

בריאות ורווחת הילד בקהילה
Community Child Health & Well Being
صحة ورعاية الطفل في المجتمع المحلي



על גמילה, פספוסים והרטבות





נכון או לא נכון ?

בנים בכורים נגמלים מאוחר יותר



נכון או לא נכון ?

כדאי להתחיל תהליך גמילה מגיל שנתיים ואילך



נכון או לא נכון ?

כדאי ללמד בנים להשתין בישיבה
בתחילת תהליך הגמילה



נכון או לא נכון?

לתהליך גמילה טוב עדיף להשתמש
במקטין אסלה ולא בסיר



עכשיו קמים מהכיסאות...



- אבן דרך התפתחותית חשובה להורים וילדים
- הזדמנות לשיח משותף
- תאום ציפיות
- התערבות מוקדמת בעת הצורך



עם השנים...

- גיל הגמילה עלה
- שיטות הגמילה השתנו
- משך תקופת הגמילה - לא השתנה
- הבדלים תרבותיים - עדיין קיימים



- זמן גמילה ממוצע - 6 חודשים
- זמן גמילה ארוך יותר:
 - גמילה מוקדמת
 - בנים
 - בכורים
 - אתניות



מוכנות לגמילה

- יש להכניס למודעות סביב גיל שנה- שנה וחצי
- מוכנות של ההורים
- מוכנות של הילד
- מוכנות של המטפלת



מוכנות הילד

- תלוי בהתפתחות הילד
- לא תלוי בגיל הפיזיולוגי של הילד
- חלון הזדמנויות - לא לפספס!





(1) פיזיולוגית

- יכולת שליטה על הסוגרים (ילד בריא ותקין נוירולוגית)

(2) התפתחותית

- יכולת ניידות לשירותים

- ישיבה יציבה בשירותים

- טיטול יבש במשך שעתיים

- יכולת להתפשט באופן עצמאי

- יכולת שפתית המאפשרת הבנת הוראות פשוטות

- יכולת שפתית המאפשרת הבעת הצורך ללכת לשירותים



(3) התנהגותית

- יכולת לחקות התנהגות של אחרים
- יכולת להניח חפצים במקומם
- ביטויי עצמאות ("לא")
- הבעת התעניינות בגמילה
- רצון לרצות
- רצון לשלוט על צורך להתרוקן
- ירידה במאבקי כח והתנהגות מתריסנית/מתנגדת



מוכנות ההורים

- זיהוי מוכנות של הילד
- תאום ציפיות
- משך הגמילה
- פספוסים
- מוטיבציה לגמילה
- זמן משפחתי/אישי מתאים



הנחיות לגמילה

- בחירת שפה מתאימה וכינויים ליציאות/הפרשות
- קניית ישבנון/מקטין אסלה
- נגישות של השירותים
- הכרות עם השירותים
- ישיבה עם בגדים
- ישיבה ללא בגדים
- הבנת ההקשר - מקום להעברת יציאות
- תרגול ועידוד
- מעבר לתחתונים





שוחד



חיזוק חיובי



טיפים זה תמיד טוב...

- אמצו גישה חיובית לגמילה
- הלבישו את הילד בבגדים נוחים להורדה
- הימנעו ממלחמות כח
- הימנעו מהורדת המים בשירותים בעוד הילד יושב
- בנים - יש ללמד להשתין בישיבה ולעבור לעמידה רק לאחר שלמדו להעביר יציאות בישיבה
- הימנעו מעצירות על ידי תזונה מתאימה
- בהעדר שיתוף פעולה של הילד - יש להמתין 2-3 חודשים



- סרבנות שירותים

- ניסיון גמילה מוקדמת
- קונפליקטים הורה-ילד
- "חרדת אסלה"
- טמפרמנט
- עצירות



טיפים לקשיי גמילה

- אין להעניש או להקניט את הילד
- הפסיקו את ניסיונות הגמילה למשך מס' שבועות
- המשיכו לדון בגמילה עם הילד (ספרים, סרטים, שירים)
- עודדו את הילד לסייע בהחלפת הטיטול/הבגדים המלוכלכים
- טפלו בעצירות
- יצירת מערכת תגמולים חיובית



עכשיו אתם (:

ציינו שלושה קשיי גמילה אפשריים



עכשיו אתם (:

ציינו 4 כללים לשבח חיובי אפקטיבי



עכשיו אתם :

ציינו שלוש אבני דרך התפתחותיות
של הילדים המצביעות על מוכנות לגמילה



בהצלחה!

