

BÖLÜM 7

Tuvalet Eğitimi



Özge GİZLİ ÇOBAN¹

GİRİŞ

Tuvalet eğitimi gerek çocuklar gerekse ebeveynler için zorlu bir dönemdir. Ve bu dönemin sıkıntıları evrenseldir. Aileler ve hekimler için nesillerdir ilgi odağı olmayı sürdüren tuvalet eğitiminin tanımı ya da yöntemine ilişkin henüz net bir fikir birliği bulunmamaktadır. Bu belirsizliğin en önemli nedenleri; ebeveynlerin tuvalet eğitimi amacıyla kullandıkları yöntemlerin çok çeşitli olması ve beklentilerinin birbirlerinden belirgin farklılıklar içermesidir. En yalın şekliyle tuvalet eğitimi; çocuğunuzun idrara çıkma ve bağırsak hareketlerini tanıma gibi vücut sinyallerini tanınması, lazımlık veya tuvaleti uygun zamanda doğru bir şekilde kullanabilmeyi öğrenmesi olarak tanımlanabilir.

Hekimlere en sık sorulan sorulardan biri tuvalet eğitimine ne zaman başlanacağıdır. Ne yazık ki bu sorunun kesin bir cevabı yoktur. Bir çocuğun bu sürece başlamaya hazır olmasında çocuğun cinsiyeti, bireysel nörofizyolojik ve gelişimsel durumu, ebeveynlerin beklentileri, kültürel inançlar ve ailesel stresörlerin varlığı gibi birçok faktör etkilidir. 12 aylıktan küçük çocukların, mesane veya bağırsak hareketleri üzerinde hiçbir kontrolleri yokken; 12 ila 18 ay arasındakiler ise çok sınırlı kontrole sahiptirler. Çocuklar genellikle 24. ila 30. aya kadar bağırsak ve mesane kontrolünü sağlayamazlar.

Tuvalet eğitimine başlamak için mükemmel sayılabilecek bir zaman olmakla birlikte; birçok ebeveyn, çocukları 2 ila 2 buçuk yaşları arasındayken tu-

¹ Doç. Dr., Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı AD., ozgezizli87@gmail.com
ORCID iD: 0000-0003-4533-105X

KAYNAKLAR

1. Büşra Sultan Aydos & Mehmet Fatih Ünal (2018) Oyun Dönemi ve Tuvalet Eğitimi. Elvan İşeri, Esra Güney, Yasemin Taş Torun. Oyun Dönemi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları kitabı içinde. (syf 205-217). Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği Yayınları.
2. Howell, Diane M., Karen Wysocki, and M. J. Steiner. (2010).”Toilet training.” Pediatric in Review 31, 262–263
3. <https://www.aafp.org/afp/2008/1101/p1059.html>
4. <https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/practicing-safety/Documents/ToiletTraining.pdf>
5. <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/toddler/toilet-training/Pages/default.aspx>
6. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/infant-and-toddler-health/in-depth/potty-training/art-20045230>
7. <https://www.nhs.uk/conditions/baby/babys-development/potty-training-and-bedwetting/how-to-potty-train/>
8. <https://raisingchildren.net.au/preschoolers/health-daily-care/toileting/toilet-training-guide>
9. Koray Karabekiroğlu (2013) ” Bebeğime Nasıl Davranmalıyım” Say Yayınları
10. Tracy Hogg&Melinda Blau (2015) Çocukluğa geçiş sorunlarına mucize çözümler (3.baskı) : Gün Yayıncılık (syf 158-162)