

如何教孩子上廁所

我想孩子學習上廁所，但每次給他用兒童廁板，他都不肯，當他穿回學習褲不久，便忍不住了。究竟他怕什麼呢？怎樣才能教他自行上廁所？

1-2歲

資料提供：香港基督教服務處親職教育中心主任廖李耀群

家長要知道，這時期是孩子學習上廁所的階段，而不是要他們自行上廁所，孩子仍需家長提點及協助的。一般而言，當孩子的身體機能發展成熟，會企定、無表情、面紅，在運力似的，便代表他有上廁所的需要。這時家長可依以下方法教他如廁：

1、模仿父母

父母與孩子一同如廁，可以「男的跟爸爸，女的跟媽媽，學習坐或企的姿勢」，以模仿父母的行為。

2、「雪雪唔唔」

孩子如廁時，家長可抱着他蹲下，並發出「雪雪聲」或「唔唔聲」，令孩子習以為常，產生條件反射。日後在廁所做出同樣姿勢或聽到這些聲音，便懂得如廁。

3、稱讚提點

孩子學懂上廁所，父母可稱讚他：「囡囡好聰明嗎，廁到尿尿嗎！」鼓勵他日後多嘗試。家長宜多提點孩子上廁所，以免孩子樂極忘形，忘記或趕不及上廁所而遺尿，感到挫敗。

4、增安全感

有些孩子慣用令他感到安全、密實及溫暖的尿片，未必接受用兒童便盆或廁板，害怕那種空洞感，擔心會墮下去，所以即使他們想如廁，也會因擔心而無法排泄。家長毋須操之過急，可以先讓孩子習慣坐在便盆或廁板上，即使沒有需要也可，令他們感到熟悉及放鬆。有需要時，可用椅墊着孩子雙腳，增加他的安全感。