

Tập cho trẻ bỏ tã

1. Dấu hiệu trẻ đã sẵn sàng:

Con bạn:

- ngủ trưa dậy mà tã khô
- tã không ướt ít nhất hai giờ đồng hồ
- ra dấu/chỉ cho bạn thấy sự khó chịu của tã ướt/dơ
- thích giặt nước dõ cầu và/hoặc thích ngồi trên bồn cầu
- biểu lộ nhu cầu dùng nhà vệ sinh
- biết là tã đã bị ướt/dơ

2. Chuẩn bị bỏ tã

Đề tập cho trẻ có thói quen:

- Thay tã cho trẻ trong nhà vệ sinh
- cho phép trẻ nhìn anh chị hay ba, mẹ dùng bồn cầu
- bỏ phân từ tã vào trong bồn cầu và bảo trẻ giặt nước dõ cầu
- dùng lời và hình ảnh để nói về việc tiểu tiện (thí dụ nhà cầu, cái bô, đái, ỉả v.v..)
- cho trẻ tập ngồi trên bồn cầu mà không cản trở quần
- đọc sách nói về việc bỏ tã: như "Chuyện cái bô" của Alona Frankel cho trẻ
- Cho trẻ sờ vào tã khi bạn nói tã ướt hay khô
- Cho trẻ giúp bạn lấy tã mới ra và đem bỏ tã dơ vào thùng rác
- Dùng trò chơi để giúp trẻ hiểu thêm như để "Fisher Price People" trên bồn cầu tí hon hoặc búp bê ngồi bô
- Tránh phản ứng tiêu cực về việc bé đi tiêu, thí dụ thay vì nói "thúi quá" hãy nói "ồ, mẹ ngửi thấy mùi cứt"

3. Đề nghị khác:

- đem trẻ vào bồn cầu vào lúc tã thường bị ướt
- để trẻ khám phá bồn cầu trước khi ngồi lên đó
- tập cho trẻ đi nhà vệ sinh bằng cách dùng những cách gọi/hình ảnh/đồ vật thuận nhất
- làm cho nhà vệ sinh là nơi thoải mái, như có nhạc, đồ chơi, sách
- lột tã ra thời gian ngắn và cho trẻ mặc quần lót
- tỏ ra tích cực, bình thản và khen ngợi trẻ mỗi lần nó cố gắng tập

Ghi chú - Nếu trẻ tỏ ra khó chịu trong thời gian tập, bạn hãy ngưng liền. Có thể con bạn chưa sẵn sàng. Làm lại những đề nghị trong giai đoạn chuẩn bị khi thấy trẻ thoải mái.

(Biên soạn từ nhiều nguồn tư liệu)