mada090234 / April 10, 2015 12:50PM

寶寶的如廁訓練!快樂森林托嬰中心幫助孩子擺脫尿布生活

何時開始訓練寶寶大小便才適合，一直是許多家長苦惱的問題，隨著時代與科技的進步，對於孩子的如廁訓練觀念也有很大的轉變。快樂森林托嬰中心表示，訓練寶寶大小便，可以幫助寶寶擺脫尿布生活，但因各個孩子的不同而要有所調整，也就是說當寶寶有一定的成熟度或準備好了，才可以著手訓練，而不再是以父母的認知來決定開始訓練大小便。

如廁訓練的方法有很多種，須逐步而來，也需要時間來達成，更須考量寶寶的意願而非強迫。為此，快樂森林托嬰中心建議家長，首先，在訓練寶寶上廁所前期，可以準備一個寶寶專屬的尿桶或如廁椅，若是尿桶或如廁椅上若能有鮮豔的色彩或聲音，更是能吸引寶寶自行上廁所的意願；接著，在訓練的過程中，盡量讓寶寶熟悉自己的尿桶或如廁椅，初期不需脫褲子坐，只需讓寶寶熟悉且不要即可。

再來，當寶寶逐漸習慣後，也建議定期提醒寶寶是否要自己去尿尿或解便，有些訓練的褲子也能在此階段介入，而當寶寶在日間的訓練都完成後，午睡後及夜間的訓練就便能慢慢進行，但通常會在一到兩年內才能徹底執行完成，因此，可在寶寶睡前詢問是否要解便，或在早晨清醒時叫醒寶寶去解便，更是能讓寶寶快速上廁所的訓練。

快樂森林托嬰中心提醒家長，對於如廁訓練的達成，也應給寶寶正向的鼓勵，例如：貼紙、玩具、一個擁抱或是一句讚美的話，都能強化孩子的表現；反之，懲罰或怒罵不但無益反而會使孩子有不好的經驗，嚴重甚至會退縮。應該不管外界的壓力，好好的陪孩子們走過這段歷程，即使是如廁訓練，家長也將發現陪伴孩子成長的喜悅。

在訓練寶寶如廁時，雖然以寶寶自主性為最大的考量，但是父母親的態度也扮演了重要的角色。快樂森林托嬰中心解釋，首先，父母要有正確的認知，如此才能抵抗外來的壓力，比方說來自長輩的壓力與同儕的比較，所以既然每個孩子都有各自的發展腳步，快一點或慢一點又有何妨，家長的挫折感可以借助專家的諮詢幫助，而非轉移到小寶寶身上。

對於如廁訓練的達成，也應給寶寶正向的鼓勵，例如：貼紙、玩具、一個擁抱或是一句讚美的話，都能強化孩子的表現；反之，懲罰或怒罵不但無益反而會使孩子有不好的經驗，嚴重甚至會退縮。快樂森林托嬰中心建議家長，應該不管外界的壓力，好好的陪孩子們走過這段歷程，即使是如廁訓練，家長也將發現陪伴孩子成長的喜悅。

快樂森林托嬰中心 板橋 托嬰中心 寶寶 如廁訓練
★快樂森林托嬰中心網站：http://mvp091.104web.com.tw/cetacean/front/bin/home.phtml
★快樂森林托嬰中心地址：新北市板橋區忠孝路28號2樓
★快樂森林托嬰中心電話：02-29633660