ويلجأ الطفل إلى هذا النوع من الكذب لتحدي السلطة ، سواء في البيت أو المدرسة ، عندما يشعر أن هذه السلطة شديدة الرقابة وقاسية ، قليلة الحنو في تعاملها معه ، فيلجأ إلى العناد ، وهو عندما يمارس هذا النوع من الكذب فإنه يشعر بنوع من السرور ، ويصف الدكتور القوصي حالة تبول لا إرادي لطفل تتصف أمه بالجفاف الشديد ، فقد كانت تطلب منه أن لا يشرب الماء قبل النوم ، لكنه رغبة منه في العناد كان يذهب إلى الحمام بدعوى غسل يديه ووجهه ، لكنه كان يشرب كمية من الماء دون أن تتمكن أمه من ملاحظة ذلك مما يسبب له التبول اللاإرادي في المنام ليلاً

7- الكذب التقليدي:

✚ ويحدث هذا النوع من الكذب لدى الأطفال حيث يقلدون الآباء والأمهات الذين يكذب بعضهم على البعض الآخر على مرأى ومسمع منهم ، أو يمارس الوالدان الكذب على الأبناء ، كأن يعدون أطفالهم بشراء هدية ما ، أو لعبة ، فلا يوفون بوعودهم ، فيتعلمون منهم صفة الكذب ، إن على الوالدين أن يكونا قذوة صالحة لأبنائهم ، وأن يكونا صادقين وصریحين في التعامل معهم ، فهم يتخذونهم مثلاً يحتذون بهم كيما كانوا . فإن صلح الوالدين صلح الأبناء ، وإن فسدوا فسد أبنائهم

السرقه

- ✚ الوقاية خير من العلاج.
- ✚ عدم الكذب علي الطفل.
- ✚ عدم المقارنة بين الطفل وطفل آخر لأن هذه المقارنه تؤدي بالطفل إلى العدوانية مع الطفل الأخر
- ✚ والسرقه من الأم أو الطرف الكبير الذي يقوم بالمقارنه
- ✚ العقاب البدني ليس هو الحل .
- ✚ يقوم الطفل بإرجاع ما قام بأخذه بنفسه.
- ✚ يتم خصم ما استهلكه الطفل من مصروفه وشراء بديل ويقوم الطفل بنفسه بإرجاعه.

المخاوف المرضية

- ✚ لكل مرحلة عمريه مخاوفها التي تتميز بها.
- ✚ الامتناع عن تخويف الطفل.
- ✚ الامتناع عن حكاية القصص المرعبة.
- ✚ الامتناع عن مشاهدة أفلام الرعب.
- ✚ عدم الاهتمام الزائد بخوف الطفل حتى لا يزيد هذا الخوف

السلوك الفوضوي

- ✚ الوقاية خير من العلاج من خلال النمذجة فيجب أن يكون من يتعامل مع الطفل نموذج في هذا الجانب فلا يقوم بالسلوك الفوضوي أي شئى سواء في الشارع أو المنزل أو من السياره.
- ✚ عدم عقاب الطفل ثم تصحيح الأم للخطأ فيجب أن يقوم الطفل نفسه بتصحيح ما قام به من سلوك فوضوي.
- ✚ التصحيح المتكرر يقوم الطفل نفسه بتصحيح ما قام به من سلوك فوضوي في الملابس أو اللعب.
- ✚ إذا قام الطفل بسلوك فوضوي ولم يقوم بتصحيح الطفل يتم استخدام فنيه الإبعاد المؤقت.
- ✚ إذا قام الطفل بالسلوك الفوضوي الطفل يتم استخدام فنيه الانطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل السلوك الفوضوي.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الاتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

الغيرة

- ✚ الامتناع عن مقارنة الطفل بطفل آخر.
- ✚ تعويض الطفل بالحب والحنان في تواجد طفل آخر.
- ✚ عدم الاستجابة لما يقوم به من سلوكيات خطأ.
- ✚ الامتناع عن التفريق في المعاملة بين الأبناء
- ✚ إذا قام الطفل بالغيرة متعمدا يتم استخدام فنيه الأنطفاء الانطفاء (يمكن أن يُحرم الطفل من بعض المدعمات التي يحصل عليها مثل الحرمان من بنبون أو اللعب على الكمبيوتر أو مشاهدة التلفزيون وذلك إذا تعمد الطفل إيذاء طفل آخر بسبب الغيرة.
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل
- ✚ يتم استخدام التدعيم الأيجابي مثل جداول الأتفاقيات المتبادلة أو جدول خطوة خطوة ويحصل الطفل على مدعمات إذا لم يقوم بالسلوك المشكل.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.