



■子どもの行動の例

おしっこが出た後に教えてくれる



例) トイレに行く場面

■うちの子のできているところを探しましょう!

	できる	時々できる	できない
オシッコやウンチを我慢している		●	
オシッコやウンチが出たら教える	●		
おむつ(パンツ)を脱ぐ		●	
ズボンを脱ぐ		●	
便座に座る		●	
便座に座ってオシッコができる			●

安全で安心なトイレ

- ★トイレの中は整理整頓され安全が確保されていることも大切です(照明が明るいなど)。
- ★子どもが行きたくくなるようなトイレにするのもおすすめです(子どもが好きなキャラクターのポスター、マットなど)。
- ★便座に座った時に不安定さを感じないようにしましょう(踏み台や補助便座)

子育てヒント

- ★家族の時間的・精神的余裕のある時期から練習を始めましょう。
- ★トイレで「オシッコ」や「ウンチ」をすることを子どもが理解できていることも大切です(言葉や絵で説明)。
- ★子どもがおなかを抑えたりしかめっ面をして、ウンチを我慢していないかを気にかけて見ましょう。
- ★子どもの排尿のタイミングを知ることが大切になるでしょう。(分からない時は、こまめにオムツやパンツを確認)
- ★トイレに行く時間やタイミングを決めて、繰り返し経験します。(ご飯の前、風呂の前など)
- ★偶然にでも成功した時には「オシッコ出たね」と具体的にほめ(認め)ます。「オシッコの出る感覚」をつかみ、成功体験が子どもの自信に繋がるでしょう。
- ★家族がトイレに行く場面を見せましょう。
- ★絵本やぬいぐるみを使って楽しく誘ってみましょう。



※トイレに行きたいと言わない時は、まだ子どもの体が、排泄を伝えるまで発達していない場合が考えられます。

例題の「トイレの練習をしたい」で考えてみましょう。



### ■前向き子育てのコツ

#### 具体的にほめる

できない時もあると思いますが、できた時に子どもに近づいて具体的にその行動を認める（ほめるなど）と良いでしょう。

【子どもの行動を認める（ほめるなど）時も教える時も、子どもの目の高さに合わせると伝わりやすくなります】できたことを肯定して伝えましょう。○ ゆうと君トイレに行けたね

具体的にお子さんの場合を考えて書いてみましょう。■       くん（ちゃん）       ができたね。

「できているところから、認める（ほめるなど）」と分かっているにもかかわらず、子どもが「おしっこが出たよ」と、出た後に教えてくれることが続くと親は「おしっこが出る前に教えてよ！」と、つついと言ってしまうことがあるかと思いますが。そうすると子どもは、おしっこが出たことも言わなくなる可能性があります。

※トイレに行けた時は、具体的に「トイレに行けたね」と認め（ほめ）てください。自分から座りたいと興味を持ちだしたら、次の目標を「トイレに座る」に設定すると子どもの心の準備は整っています。

### ■前向き子育てのコツ

#### 手本を示す

私たちは、みんな他人の行動を見て学びます。新しい行動を子どもに教える為に、親が手本となって子どもにどうするかを見せましょう。どのようにするかを説明し、まねるように言います。必要ならば手助けをします。そして、しだいに手助けなしに一人でやるように励まします。子どもが自分でやろうと努力していること、できたことを認めましょう（ほめるなど）。トイレに行くリズムができるまでは「起床時」「食後」「おやつの後」「お兄ちゃんが帰ってきた時」「お風呂の前」などと、トイレに誘う時間を決めておくと親子で心の準備ができるでしょう。家族で一緒に取り組んでくれる協力者がいればお願いしましょう。

例) お兄ちゃんと一緒にトイレに行く

お兄ちゃん「かず君、オシッコに行こう」

かず君 「わーい！お兄ちゃんと一緒に、うれしいな」

親 「お兄ちゃん、かず君とトイレに行ってくれてありがとう」

親 「かず君トイレに行けたね」



※トイレを嫌がる時は、無理強いしないで、原因を考えて時期をずらして取り組みましょう。

市の「前向き子育て応援事業」の情報はコチラ



■お問い合わせ 子ども未来課 子育て支援係 ☎ 28-7568

(前向き子育て 担当 石橋)

科学研究費助成事業（責任者 福岡県立大学 江上千代美）

無断複写・複製を禁ず

今月の定期便についての感想や質問をお聞かせください。