

2022年 6月 子育てワンポイント

テーマ 「子どものトイレ」

「トイレトレーニング、うまくいかしら…」と不安に思っている方も多いでしょう。その中でも、一番悩むのがトイレトレーニングを開始するタイミングです。発達には個人差があるので子どもの心や身体が「トイレに行く」ための準備ができているのかしっかり観察する必要があります。大切なのは一人ひとりに合わせて開始時期を決めてあげることです。

トイレトレーニングを始める具体的な目安

- ①トイレまで自分で歩いて行ける。
- ②便座やおまるにしっかりした姿勢で座ってられる。
- ③大人の問いかけに「はい」「いや」など簡単な言葉で答えられる。
- ④おしっこの感覚が2時間以上空く。
- ⑤「抱っこして」「ちょうだい」など自分の気持ちを伝えることができる。
- ⑥大人の真似ができる。



これらが全てそろっている必要はありませんができれば①～④が出来の方がトイレトレーニングがスムーズに進むでしょう

おうちの方に余裕があることも大切です。トイレトレーニングに一番のおすすめの季節は薄着になる春から夏です。薄着の季節はトイレに行ってもすぐにズボンやパンツを脱ぐことができ、洗濯物も乾きやすいので、おうちの方の負担が少なく済みます。できれば春から夏にかけて開始できるといいですが、子どもの発達やトイレへの興味を優先してあげて下さいね。

トイレに行くのをいやがる場合は、警戒心が強かったり、トイレのイメージが悪い可能性があります。そんな時はトイレの環境を変え楽しい場所にすると上手くいく場合があります。また、なかなか進まない時は、子どもにとってトレーニングが少し早すぎた可能性もあります。思い切って中止して時期を変えて再チャレンジしてもいいかもしれませんね。

子どもにとってトイレトレーニングは、「自分でできるようになること」です。自己肯定感、将来自分の行動や感情をコントロールするための心の土台となり、大きな地震にもなります。子どもの成長を楽しみにトイレトレーニングを取り組めるといいですね。

