



## ～考えてみよう、排泄のこと～

「オムツが外せない」「トイレで排泄をしてくれない」とか「おねしょが治らない」という悩みについてお聴きすることがあります。

心理学者のエリクソンは幼児期前半の心理社会的課題として「自律性」を獲得することが重要と言っています。子どもはおむつのない開放的な身体で、トイレで排泄することで、自分を律する感覚を得ます。自律というのは自分で決めると言うことです。いつからちゃんとできるようになるかは、個人差があります。子どもさんの中にはオムツの中で排泄する感覚が固定してしまって、トイレではできなくなっている人がいます。自然に任せておけばいつの間にかオムツが外れるとは言えないのです。ゆったりした気持ちで排泄できるよう、環境を整え（楽しい場所づくり）排泄をうながす働きかけをしてください。自分の体から出た排泄物を周りの大人が喜んでくれることが子どもの自尊心を育てます。逆に失敗した時に叱られたり、がっかりされたりすることで子どもの心は大きく傷つきます。

「おねしょ」は体の成熟と関連しています。寝ている時（無意識）の失敗を叱っても意味がありませんが、安心して就寝できるようにすることは大切です。小学校入学前後になってもおねしょが続くようでしたら「夜尿症」と言う病気かもしれません。お困りの場合は専門家に相談してください。

\*参考資料『佐々木正美の子育て百科』大和書房 『バイバイ、おねしょ!』 冨部志保子 朝日新聞出版

子育て相談課母子保健・相談係 臨床心理士 横内 弥生