



今回も実践編!

# トイレトレーニング!



トイレについての悩みは、保護者なら誰しものが抱えるものです。前回に続き、今回も実践編です!ご参考になれば♪



## トイレ中のお子様の心理は?

パンツになったことを喜び、誇らしげに見せてくれます。共感して喜んであげましょう。パンツ生活を頑張っている分、どこかで甘えたくなったりイヤイヤをしてみたくなくなったりすることもあります。その時は「パンツ生活を頑張っているものね!」「甘えていいよ!」と気持ちを受け止めてあげてください。そんなに長く続くものではありませんので♪



## 保護者の心構え

-  周りの子と比べないで、焦らず! お子様のペースを大切にしてください。
-  トイレトレーニングは一進一退があるものです。気長に付き合ってください、時間や精神的な余裕をもてると良いですね。
-  大人側のストレスが減るような対策も重要です。カーペットを剥がす。古くなったタオルを切って、拭いたらすぐ捨てる等。対策をしておくことで、お子様に大らかに対応できるようになります。
-  おねしょが心配な場合は、寝具とシーツの間に防水シーツを敷いてあげるとお洗濯の負担が減りますよ。



## トイレ中に気を付けたい対応!



### 大人の都合でおむつに戻さないで!

トイレトレーニングを開始したら、大人の都合でオムツに戻すのはなるべく避けましょう。旅行・体調不良時などで一時的にオムツにする時は、理由を説明してあげましょう。

### 漏らしても怒らないで!

トイレに間に合わず、漏らしてしまっても怒らないでください。嫌な顔をしてしまったり、「またしちゃったの?」「さっき行こうって言ったじゃない!」などの声掛けもよくありません。



### 排泄はメンタル面と繋がっています!

排泄はメンタル面と深いつながりがあります。生理的なものですので大らかに対応してあげてください。「出ちゃっても大丈夫!」「お洗濯してあげるから、大丈夫だよ!」「今度はおトイレでしてみようね!」と手際よく片付けて、気持ちを切り替えてあげましょう。



### 誘いすぎや長く座らせることもNG!

漏らしてしまわないか心配だからと言って、頻繁にトイレに誘うのはNG! 便座に座れた後も、出るのを期待して、5分以上座らせるのはやめましょう。

