



ÇOCUKLARA EL YIKAMA ALIŞKANLIĞI NASIL KAZANDIRILIR?

Ebeveynlerin miniklerle bebekken tuvalet eğitimi, biraz daha büyüyünce ise el yıkama eğitimiyle imtihanı başlar. Eğitim konusunda çabuk sıkılan çocuklar, genel olarak konsantre olamaz ya da bir ders gibi gördükleri bu sürecin hızlıca bitmesini isterler. Bu noktada ebeveynlerin çocukların gelişim süreçlerine uygun olarak bir yol belirlemesi ve eğitimi eğlenceli bir aktiviteye dönüştürecek ipuçlarına başvurmaları gerekir.

Rol model olun

Çocukları hastalıklardan korumanın en pratik yolu olan el yıkamak, hayatın içinde bir rutine dönüşmeli. Ancak öncelikle çocuklara hastalıklardan korunmak için el yıkamanın önemli bir adım olduğu bilinci kazandırılmalı. Bunun için anne-baba olarak iyi bir rol model olmalı, sabah uyanınca, yemeklerden önce ve sonra, dışarıdan gelince mutlaka ellerinizi yıkamalı, bu sırada çocuğunuzu da bu sürece dahil etmelisiniz. Unutmayın, o yaşlarda çocukların örnek aldığı, davranış biçimleri tekrar ve taklit ettiği en önemli kişiler sizsiniz.

El yıkamanın bir gereklilik olduğunu öğretin

Çocuğunuzla aranızdaki ilişki, el yıkama eğitiminde büyük önem taşıyor. Otorite-sevgi çerçevesinde yürütülen bir ilişkide süreç çok daha kolay işliyor. Bu noktada çocuğunuza el yıkamasını söylerken ne emir verir gibi, ne de yalvarır gibi söyleyin. Ellerini yıkamadığında kötü sözlere ve tehditlere başvurmayın. Ya da yapmadığı durumda pazarlık yapmak, çok fazla yalvarmak yerine dengeli bir yol izleyin. Sevgi dolu ama ciddi olun.

El yıkama eğitimini keyifli zamanlara çevirin

İşin içine biraz eğlence katmakta yarar var. Bunun için renkli ve keyifli stikerlarla el yıkayacağı alan neşelendirebilir. En sevdiği oyuncağını, nasıl el yıkaması gerektiğini gösteren görselleri bu alana yerleştirebilirsiniz. El yıkama süresi en az 30 saniye olması gerektiği için bu süre boyunca sevdiği bir şarkıyı beraber söyleyebilirsiniz. Süre için çocuklara özel hazırlanan kum saatlerinden edinebilirsiniz. Lavaboya kolay yetişebilmesi içinse yine çocuklara özel olarak hazırlanan taburelerden satın alabilirsiniz.