



トイレトレーニングの時期と方法 2

トイレトレーニングは、いつから？どうすればいいの？・・・と言うお話を前回しました。

お子さんの成長に合わせてあげることが、大切で年齢や季節ではなく、その子どもの時期（個性）を見極めてからトレーニングを初めてみては、と言う内容でした。

トレーニングの3つの条件（歩行・二語文・尿間隔）が満たされた時の方法は、いろいろありますがお子さんに合うトレーニング方法をみつけてください。

① 1日に何回かおまるや補助便座を使ってトイレに誘う

最初は、1日に1～2回誘ってまががしてみますが、無理じいはずに自分から

「おしっこ」といえるようになることをめざします。トイレと共通しているのですが

おまるは「決まった場所に置く」これは、排泄は決まった場所であることを伝えるためです。



② 布や紙のトレーニングパンツをはかせる

布トレパンは10枚ほど用意が必要ですが、経済的です。布も紙もおしっこでぬれた不快感を感じるようになります。その不快感を感じてトイレやおまるに誘って、繰り返していくことで”トイレ”と結びつけていくのです。

③ 裸で過ごしたり、お風呂で「おしっこが出る」間隔をつかむ

おしっこが出た、ぬれた感覚だけでなく視覚的にもわからせる方法です。

はじめて視覚でおしっこを見たときの子どもは、びっくり顔だと思いますが、

おしっこをしたくなると自然とまたをのぞきこむ姿勢になります。

トイレトレーニングがうまくいかないのはスタートのタイミングが早すぎた可能性があります、おしっこの感覚をうまくつかめないケースも意外に多いのです。



今回は、いざ！トレーニング開始と、ママがはりきっているのはうらはらに、思いどおりに進まない！イライラする！に悩ませない準備のコツについてお話します。

<トイレが楽しくなる環境作り>

狭くて暗い場所は怖いものです。トイレの雰囲気をチェックして、トレーニング中は電気をつけたままや、明るいワット数に替えたり、便座のカバーやマット、ペーパーなど明るい色やお子さんの好きなポスターや置物にチェンジするなど、子ども専用のタオルを用意して一人前の気分を演出しては、どうでしょう。

いろいろな手作りグッズを工夫してもいいでしょう。

*参考資料** トイレトレーニング大成功100のコツ 主婦の友 編

次回は、<トイレトレーニングの進め方>についておはなししたいと思います。

