

TAKVİM YÖNTEMİ

•Çocuk altını ıslattığı günlerde yağmurlu hava resminin altına ☁️ işareti, altını ıslatmadığı günlerde ise güneşli hava resminin altına 😊 işareti konulur. Bu işaret kesinlikle çocuk tarafından konulmalıdır. Bir ay süre sonunda güneşli hava resminin altında 😊 işareti çok ise çocuk ödüllendirilir. Ödülün niteliği çocuğun yaşına, kişiliğine ve istek-

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
😊	☁️	😊	☁️	😊	😊	😊
😊	😊	☁️	😊	☁️	😊	😊
☁️						



Sevgili anne ve babalar,
Siz özel bir çocuğa sahipsiniz.

Ve siz de çok özelsiniz.

Hiç kimsenin bilmediği bir
şey biliyorsunuz.

Bir çocuğu gerçekten
sevmenin nasıl bir şey olduğunu.

Belki daha çok yoruluyorsunuz,
zaman zaman

“Hiçbir ilerleme sağlayamadım.” diyorsunuz.

Ancak unutmayın ki,

Çocuğunuz sizin ilginizi bekliyor,

Yılmak, yorulmak yok...

O sizi bekliyor!!!



SELÇUKLU

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Esenler Mah. Gültekin Sk. No:8 Selçuklu/KONYA

Telefon:03322475322

www.selcukluram.meb.k12.tr

e-posta: selcukluram@gmail.com



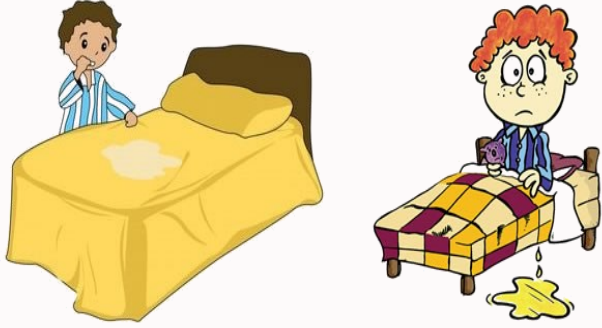
Konya Sel-Ram



**ALT ISLATMA
(ENÜREZİS)**

ENÜREZİS NEDİR?

Çocuklar genellikle 2-3 yaşlarına kadar altlarını ıslatırlar. Gündüz kontrol daha erken sağlanırken (ortalama 2-2,5 yaş) geceleri biraz daha geçtir. 4 yaşından sonra alt ıslatmanın devam etmesi durumunda Altını Islatma (enuresis) sorunundan söz edilebilir.



Probleme Karşı Olumsuz Tutumların Etkisiyle Çocukta;

- Parmak emme, tırnak yeme,
- Telaffuz bozukluğu,
- Kıskançlık, korkaklık ve pasiflik,
- İçer kapanıklık ve yalnız yaşama,
- Sorumluluktan kaçma,
- Kendine güvensizlik,
- Öfke ve ağlama nöbetleri,
- Saldırgan davranışlar,
- Hırsızlık ve yalancılık,
- Dikkat dağınıklığı,

- Yaşına uygun



NEDENLERİ

FİZİKSEL NEDENLER

- Genetik yatkınlık,
- Sinir kas kontrolünün gecikmesi,
- İdrar yollarında enfeksiyon, idrar kesesinde tonus azlığı,
- Çok derin uyku yaratacak aşırı yorgunluk,
- Fazla sulu ve tuzlu yemek yeme,
- Ayakların ve bel kısmının aşırı üşmesi gibi nedenlerden kaynaklanabilir.



PSİKOLOJİK NEDENLER

- Yeni bir kardeşin doğması, okula başlama, okul değiştirme, sevilen birinin kaybı gibi stres faktörlerine karşı hayatın eski dönemlerine geri dönme isteği,
- Erken ve baskılı tuvalet eğitimi, (Aşırı titizlik ve sabırsız davranma)
- Gün içinde korku yaşanması,
- Derin uyuma,
- Ruhsal zorlama, aşırı baskı ve üzüntü yaşanması,
- Anne babanın ayrılması, aile ilişkilerinde bozukluklar, evde huzursuzluk gibi ailevi faktörler,
- Ailenin aşırı koruyucu ve hoşgörülü tutumu ile çocukta bebeksi kalma eğilimi,
- İlgi çekmek ve oç alma isteği,
- Okulda korkusu gibi nedenlerden kaynaklanabilir.



ÖNERİLER

Önce çocuk tıbbi muayeneden geçirilmeli ve eğer gerekiyorsa ilaç tedavisi uygulanmalıdır. (Yaygın kanının tersine bu ilaçlar kısırlık yapmaz, yan etkileri azdır ve iyi sonuç verirler).

Çocuk, tuvaleti gelir gelmez nerede olursa olsun hemen ihtiyacını gidermesi için teşvik edilmelidir.

Çocuğa mümkün olduğunca çok sulu ve tuzlu yemek verilmemelidir.

Çocuğun altına bez koyulmamalıdır.

Altı ıslak olarak fazla kalmamalı, hemen değiştirilmelidir. Böylece çocuğa altının temizliği ve kuruluğu hissettirilmelidir.

Çocuğun eğitiminde kötü söz ve dayaktan kaçınılmalıdır.

Çocuğa karşı ilgisiz davranmaktan kaçınılmalıdır. Özellikle de yeni kardeşi olunca çocuk ihmal edilmemelidir.

Gece belli aralıklarla saat kurulup çocuk tuvalete kaldırılabilir.

Gece yatmadan önce tuvalete götürülmeli, aynı saatte yatmasına dikkat edilmelidir.

Çocuk tuvalete kaldırıldığında tam olarak uyanık olması sağlanmalıdır.

Çocukla iyi bir iletişim kurularak altını ıslatmasının geçici olduğunun anlatılması, çocuğun bunun üstesinden gelebileceğine olan inancını arttırabilir.

Çocuk altını ıslatmadığı zamanlarda ödüllendirilebilir. Ödül verirken şu yöntem kullanılabilir.