# الفصل السادس

## التدريب على مهارات الحمام

obeikandl.com

obeikandl.com

## التدريب على مهارات الحمام *Toilet Training*

تعتبر مهارات الحمام **من أصعب المهارات** التي يتم تدريب الأطفال عليها. وربما يرجع السبب في ذلك إلى أن **أي فشل** في البرنامج **يكون واضحاً**. وغالباً ما تكون فترة التدريب على مهارات الحمام أو مهارات قضاء الحاجة فترة عصيبة بالنسبة للطفل والآباء. وربما يحرز الآباء تقدماً فعلياً في تدريب الطفل في هذا المجال، إلا أن مشاعر الاستياء من عدد قليل من المرات التي يقضي الطفل حاجته في الحفاضة تغطي على المرات الكثيرة التي يقضي الطفل فيها حاجته في الحمام. ونتيجة لذلك فإن **النجاح ربما يمر دون أن يلاحظ**. ولذا لابد من التركيز بقوة على أهمية **الاحتفاظ بسجل لملاحظة التدريب** على مهارات الحمام. وكذلك التركيز على أهمية تتبع ما يحرزه الآباء أو القائمون بالرعاية من تقدم. كما أن الاحتفاظ بسجل للملاحظة سيساعد الآباء والقائمين بالرعاية على **تحديد الأوقات المناسبة** عبر اليوم لتقديم وتنفيذ التدريب.

### تحديد السلوك بدقة *Pinpointing the behaviour*:

إذا كان لنا أن نحلل عملية تدريب الطفل على مهارات الحمام من وجهة النظر السلوكية، فإننا يمكن أن نقرر أن **الصعوبة لا تكمن في السلوك** نفسه. فليس هناك مشكلة تجب إزالتها، ولسنا بحاجة لتقليل عدد مرات تكرار السلوك، أو زيادة عدد مرات تكراره، أو إزالته كلياً. **فالمشكلة الحقيقية تكمن في المثير** – أين يحدث السلوك. وتتمثل مشكلة تعلم هذا السلوك بالنسبة للطفل في أن **يلاحظ المثيرات** التي توحي إليه بأن السلوك على وشك الحدوث بحيث

يمكنه أن يفعل شيئاً مناسباً بخصوص هذا السلوك. ولذا فإننا يمكن أن نسمي التدريب في هذا المجال بالتدريب على **تأسيس وترسيخ ضبط المثيرات**. وجملة القول أننا نريد أن نعلم الطفل أن هذا السلوك لا يمكن أن يحدث في أي وقت ولا في أي مكان.

ويمكن تلخيص التدريب بشكل أساسي في المعادلتين التاليتين.

**مثيرات صحيحة + سلوك = الحصول على تعزيز.**

**مثيرات خاطئة + سلوك = عدم الحصول على تعزيز.**

إننا هنا نريد أن **نرفق بعض المثيرات بالسلوك**. ونرغب في أن يقود **الضغط الطبيعي على المثانة** الطفل إلى الذهاب إلى الحمام. وينصب تدريبنا للطفل على زيادة فرص الحصول على السلوك عندما توجد هذه المثيرات. وجملة القول أننا نريد أن يكون الطفل في الحمام وجالساً على كرسي الحمام عندما يكون جاهزاً لأن يتبول.

ولكي نتمكن من فعل ذلك، فإن علينا أن نحدد السلوك بدقة في ضوء التوقيت الذي يحتمل فيه حدوث السلوك. **فبعض الأوقات بطبيعتها أنسب** من غيرها لذهاب الطفل للحمام من أوقات أخرى؛ ومنها على سبيل المثال بعد استيقاظ الطفل من النوم مباشرة في الصباح. وكذلك فإن بعض الأطفال يميلون للذهاب للحمام بعد الوجبات، أو في أوقات معينة منتظمة عبر اليوم. ولذا فإننا ننصح بأن يقضي الآباء أو القائمون برعاية الطفل الأسبوع الأول من البرنامج في **مراقبة وتحديد الأوقات المختلفة** من اليوم والتي يحتاج فيها الطفل للذهاب، للحمام أو يبلل فيها بنطلونه أو يعبث به. وبالطبع ففي بعض

الأحيان لا يمكن أن نكتشف الموقف إلا بعد حدوثه بفترة من الزمن. وفي مثل تلك الحالات فإن علينا أن نخمن بطريقة محسوبة التوقيت الذي حدث فيه الموقف. ولنتتبع ذلك يومياً. ويوضح جدول (٢) التقرير أو السجل الذي نقصده. وفي نهاية الأسبوع يستطيع الآباء أن يحصوا الأوقات التي حدث فيها السلوك، ومن ثم يمكنهم أن يحددوا الأوقات التي يحتمل أن يحتاج فيها الطفل للذهاب للحمام. وربما تكون **المرة الأولى** التي يحتاج فيها الطفل للذهاب للحمام بعد استيقاظه من النوم مباشرةً. وربما يلي ذلك من حيث زيادة احتمال احتياج الطفل للذهاب للحمام نصف ساعة، أو ساعة بعد كل وجبة؛ ثم في وقت متأخر من الليل. ويظهر جدول (٢) أن هذا الطفل ربما يحتاج للذهاب للحمام بعد تناول كل وجبة بفترة تتراوح بين ٥٠ إلى ٦٥ دقيقة. وعندما يكوّن الآباء والقائمون بالرعاية تصوراً واضحاً عن تلك الأوقات التي يحتاج فيه الطفل للذهاب للحمام، فإن هذا التصور سيساعدهم على تحديد الأوقات المناسبة لتقديم التدريب. أي الأوقات التي يحتمل أن يحتاج الطفل فيها لأن يُذهب به للحمام ويوضع على كرسي الحمام. وعندئذٍ تتمثل وظيفة الآباء والقائمين بالرعاية أو المدربين في التأكد من أن الطفل يذهب للحمام في الأوقات المحددة، ويمارس السلوك عندما تقدم المثيرات الصحيحة.

## جدول (٢) سجل ملاحظة لتحديد الأوقات التي يحتاج فيها الطفل للذهاب للحمام على مدار أسبوع كامل.

| | السبت | الأحد | الاثنين | الثلاثاء | الأربعاء | الخميس | الجمعة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الاستيقاظ | ٧,٣٠ | | | | | | |
| تبليل البنطلون | ٧,٤٥ | | | | | | |
| الإفطار | ٨,٠٠ | | | | | | |
| تبليل البنطلون | ٨,٥٠ | | | | | | |
| أخذ الطفل للحمام، ولم يحدث شيء | ١٠,٠٠ | | | | | | |
| الغداء | ١٢,٠٠ | | | | | | |
| تبليل البنطلون | ١,٠٠ | | | | | | |
| اللعب بالخارج | ١,٣٠-<br>٣,٣٠ | | | | | | |
| أخذ الطفل للحمام، ولم يحدث شيء | ٣,٤٠ | | | | | | |
| تبليل البنطلون | ٤,١٥ | | | | | | |
| العشاء | ٦,٠٠ | | | | | | |
| أخذ الطفل للحمام، ولم يحدث شيء | ٦,٣٠ | | | | | | |
| تبليل البنطلون | ٧,٠٥ | | | | | | |
| أخذ الطفل للحمام، ولم يحدث شيء | ٨,٠٠ | | | | | | |
| النوم | ٨,٢٠ | | | | | | |

obeikandl.com

## المثيرات Cues:

هناك بعض المثيرات التي ترتبط في النهاية بالذهاب للحمام. وأهم تلك المثيرات مثير طبيعي يتمثل في الشعور **بضغط البول على المثانة**. وفي النهاية سيقود ذلك المثير الطفل لأن يذهب للحمام بمفرده.

ويتمثل المدخل الذي نتبناه في **ربط مثيرات المرتبطة بالحمام** من قبيل قاعدة الحمام وغيرها **بالسلوك الفعلي**. وينبغي أن نقدم **التدريب في الأوقات** التي قررنا أن الطفل يحتاج للذهاب للحمام فيها أكثر من غيرها. وهذا يعني أن علينا أن نختار الأوقات التي يزداد احتمال وجود المثيرات المتمثلة في ضغط المثانة. وعلى الوالد أو الأم أو القائم بالرعاية **أن يكون بصحبة الطفل في هذا الجزء** من التدريب، ليقدم التعزيز. **وبينما يتقدم البرنامج**، يجب **إطفاء وجود القائم بالرعاية** بحيث يصبح السلوك في النهاية تحت سيطرة المثيرات الصحيحة؛ المتمثلة في ضغط المثانة ومثيرات البيئة الطبيعية في الحمام.

وينبغي أن تتقدم إجراءات التدريب على ضبط المثيرات في **التتابع التالي:**

١ – **باستخدام الجدول، حدد الأوقات** التي يزداد احتياج الطفل فيها للذهاب للحمام، وابدأ أول جلسات التدريب فيها.

٢ – يجب أن **تذهب مع الطفل** للحمام، وفي الطريق اسأله: "هل تشعر بالرغبة في الذهاب للحمام الآن؟" شكل (٤٠) فهذا ببساطة يساعد في **تركيز انتباهه على المثيرات الطبيعية** لديه – ضغط البول على المثانة.

**شكل (٤٠) اصطحاب الطفل للحمام وسؤاله عما إذا كان يشعر بالحاجة لدخول الحمام**

٣ – ضع الطفل على **قاعدة الحمام وانتظر** بجواره حتى يحدث السلوك (شكل، ٤١). وبمجرد حدوث السلوك سارع إلى تعزيزه. ولتستخدم **الثناء والتشجيع** بشكل أساسي. ولتحاول أن تجعل ذلك الحدث مهماً جداً بقدر المستطاع. وربما **تناقش ذلك الحدث المهم** مع أفراد الأسرة الآخرين لتضفي عليه مزيداً من الأهمية. وباختصار ينبغي أن تصل للطفل رسالة مفادها أنك تعتبر هذا الحدث بمثابة نقطة تحول في تاريخ العالم. وإذا كنت ستقدم معززات أخرى فلتقدمها الآن.



obeikandl.com

**شكل (٤١) الانتظار بجوار الطفل في الحمام**

٤ – إذا لم يحدث شيء فلتنتظر **فترة لا تزيد عن ١٠ دقائق** قبل أن تنهي جلسة التدريب. ولتأخذ فترة فسحة قصيرة أو فترة راحة قصيرة؛ ولتتذكر أن الطفل **ربما يحتاج الذهاب للحمام في هذه الفترة**. وإذا كانت هذه الجلسة هي الجلسة الأولى بعد استيقاظ الطفل مباشرةً في الصباح، فربما يكون من المفيد أن تقدم للطفل **قليلاً من العصير**. وعندما يشرب الطفل العصير فلتذهب به مرة ثانية إلى الحمام، ولتكرر الإجراء السابق. ولا تنتظر أكثر من ٥ – ١٠ دقائق إذا لم يحدث شيء. وإذا كنت قد **اخترت الوقت بدقة** فستجد أن الاستجابة **ستحدث في النهاية**، وعندها فلتسارع بتقديم التعزيز. وعندما يتبول الطفل في النهاية وتقدم له التعزيز، **فلتسجل ذلك في الجدول** المبين في شكل (٤٧). فهذا التسجيل بلا شك سيجعلك تضع يدك على **مدى التقدم** الذي تحرزه، وكذلك فإنه سيقدم لك معلومة عن **التوقيت الصحيح** الذي ينبغي عليك أن تذهب



obeikandl.com

بالطفل فيه إلى الحمام **في المرة القادمة**، ويقدم لك أيضاً معلومة عن الوقت المناسب **للانتقال للمرحلة التالية** من البرنامج. فعندما يخبرك الجدول بأن الطفل يقضي حاجته في الحمام أكثر مما يقضيها في البنطلون، فإن ذلك التوقيت سيكون مناسباً للانتقال للمرحلة الثانية من البرنامج.

٥ – لقد تم تصميم هذا التدريب بهذا التتابع بحيث يتم **إطفاء وجود الأم** أو القائم بالرعاية أو القائم بالتدريب **تدريجياً** من موقف التدريب، وتدريب التلميذ على أن يكون قادراً على **الذهاب للحمام بمفرده**. وأثناء هذه الخطوة عليك أن تأخذ الطفل للحمام، وأن تجلسه على قاعدة الحمام. ومع ذلك فعليك ألا تقف بجوار الطفل مستعداً لتقديم التعزيز، بل عليك أن تنتظر داخل الحمام، ليس بجوار قاعدة الحمام، ولكن **على الأقل على بعد متر أو مترين** منها (شكل، ٤٢). وربما يكون من المفيد أن **تخفض من درجة الحماس** التي كنت تبديها عند حدوث السلوك في المرات الأولى من التدريب، وليس معنى ذلك وقف التعزيز، بل عليك أن **تستمر في تعزيز السلوك، ولكن بدرجة أقل تدريجياً**. ثم عليك أن تجعل الطفل **يغسل يديه بنفسه** ويترك الحمام.

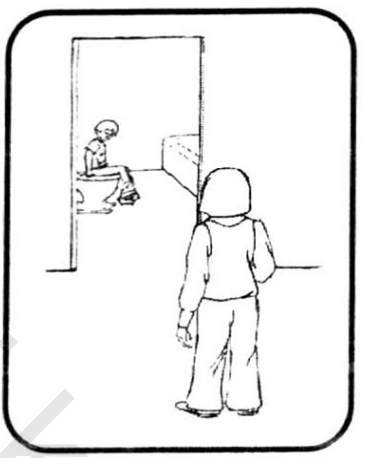
**شكل (٤٢) الانتظار مع الطفل في الحمام على مسافة أبعد**

٦ – وعندما يظهر الجدول أنك قد **مارست هذا الإجراء** مرتين أو ثلاثة بنجاح، فإن عليك أن تبدأ في الانتقال إلى **المرحلة التالية**. وتتمثل في أخذ الطفل إلى مدخل الحمام وتركه **ليذهب إلى قاعدة الحمام بمفرده.** عليك أن تنتظر في مدخل الحمام، (شكل، ٤٣). وعندما ينجح الطفل في إنجاز السلوك فلتقم **بتعزيزه.**

**شكل (٤٣) اصطحاب الطفل إلى مدخل الحمام وتركه ليذهب لقاعدة الحمام بمفرده**

٧ – في هذه المرحلة عليك أن تنتظر في طرقة الحمام أو **خارج الحمـــام**. ولتتذكر أن عليك أن **تعزز الطفل عندما ينتهي**. ثم عليه أن يغسل يديـــه بمفرده. وعليك أن تنتظر لفترة أطول قبل أن تقدم له التعزيز على غسل يديه. وربما يفرغ الطفل من قضاء حاجته وغسل يديه وتنشيفهما قبل أن يحصل على مكافأة أو تعزيز. ولعل **من أهم المكافآت** وأكثرها فعاليةً أن تخبر الطفل أنه أصبح كبيراً وناضجاً؛ فجميع الأطفـــال يلاحظـــون أن إخوتهم الأكبر سناً مدربون على مهارات الحمام.

٨ – في هذه المرحلة ربما يكون من المفيد أن **تنتظر خارج الحمـــام** (شكل، ٤٤). وعليك أن تصطحب الطفل إلى هذه النقطة، وأن تتركـــه **يمـــشي بقية الطريق بمفرده**. وعليه أن يجلس على قاعدة الحمام، مع ترك الباب مفتوحاً، ليتمكن من رؤيتك، وعليك أن تبقى موجوداً **في مدى بـــصره**. ولكن عليك أن تحرص على أن تكون في الغرفة المجاورة بشكل كامل (شكل، ٤٥). وعندما ينهي الطفل السلوك كاملاً (قضاء الحاجة، غـــسل اليدين، وتنشيفهما)، فعليك أن تقوم بتعزيزه.



شكل (٤٤) انتظار الطفل في طرقة الحمام حتى يقضي حاجته

شكل (٤٥) التواجد في الغرفة المجاورة للطفل في مرمى بصره.

obeikandl.com

٩ – في الخطوة التالية ينبغي عليك أن تكون **على مسافة أبعد في الغرفة المجاورة بحيث يراك الطفل** بشق النفس. وعندما يظهر الجدول أن الطفل قد أنجز هذه المرحلة بنجاح فلتنتقل إلى الخطوة التالية.

١٠ – في هذه الخطوة عليك أن **تأخذ الطفل إلى الحمام وتغلق الباب خلفه**، بحيث يصبح في الحمام بمفرده (شكل، ٤٦). ولكن عليك أن تخبره أنه سيتلقى تعزيزاً على إنجاز الإجراء كاملاً. وفي هذه المرحلة عندما يفرغ الطفل من قضاء حاجته، ويرغب في الخروج من الحمام **فلتتفق معه على طريقة يخبرك بها أنه يريد الخروج من الحمام**، وعليك حينها أن تخبره بالخروج، أو أن تشير إليه بأن يخرج. ولم تعد هناك حاجة لأن تصطحب الطفل إلى الحمام أو حتى إلى مكان قريب منه.

**شكل (٤٦) إغلاق باب الحمام بعد دخول الطفل ليقضي حاجته بمفرده**

ولتتذكر أنه من المهم جداً أن **تتبع مدى ما تحرزه من نجاح في كل خطوة**، أو في كل مرحلة من مراحل التدريب. ولتتذكر أنه بعد انتقال الطفل من خطوة لأخرى في المراحل الأولى، وعندما تبعد نفسك رويداً رويداً عن

الطفل، فإن ذلك ينبغي أن **يتم ببطء وبهدوء وبالتدريج**. وبعد أن ينجح الطفل في إنجاز كل مرحلة مرتين أو ثلاث مرات، فلينتقل إلى المرحلة التالية. ومع ذلك **فإذا أظهر الجدول أنك تواجه بعض الصعوبات في جزء معين**، وأن الطفل لا يؤدي على نحو جيد، أو أنه يعبث بالماء في الحمام، فلتدرك أنك قد أسرعت أكثر من اللازم في إطفاء وجودك من موقف التدريب. وعليك عندئذٍ أن **تعود للمرحلة السابقة**، وأن تبقى في نفس المستوى حتى تحصل على محاولتين ناجحتين أو ثلاث محاولات ناجحة، ثم تنتقل بعدها للخطوة التالية. فالمعيار الذي يحدد الانتقال إلى المرحلة التالية هو **عدم وجود اضطراب في أداء الطفل** بينما تبدأ في إطفاء وجودك في الموقف التدريبي.

## التعزيز *Reinforcement*:

كما أشرنا من قبل، فإن التعزيز الرئيسي ينبغي أن يتمثل **في حماسك ودعمك لسلوك الطفل**. فهذه مرحلة كبيرة من مراحل نموه وتطوره، وعليك أن تخبره بمدى فخرك به وبأدائه. وإذا شعرت أنك تحتاج شيئاً آخر، فلا تتردد في استخدام أي **نوع آخر من أنواع التعزيز**. ويمكن أن تفيد **البونات** كثيراً هنا. وكذلك ربما تكون **الحلوى** فعالة هنا. ولا يزعجنك وضع قطعة من الحلوى في فم الطفل حال جلوسه على قاعدة الحمام؛ فطالما أن التعزيز فعال، فإنه ينبغي أن يستخدم. ومن الأساليب التي حققت نجاحاً في هذا المجال استخدام **جدول لتعزيز الطفل** تلصق به **نجمة** أو أي رمز آخر في كل مرة ينجح فيها الطفل في الذهاب للحمام؛ على أن يعلق هذا الجدول في مكان بارز يراه جميع أفراد الأسرة. ويمكن استخدام هذه النجوم كبونات أيضاً. بمعنى أنه كلما حصل الطفل على عدد معين من هذه النجوم، فبوسعه أن يستبدل بها



openkanal.com

معززاً آخر. كما أن **تعليق هذا الجدول وإظهاره وإبرازه في حد ذاته يعتبر تعزيزاً لسلوك الطفل**. إذ أن تعليق تقرير أو سجل عن أداء الطفل يرسل رسالة للطفل مفادها أنه ليس هناك شيئاً سيئاً أو مزعجاً أو مخجلاً فيما يتعلق بتدريبه على مهارات الحمام. فهو يمثل مجالاً آخراً من مجالات التدريب، مثله في ذلك مثل التدريب على ربط الحذاء، وكما نجح في التدريب على ربط الحذاء فسينجح في التدريب على مهارات الحمام.

## متابعة المسار *Keeping track*:

بشكل أساسي هناك نوعان أو **طريقتان للاحتفاظ بالسجلات والتقارير**. **الأولى** ببساطة عبارة عن استمارة مثل تلك التي عرضناها من قبل في هذا الفصل، والتي استخدمتها في الأسبوع الأول. ومن خلال **ملء هذه الاستمارة** يمكن أن تحدد الأوقات التي يحتاج فيها الطفل للذهاب للحمام، والأوقات التي يجب أن تقدم فيها التدريب. **والثانية** ببساطة تظهر النجاح الذي أحرزه الطفل على أساس يومي. وفيها يتم **تجزئة اليوم إلى فترات زمنية قوامها نصف ساعة**. وتستخدم الأم أو القائم بالرعاية أو المدرب مثلثات ودوائر. ويشير المثلث إلى التبرز، وتشير الدائرة إلى التبول. وإذا حدث التبرز في الحمام يوضع المثلث في المكان المخصص في الجدول أو السجل بدون أي علامة أخرى. أما إذا تبرز الطفل في الحفاضة فإن المثلث يوضع في المكان المخصص في الجدول، ولكن يوضع فيه علامة (x). ويستخدم نفس النظام مع التبول. فإذا وضعت دائرة في المكان المخصص في الجدول بدون أي علامة أخرى فإن ذلك يعني أن التبول قد حدث في الحمام، أما إذا وضعت الدائرة في المكان المخصص في الجدول وفي داخلها علامة (x) فإن ذلك

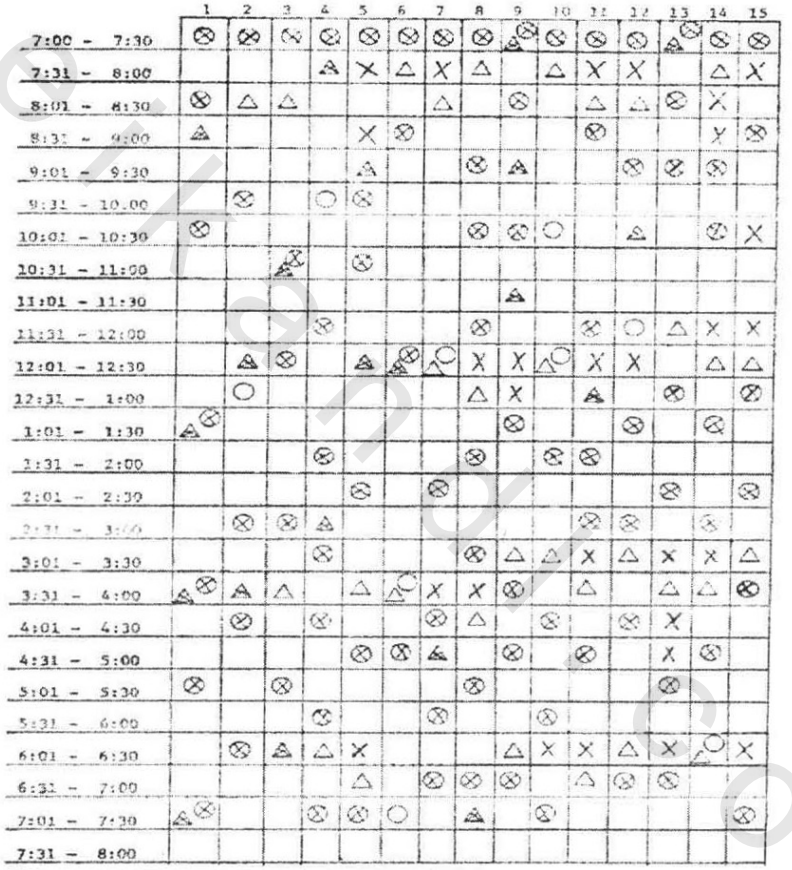
يعني أن التبول قد حدث في الحفاضة. أما إذا وجدت علامة (x) بمفردها بدون دائرة أو مثلث فإن هذا يعني أن الطفل قد وضع على قصرية تدريب الطفل على الإخراج، أو على قاعدة الحمام دون أن يحدث شيء. ومن خلال إحصاء أو عد مرات التبول والتبرز في الحمام في مقابل حدوثها في الحفاضة يومياً يمكن أن تضع يدك على مدى ما تحقق من نجاح في هذا الخصوص، وكذلك على الأوقات التي يمكنك فيها الشروع في الانتقال إلى الخطوة التالية من البرنامج. وشكل (٤٧) يعرض أحد السجلات التي تمت تعبئتها كمثال.

obeikandl.com

التبرز في الحفاضة ⊗ التبول في الحفاضة

△ التبرز في الحمام ○ التبول في الحمام

X وضع الطفل على القصرية أو قاعدة الحمام دون حدوث شيء




**شكل (٤٧) جدول متابعة التدريب على مهارات الحمام.**

## فنيات وأساليب خاصة: *Special Techniques*

بالنسبة لبعض الأطفال يعتبر التدريب على مهارات الحمام أمراً **منفراً** ومقيتاً وبغيضاً لدرجة أن الطفل يتجنب مجرد دخول الحمام. بل إن بعض الأطفال يسيطر عليهم **الخوف والهلع من الحمام**، وقاعدة الحمام، والتدريب على مهارات الحمام بشكل عام. وإذا كان الأمر كذلك، فإن عليك أن تبدأ تدريبك للطفل **من نقطة سابقة**. وربما تحتاج بعض **المعززات** الأخرى مثل الحلوى أو بعض الأشياء التي **يحبها الطفل حباً جماً**. وعليك أن تقدم المعزز كمكافأة للطفل **لمجرد اقترابه من الحمام**، والسلوكيات الأوليةِ التي من شأنها أن تنتهي به إلى دخول الحمام. فعلى سبيل المثال يمكن أن تطلب من الطفل أن يذهب ليغلق باب الحمام، **ولتتوقف عند النقطة التي تلاحظ أن الخوف قد بدأ يتسرب إلى الطفل فيها**. وفي هذه اللحظة عليك أن تعزز الطفل مستخدماً الحلوى أو المعزز الذي اخترته، وفي نفس الوقت تستخدم المعززات الاجتماعية كأن تثني على الطفل وتخبره بأنه أصبح كبيراً، وأنه تمكن من إنجاز هذه الخطوة بنجاح.

وبعد ذلك بفترة تتراوح بين نصف ساعة وساعة، عليك أن **تكرر نفس الإجراء مع الاقتراب من الحمام أكثر** من المرة الأولى بقدر ضئيل. وعندما تقترب من الحمام إلى الحد الذي عنده يريد الطفل الذهاب دون أن يشعر بالخوف أو الضيق، **فلتعززه عندئذٍ**. ولتواصل هذا الإجراء حتى يذهب طفلك للحمام ويجلس على قاعدة الحمام بمفرده. وليكن حاضراً في ذهنك أنك **إذا أسرعت الانتقال من خطوة لأخرى** فإن الطفل سيخبرك بذلك عن طريق **البكاء أو الضيق والانزعاج**. وتعتبر تلك الإشارات كافية لأن تجعلك توقف

الجلسة، وفي المرة التالية لا تطلب من طفلك أن ينتقل إلى تلك الخطوة إلا بعد أن تعززه. ونعيد القول بأنك إذا كنت تتابع مسار أداء الطفل يومياً، ولو بتسجيل الملاحظات كحد أدنى، فإنك ستتمكن من تحديد موقعك، ومن تحديد الوقت الذي تسرعت فيه في الانتقال من خطوةٍ لأخرى.

وثمة مشكلة رئيسية أخرى، ألا وهي تبليل الطفل لفراشه. وبعد استبعاد الأسباب الطبية، هناك عدد من الطرق للتعامل معها. وأول هذه الطرق **الانتظام في تنفيذ التدريب على مهارات الحمام في النهار**، إذ أن ذلك يؤدي إلى توقف تبليل الفراش ليلاً. وإذا لم يحدث ذلك فإن الإجراء المتبع يتمثل في **جعل الطفل ينهض من فراشه عندما يشعر بضغط المثانة**. ويعتبر هذا التدريب أصعب وأشق أنواع التدريب على الآباء. إذ أن عليهم أن يستيقظوا بعد عدد معين من الساعات ليتفقدوا ما إذا كان الطفل قد بلل فراشه أم لا، ومن ثم يمكنهم **تحديد الأوقات** التي يحدث فيها السلوك تقريباً. وعليك حينئذٍ أن **توقظ طفلك قبل الأوقات** التي يحتمل أن يحدث فيها السلوك بقليل، وأن تأخذه للحمام. ويفترض أن الطفل عندئذٍ في حالة من الاسترخاء تكفي لعدم إثارة أي نوع من أنواع الصراع، ولذا فإنه يتبول بمجرد دخوله الحمام. ولذا فإن الصعوبة تتمثل في استيقاظك عدة مرات أثناء الليل لتتمكن من تحديد السلوك بدقة. وعندما توقظ طفلك ليلاً ليذهب إلى الحمام فليكن ذلك **بمنتهى الرقة واللطف واللين والحنان**. وربما في البداية يحتاج الأمر إلى أن تهزه هزاً رفيقاً، ولكن بتكرار السلوك ستجد أن مجرد لمسه بيدك يكفي لأن يوقظه ليذهب للحمام. وعندما يكون العمل في هذه النقطة منتظماً فستلاحظ أن الطفل يستيقظ بمجرد اقترابك من سريره.

وينصح **بتجاهل** تبليل السرير حتى ينتهي التدريب النهاري. وإذا وجدت أن التدريب النهاري لم يفد في حل مشكلة تبليل السرير ليلاً، فإن عليك أن تبدأ التدريب الليلي جنباً إلى جنب مع التدريب النهاري.

ويعتمد الإجراء الذي نتبناه في كل من التدريب الليلي والتدريب النهاري على حدٍ سواء على افتراض أن المشكلة مشكلة تعليمية. أما إذا شككت بأن هناك **مشكلة طبية فلتراجع الطبيب على الفور**، للحصول على المساعدة الطبية. ونحن هنا نفترض أننا نتعامل مع طفل طبيعي ويستطيع أن يقوم بما تتوقع منه القيام به.

## ماذا عن العقاب؟ *What about Punishment?*

الحق أن عدم ضبط الطفل لإخراجه أمر غير مرغوب فيه وغير سار بالمرة، ولكن **عقاب ذلك السلوك لن يعلم الطفل الذهاب للحمام**. لأن العقاب عادة ما يحدث بعد أن يكون السلوك قد حدث بالفعل، ومن ثم فإنه لا يحتمل أن يكون فعالاً. وبكل بساطة فإن معاقبة الطفل على تلويث بنطلونه لن يعلمه أن يذهب للحمام. ولذ فعليك أن تحرص على إضفاء روح **المتعة والسعادة على جلسات التدريب** بأن تجعل هذه الجلسات قصيرة، وبأن تشعر الطفل بأنه يحقق هدفاً هائلاً. وعندها ستلاحظ أن التدريب يتقدم على نحو أسرع وأسهل وأيسر.

## نماذج لبعض الحالات:

### الحالة الأولى :

**رودني** (*Rodney*) طفل في الرابعة من العمر . بعد الغداء بفترة قصيرة لاحظت أمه أنه يشد مقدمة بنطلونه. وعندما سألته إذا كان يريد أن يذهب للحمام، قال: "لا". وبعد لحظات لاحظت أمه أنه يضم رجليه إلى بعضهما. عندما سألته نفس السؤال ثانية حصلت على نفس الإجابة. ولكن الأم قررت أنه لابد من فعل شيء ما. فأخذت الطفل من يده وذهبت به للحمام. ولكنه بمجرد رؤية الحمام ارتمى على الأرض، وراح يبكي ويصرخ، ورفض أن يتقدم أي خطوة. وعندما انقشعت صدمة الأم، علمت من خلال خبرتها أن الخوف والفزع والجزع والهلع يغطي وجه الطفل. فماذا تفعل؟

والجواب أنه بلا ريب كانت خبرات **رودني** فيما يتعلق بالتدريب على مهارات الحمام مزعجة، وغير سارة. ولذا فإن المدخل الأنسب هاهنا يتمثل في اختيار معزز قوي جداً يحبه الطفل.

ولتشرح الأم للطفل أن هذه مجرد لعبة. ولتقل له: "**دعنا نرى كم عدد الخطوات التي ستخطوها نحو الحمام؟**" ولتقدم له تعزيزاً بعد الخطوة الأولى أو الثانية للحمام. ثم لتسرع إلى **تعزيزه** بمجرد أن ترى أنه قد بدأ يتوتر. ولتذهب الأم إلى أبعد درجة تظن أنها معقولة. وربما يكون مناسباً ألا تطلب الأم من الطفل دخول الحمام في المرة الأولى. ولتسجل ملاحظاتها عن المسافة التي قطعها الطفل. وعليها في المرة التالية أن تضيف بعض الخطوات لتلك المسافة. ولتستوثق الأم أن الطفل **يتقدم مسافات أبعد**. ولتواصل جلسات

التدريب حتى يدخل الطفل الحمام. ولتعززه الأم على مجرد دخوله الحمام. ثم لتعززه بعد ذلك على الجلوس على قاعدة الحمام، حتى تصل إلى إنجاز السلوك المطلوب.

**الحالة الثانية:**

**ريمون** طفل ذو تخلف عقلي خفيف في الثامنة من العمر، ولكنه **يلوث بنطلونه بشكل ثابت**. ويبدو أنه لا يستفيد من التدريب، مهما كان مقدار هذا التدريب. وكان اتجاهه نحو ذلك طبيعياً لدرجة أنه ربما يخبرك بأنه قد لوث بنطلونه. وكلما حدث ذلك نزعت أمه ثيابه نزعاً عنيفاً، ودفعته دفعاً إلى الحمام وفتحت عليه الدش لتغسله، ولكنه **يلهو، ويلعب بالماء، ويضحك،** ويقهقه. ما الذي ينبغي أن تفعله الأم؟

ويتمثل الجواب في أن على الأم أن تضع في اعتبارها أن الطفل ربما يستمتع بالدش لدرجة أنه يلوث بنطلونه ليحصل على الدش. وعلى الأم أن **تغير تلك الأمور**. فعلى سبيل المثال يمكنها أن تخبر **ريمون** بأنها سوف تفحص بنطلونه كل ساعة، **وإذا وجدته نظيفاً، فإنه يستطيع أن يأخذ دشاً،** أما إذا وجدت بنطلونه متسخاً أو مبتلاً فإنها **ستغير ملابسه دون أن يأخذ دشاً**. وربما يكون مفيداً أن تتركه الأم مرتدياً بنطلونه المتسخ لبعض الوقت، ولا يأخذ دشاً إلا إذا كان بنطلونه نظيفاً. وعندما يبدأ الطفل في تنفيذ السلوك، فعلى الأم أن تفحص ملابسه كل ساعة ونصف، ثم كل ساعتين، حتى تصل إلى **فحصه مرة واحدة كل يوم** ليحصل على دش واحد كل يوم.

# المراجع:

جمال الخطيب، ومنى الحديدي (٢٠٠٤): **برنامج تدريبي للأطفال المعاقين.** عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

علي عبدالله على مسافر (٢٠٠٤): **التعليم الملطف: مدخل غير تنفيري لمساعدة ذوي الاحتياجات الخاصة والقائمين برعايتهم.** القاهرة: دار السحاب.

محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبدالرحمن (١٩٩٨): **العلاج السلوكي الحديث، أسسه وتطبيقاته.** القاهرة: دار قباء.

**Bainer, C. & Hale, L. (2000):** From Diapers to Underpants. ***Young Children, 55, 80-84.***

**Baldwin, V. L.; Fredericks, H. D.; Brodsky, G. (1980):** ***Isn't It Time He Outgrew This: A Training Prgramme for Parents of Retarded Children.*** Illinois: Charles Thomas Publisher.

**Barry, V. M. & Cantor, P. (2001):** Focus on Infants & Toddlers (Ages 0-3): A Quarterly Newsletter for the Education Community, 2000-2001. ***Focus on Infants and Toddlers, v13 n1-4 Fall 2000-Sum 2001.***

**Blanton, E. (1971):** ***A Helpful Guide in the Training of a Mentally Retarded Child.*** N/A (ED072606).

**Blumberg, A. (1971):** The Training of Parents of Profoundly and Severely Mentally Retarded Children in Handling Behavior at Home. Final Report. N/A (ED055381).

**Boswell, S.& Gray, D. (1998):** Applying Structured Teaching Principles to Toilet Training. N/A (ED430362).

**Brooking, E. D.; Anderson, D. M. (1989):** Systems Analysis in Designing Toilet Training Procedures for Developmentally Disabled Persons. (ED316999).

**Cicero, F. R.; Pfadt, A. (2002):** Investigation of a Reinforcement-Based Toilet Training Procedure for Children with Autism. (EJ657316). ***Research in Developmental Disabilities, 23, 319-331.***

**Duffy, R. (1999):** Parents Dream of Life without Diapers. From a Parent's Perspective. ***Child Care Information Exchange, n128, 84-85.***

**Duffy, R. (2008):** Can't Make him Do It: Sleeping, Eating, Toileting. Exchange. ***The Early Childhood Leaders' Magazine Since 1978, n181 ,72-74.***

**Goldman, L. J., (2001):** ***Family qualities: Do they impact the decision to place a mentally retarded child?*** Ph.D., Saybrook Graduate School and Research Center. AAT 3089867.

**Kroeger, K. A.; Sorensen-Burnworth, R. (2009):** Toilet Training Individuals with Autism and Other

Developmental Disabilities: A Critical Review. ***Research in Autism Spectrum Disorders, 3, 607-618*** .

**Linford, M. D. (1970):** ***Systematic Instruction for Retarded Children: The Illinois Program. Part III: Self-Help Instruction.*** N/A (ED056448).

**Luiselli, J. K. (1996):** A Case Study Evaluation of a Transfer-of-Stimulus Control Toilet Training Procedure for a Child with Pervasive Developmental Disorders. ***Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 11, 158-162.***

**Miller, K. (1997):** Caring for the Little Ones-Toilet Learning. ***Child Care Information Exchange, n115, 84-87.***

**Rafanello, D. (2006):** Does Your Parent Handbook Need a Makeover? Exchange: ***The Early Childhood Leaders' Magazine Since 1978, n167, 66-67.***

**Schwartz, J. K. (1972):** Toilet Training the Retarded Child. N/A (ED074660).

**Simon, J. L. & Thompson, R. H. (2006):** The Effects of Undergarment Type on the Urinary Continence of Toddlers (EJ750837). ***Journal of Applied Behavior Analysis, 39, 363-368.***

**Singh, B. K. ; Masey, H. & Morton, R. (2006):** Levels of continence in children with cerebral palsy. ***Paediatric Nursing,18, 23 – 27.***

**Stephens, K. (1999):** Toilet Training: Children Step Up to Independence. ***Child Care Information Exchange, n125, 76-80.***