ٹائیلٹ جانے کی تربیت

اچھے کام جو کئے جاسکتے ہیں

آج کل قرنطینہ کے دوران گھر میں رہتے ہوئے آپ اپنے بچے کی ٹائیلٹ جانے کی تربیت کرسکتے ہیں۔

☆ کچھ آسان اقدامات کرتے ہوئے آپ اس مقصد کو حاصل کرسکتے ہیں۔

☆ آج کل کا موسم اِس مشق کے لئے موزوں ہیں۔

☆ آپ گھر پر ہیں اور آپ سے ملنے بھی کوئی نہیں آرہا اس لئے بچے کو ڈائیپر نہ پہنانے کی فکر نہ کریں۔

بچے کو اِس کام کے لئے تیار کرنے کی تجاویز

☆ اگر بچہ دو گھنٹے تک بغیر ڈائیپر کے خشک رہتا ہے تو وہ اِس تربیت کے لئے تیار ہے۔

☆ درست پیشاب دان (Piss Pot) کا انتخاب کریں اور اُسے کسی مخصوص جگہ پر رکھیں۔

☆ بچے کو پیشاب دان یا ٹائیلٹ سے متعارف کروائیں۔

☆ بچے کو تصویر اور کارٹون مووِیز دکھا کر ٹائیلٹ استعمال کرنا سکھائیں۔

☆ بچے کو ایسے کپڑے پہنائیں جن کو پہننا اور اُتارنا آسان ہو۔

☆ بچے کو اِس کے ساتھ ساتھ صفائی کا طریقہ کار بھی مکمل طور پر سکھائیں۔

Rising Sun Institute for Special Children

☆ بچے کوٹائیلٹ جانے کی حاجت کے بارے میں بتانے کے لئے کچھ الفاظ سکھائیں۔ جیسا کہ "پوں آئی" وغیرہ۔

☆ بصری اشارے اور چارٹ پیپرز بنائیں۔

☆ بچے کو ہدایات دیتے ہوئے آسان الفاظ استعمال کریں۔

☆ یہ ہدایات مختصر اور جامع ہونی چاہیئیں۔

☆ 'پیشاب' اور 'پاخانہ' کی حاجت پر پیشاب دان یا ٹائیلٹ کا تعلق قائم کروائیں۔

☆ تمام اہلِ خانہ اس تربیت میں حصہ لیں۔

☆ بچے کی تعریف اور حوصلہ افزائی کرتے رہیں۔

☆ اِس کام میں مہینوں لگ سکتے ہیں۔ صبر کا مظاہرہ کریں۔ انتظار کریں اور یہ مشق باقاعدگی سے جاری رکھیں۔

1. وقت کا شمار

اِس بات کا اندازہ لگائیں کہ آپ کا بچہ کب پوٹی کرتا ہے جیسا کہ کھانا کھانے کے نصف گھنٹہ بعد یا نہانے کے بعد۔ اُن اوقات میں بچے کو 'پیشاب دان' پر بٹھائیں۔

2. حاجت کی علامات کو جانیں

آپ غور کریں اور بچے کے پوٹی کرنے کے اشاروں کو سمجھیں جیسا کہ جسم کو ایک مخصوص انداز میں حرکت دینا، ہوا کا اخراج کرنا خاموش ہوجانا یا کمرے سے باہر چلے جانا۔

Rising Sun Institute for Special Children

3. بچے کو یاددہانی کروانا

- ☆ دن میں اکثر اوقات بچے سے پوچھتے رہیں کہ کیا وہ ٹائیلٹ جانا چاہتا ہے۔ دھیمے لہجے سے یاددہانی کروانا کافی ہے۔ پریشان نہ ہوں۔
- ☆ بچے اِس کام کے لئے تیار نہیں ہیں اس لئے اگر غلاظت پھیلائیں تو انہیں کچھ کہے بغیر صاف کریں۔

4. اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں

اپنے بچے کی کوشش پر اُس کی حوصلہ افزائی کریں خواہ اُس کی کارکردگی انتہائی سست کیوں نہ ہو۔ خصوصاً جب بچہ کامیاب ہوجائے آپ کہ سکتے ہیں "پیشاپ دان " پر بیٹھنے کے لئے شاباش"۔ اُسے محسوس ہوگا کہ وہ اچھا کام کر رہا ہے۔ آہستہ آہستہ تعریف کم کرتے جائیں۔

Rising Sun Institute for Special Children

5. حفظانِ صحت

☆ بچے کے جسم کو ہمیشہ صاف رکھیں جب تک کہ وہ خود سے صفائی کرنا نہ سیکھ لے۔

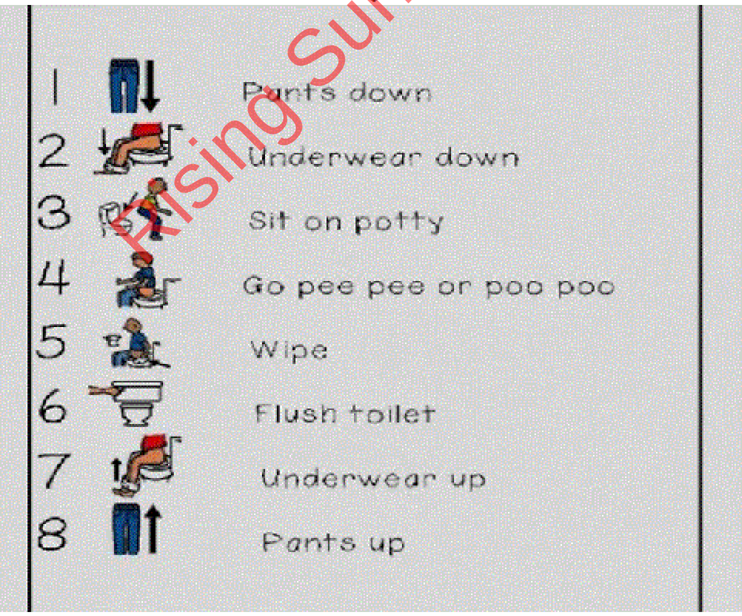
☆ بچے کو واش روم سے واپسی پر ہاتھ دھونے کا طریقہ بھی سکھائیں۔

6. تصویری خاکے کا استعمال

☆ تربیتی اقدامات کے لئے کچھ تصویری خاکوں کی مثالیں دی گئی ہیں۔

☆ آپ اپنے بچے کی ضرورت کے مطابق اقدامات کر سکتے ہیں۔

☆ اِن کو "پیشاب دان" کے قریب آویزاں کریں اور ہر مرتبہ بچے کو اِن اقدامات کے متعلق بتائیں تاکہ وہ سمجھ سکے۔



Rising Sun Institute for Special Children

Rising Sun Institute for Special Children