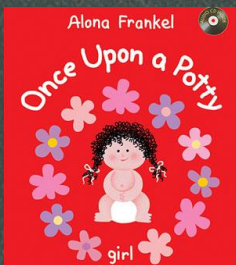


גמילה מטיטולים לילדים עם צרכים מיוחדים בימי משבר הקורונה

גילי יהב BCBA





הקדמה: מהי גמילה מטיטולים?

- גמילה מטיטולים היא תהליך התפתחותי טבעי שמתרחש מעצמו עם סיוע קל מהסביבה בין גיל שנה וחצי לגיל שלוש.
- גמילה פירושו תהליך בו הילד לומד לעשות את צרכיו (פיפי וקקי) בשירותים באופן עצמאי ומלא, כאשר הוא יוזם את ההליכה לשירותים, ביום ובלילה ומסוגל להתנהל לבד לאורך התהליך.
- מומלץ להתחיל תהליך גמילה במזג אויר נוח
(בין אפריל לספטמבר)



רגע על צרכים מיוחדים

- האם לילדים עם אוטיזם קשה יותר להיגמל?
- חלק מהילדים עם צרכים מיוחדים יתקשו להיגמל וחלקם יגמלו באופן זהה לילדים בני גילם עם התפתחות תקינה.
- חלק מהילדים עם צרכים מיוחדים יגמלו מאוחר יותר.
- חלק מהילדים עם צרכים מיוחדים יזדקקו לתוכנית אישית, מיוחדת המותאמת לצרכיהם הייחודיים.

רגע על צרכים מיוחדים

- למה לילד עם אוטיזם יהיה קשה יותר להיגמל?
- 1. אולי כי מערכות התחושה בגוף אינן מווסתות ולכן הילד לא ירגיש כי עשה את צרכיו או ירגיש אך לא יפריע לו להיות מלוכלך או רטוב.
- 2. אולי כי הוא לא עוסק בחיקוי הסביבה ולכן לא שם לב או יודע שעושים צרכים בשירותים.
- 3. אולי כי הוא יתקשה להבין את התזמון המתאים לגשת לשירותים.
- 4. אולי כי הוא יתקשה להתארגן סביב הפעולה של עשיית הצרכים בשירותים.
- 5. אולי כי יש לו פחות רצון לרצייה חברתית.



לפני שמתחילים



איך נדע אם ההורים מוכנים לגמילה?

▪ עלינו לשוחח עם ההורים ולהסביר מהם המרכיבים של תהליך הגמילה

▪ מה נדרש מהם כהכנה?

▪ מה נדרש מהם במהלך הגמילה?

▪ מה עשויים להיות הקשיים?

▪ איך תוכלו לסייע להם מרחוק?

אתיקה!

יש לענות ביחד על השאלה- האם ההורים מעוניינים ומוכנים לגמילה?



איך נדע אם הילד מוכן לגמילה?

▪ האם הוא בשל?

אם הילד מתעניין בגמילה או בעשיית צרכים בשירותים, בהורדת הטיטול או מבקש לנקות אחרי שמסיים את צרכיו- אז הוא בשל

▪ האם הוא מסוגל?

אם הילד מסוגל לבצע את הפעולות המוטוריות הנדרשות (התפשטות והתלבשות בשירותים) וכן מסוגל להתאפק פרק זמן סביר ללא עשיית צרכים- אז הוא מסוגל.

על מנת ללמוד על הרגליו

יש לערוך בדיקות יובש



בדיקות יובש

- בדיקות יובש פירושן ניסיון לאתר את פרק הזמן בו הילד נשאר יבש.
- מה עושים?

ניגשים בכל רבע שעה- חצי שעה (תלוי בגילו של הילד)

ומחליפים טיטול, מסמנים בטופס ייעודי האם הטיטול היה רטוב או יבש ואם ישנה אינדיקציה מיוחדת לגבי כמות הפיפי נציין גם כן.

בדיקות היובש יאפשרו לנו לקבל החלטה כל כמה זמן לעודד את הילד ללכת לשירותים בהתחלת תהליך הגמילה.



טופס בדיקות יובש לדוגמא

איך דואגים שההנחיות להורים יהיו ברורות ויבוצעו?

- פגישת וידאו, קשר עין ווידאו קשב והבנה
- הקלטה של הפגישה
- סיכום של הפגישה במסמך על ענן (DOCS)
- שליחת קישור של הסיכום בקבוצת ווטסאפ
- שימוש בטופס איסוף נתונים מקוון/ הדפסה של הטופס
- תזכורות בקבוצת ווטסאפ פעמיים ביום
- זמינות לשיחות טלפון

הכנות לקראת התחלת תהליך הגמילה



- לשתף את הילד ברכישת תחתונים חדשים לטעמו.
- לקשט את חדר השירותים ו/או את האסלה.
- להכניס משחקים לחדר השירותים להנעת הזמן.
- לערוך סקר מחזקים כדי לקבל החלטה לפני התחלת הגמילה- מה יחזק את הילד על עשיית צרכים בשירותים?
- לרכוש טיימר.
- הכנה של הילד (סיפור חברתי, ספרים וסרטונים, משחק סימבולי)
- הגדרת ציפיות רגע לפני שמתחילים



הגיע הרגע.... הגמילה



מתחילים היום

- בוחרים יום בו ניתן להתחיל את התהליך
- מקדישים זמן ותשומת לב משמעותית לילד (לא גומלים על הדרך.....)
- לא חוזרים לאחור
- מתמידים בסבלנות בתוכנית הגמילה גם אם נראה שקשה בהתחלה וישנם פספוסים
- מתקדמים עקב בצד אגודל ומתקרבים למצב הדומה ככל שניתן לשגרת יומיום

המרכיבים שתמצאו (כמעט) בכל תוכנית גמילה

גמילת
לילה

עידוד
יוזמה

פיפי
פרס

בדיקות
יובש



עשיית צרכים בשירותים קקי

- הגמילה מעשיית צואה בטיטול לעיתים קשה יותר מעשיית פיפי.
- תוכנית הגמילה מקקי היא קלה יותר עבור הסביבה ואלו כללי האצבע:
 1. איתור השעה/ פרק זמן הקבוע לקקי ביום, ניגשים סביב השעה שאותרה
 2. איתור הסימנים המקדימים לקקי- עבור הילד שלנו, ניגשים כשמופיעים הסימנים
- (עמידה במקום מסוים, אמירת משפט מסוים, ריח, הפסקת פעילות, עמידה ועוד)



איסוף נתונים



איסוף נתונים בתהליך הגמילה

- איסוף נתונים מאפשר לנו לראות הצלחות או אתגרים
- איסוף נתונים משמש בסיס לקבלת החלטות, כמו כל תהליך למידה בניתוח התנהגות יישומי
- חשוב לבנות מערך רישום קל לביצוע
- חשוב למקם מערך רישום במקום נגיש- הטלפון הנייד!
- חשוב לעקוב על בסיס יומי
- חשוב לרכז נתונים בגרף אחת לשבוע/ שבועיים
- כולם רושמים! הורים ומטפלים כאחד....

שאלון לאיסוף מידע מקוון

- גיליון אקסל מקוון

טופס איסוף נתונים מקוון

- שאלון google docs
- שליחת קישור בקבוצה
- גיליון אקסל שתומך שבשאלון ומרכז את הנתונים

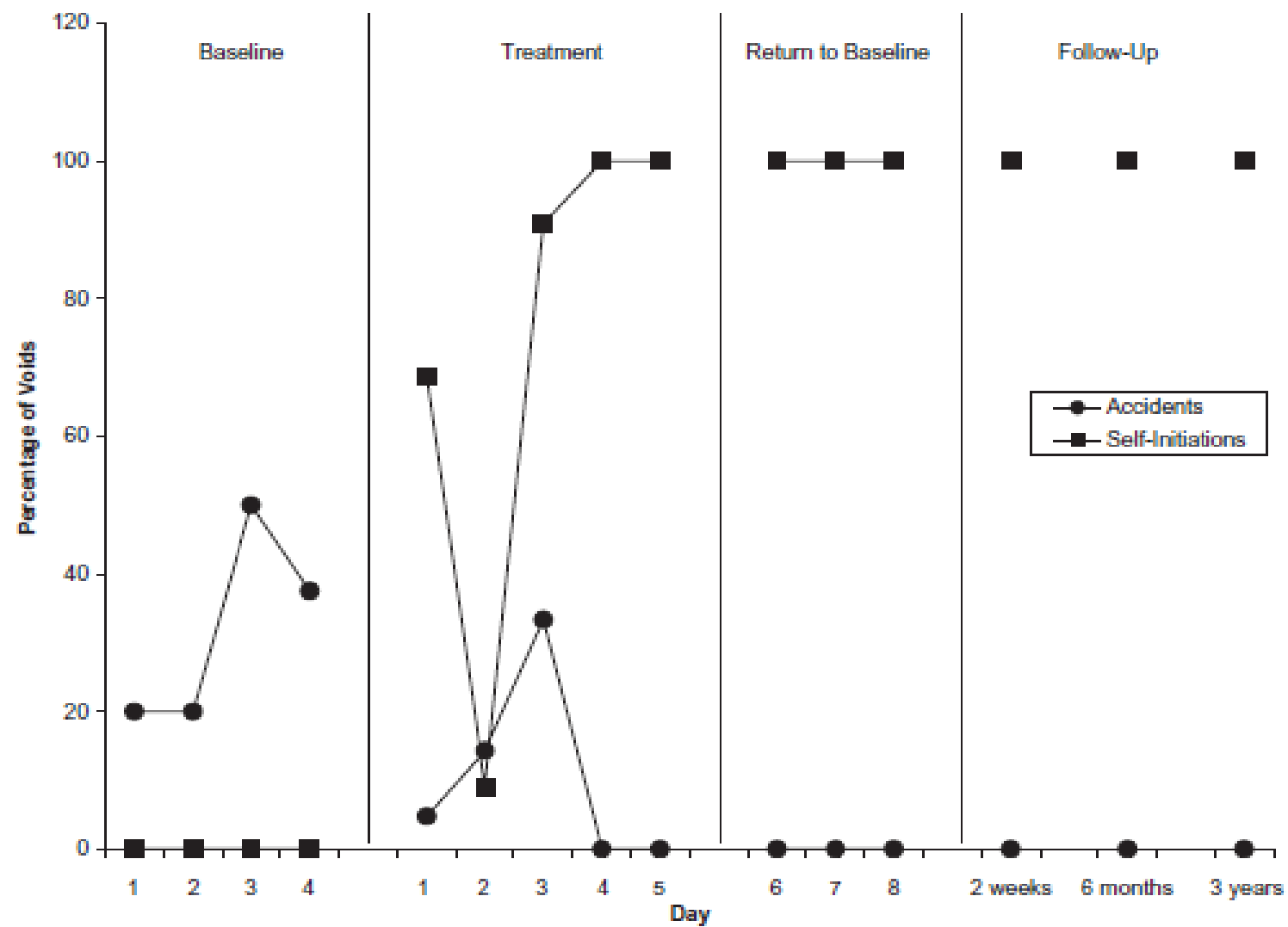
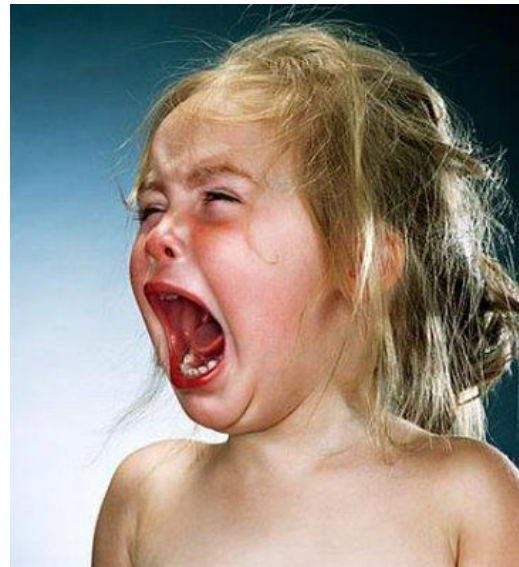
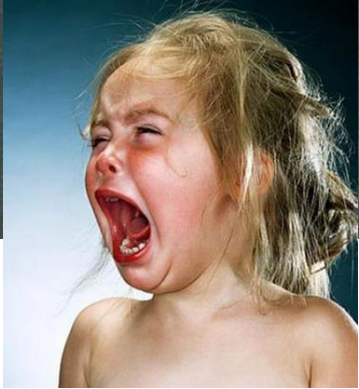


Figure 1 Percentage of daily accidents and self-initiations for voids for Chris.



בעיות התנהגות בגמילה



בעיות התנהגות בגמילה- דוגמאות

התנגדות לישיבה על השירותים

- הרשה לילד לשבת עם הבגדים
- הרשה לילד לשבת כאשר המכסה סגור, על מגבת או קרטון שמכסים את ה"חור".
בהדרגה אפשר להורידם
- השתמש בשעון עצר\דקלום על מנת להגביל את זמן הישיבה .
- הושב את הילד "בתורות": פעם הוא פעם בובה
- שב קרוב לילד
- ספק לילד תמיכה פיסית בזמן הישיבה (שרפרף לרגליים..)
- ספק לילד "בידור"



בעיות התנהגות בגמילה- דוגמאות

פחד מהורדת המים

- אל תוריד מים אם אין מה להוריד
- הורד את המים כשהילד עומד במרחק (ליד הדלת למשל) ובהמשך קרב אותו בהדרגה
- הכן את הילד באמצעות "הזהרה" (מילולית, ויזואלית) למשל: היכון, הכן, הורד
- תן לילד להוריד בעצמו את המים
- מוסיקת רקע אהובה

גמילת לילה



Photo Courtesy of Shutterstock

- גנטיקה!
- לעיתים מופיעה בשלות לגמילת לילה ביחד עם גמילת היום, יש להמתין ולבחון האם הילד "קם יבש".
- לעיתים יש לחכות עוד פרק זמן (עד שנה).
- לעיתים נדרשת התערבות חיצונית נוספת לטובת הקניית הרגלי ניקיון בלילה.
- לילדים עם בעיות שינה (שינה חזקה או קלה מאוד) יש לתת התייחסויות מותאמת בטיפול.

המלצה לקריאה

- Averink M., Melein L. & Duker P. C. (2005) Establishing diurnal bladder control with the response restriction method: extended study on its effectiveness. *Research in Developmental Disabilities* 26, 143–51.
- Azrin N. H. & Foxx R. M. (1971) A rapid method of toilet training the institutionalized retarded. *Journal of Applied Behavior Analysis* 4, 89–99.

זמן לשאלות

תודה על ההקשבה

