発達心理学者の子育て奮戦記（8）

トイレトレーニング

長田瑞恵

娘と息子の共通点

わが家の二人の子どもたちは、外見はあまり似ていません。第一子の娘は小柄ですが、第二子の息子は堂々とした体格です。娘は生まれた時から髪の毛が豊かですが、息子は六か月を過ぎても、いまだに産毛程度しかありません。

このように、見た目はかなり異なる二人ですが、似ているところもあります。たとえば、声は母親の私でも時々間違えるほど似ています。そして、何よりも似ていると思うのは、娘と息子の排泄に関する反応です。

娘は新生児のころから、オムツが少し濡れただけでも泣きました。息子はさらに敏感で、よく見ないとわからない程度しかオムツが濡れていなくても、急に不機嫌になり泣きだします。時には、オムツは全く濡れていないのに泣き出し、どうしたのだろうと思ってオムツをあけた瞬間に、シャーッと噴水の

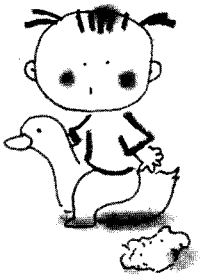
ように排尿することもあります。最近の紙オムツは品質が良く、数回分の尿を吸収しても濡れた感じは少ないということですが、娘や息子の場合は、どうも排泄の感覚そのものが不快であるようです。

オムツはずれの条件

二、三歳児の母親の悩みとしてよく耳にするものに、「オムツはずれ（トイレトレーニング）」があります。娘の通う保育園でも、二歳を過ぎた子どもの保護者の間でよく話題に上ります。そこで聞かれるのは「なかなか自分からトイレと言えない」「トイレに行けるようになったと思ったら、また、行かなくなった」というような「うまくいかない」という声です。

「オムツはずれ」がうまくいくためには、いくつかの条件があると言われています。一つは身体的な成熟で、歩けるようになっていることと、膀胱がある程度大きくなり、尿をためておけるようになることが必要です。もう一つは知的な発達で、尿意を言葉で伝えられることが必要です。

娘は新生児のころから濡れたオムツを大変嫌がりましたので、私も夫も、娘のオムツは簡単にはずれるかもしれないと安易に考えておりました。実際、先ほど挙げた条件がそろってきた一歳四か月のころには、娘はオムツが濡れると替えてくれというしぐさをするようになりました。そこで試しにオマルに座らせてみると、いとも簡単に排尿に成功したのでした。その後も、たとえ、オマルに座るのが間に合



わなくても、排尿直後に「した」「する」などと言いながら、オマルへ向かっていくことが増えました。オマルで成功すると、本人もとてもうれしそうでしたので、このままスムーズにオムツがはずれるかもしれないと期待は膨らみました。

しかし、やはり事はそんなに簡単ではありませんでした。オマルの導入は、長い長いトイレトレーニングの始まりだったのです。

未知との遭遇

娘のオマルへの興味は長続きしませんでした。しばらくは、気が向くと父母の誘いに乗ってオマルに座っていたのですが、しだいにオマルを避けるようになり、一歳半ごろには全くオマルへ行かなくなりました。

最初のうちはのんびり構えていた私も、状況が改善しないまま一歳九か月になり、そろそろ本腰を入れようと考えるようになりました。

そこで、保育園の先生方に保育園での娘の様子を尋ねると、娘がオマルを避けるようになった思いがけない理由が明らかにされました。先生方がオマルへの誘いかけを始めたころのある日、オマルに座った娘は、排尿だけでなく、排便にも成功したそうです。ところが、娘は初めて見るオマルの中の自分の便にたいそう驚いてしまい、それ以来、オマルに座ることを拒否するようになったというのです。

私はおかしいような、困ったような、でも、妙に納得できるような、複雑な気持ちになりました。大人にとって排泄は生活の中のごく一部であり、もはや、取り立てて考えるような大事ではありません。しかし、幼い娘にとっては、自分の便を初めてまじまじと見つめた経験は、強烈だったのかもしれません。自分の体から出てきた異物は、不思議を通り越して、恐怖にも似た感情を娘に呼び起こしたのかも

しれません。

子育ての中では、時として、大人の自分にとっては当たり前のことが、子どもの目から見ると当たり前ではないということに気づかされます。オマルでの排便の一件は、娘にとっても未知との遭遇でしたが、私にとってもまた、娘の目を通して意外な驚きを経験した出来事でした。

荒療治の失敗

その後しばらくは、大人が誘って気が向けばトイレやオマルで用を足せますが、排尿前には自分からは言い出さないという状態が続きました。そして、二歳を過ぎると、保育園では促されればうまくできることが多いのに、家に帰るとなかなかうまくできないことが多くなりました。

正確には、「うまくできない」というよりも「やろうとしない」と言ったほうが適切かもしれません。というのは、この時期、私が第二子を妊娠していたために、娘と私の関係が微妙に変化していたからです。この時期の娘は、体の成熟も、知的な発達も、オムツはずれのために充分な水準に達しているにもかかわらず、その能力をあえて発揮しないように思えました。紙オムツを使い、排泄のたびに父母の手を焼かせることで、娘は父母の注意を自分に引きつけようとしていたのかもしれません。

出産を終えて、私が自由に動けるようになってきたある日、娘が二歳六か月になったころに、私は思い切って娘に布パンツをはかせてみました。布パンツにすることで「お姉さん」の気分になり、排尿の前に言うのではないかと考えたのです。娘のやる気を盛り上げるために、娘の大好きなアンパンマンの布パンツを用意しました。そして、娘に布パンツをはかせながら、「ちっちの前に教えてね」とよく言い聞かせました。娘も、アンパンマンの柄がうれし

かったのか、少し緊張した面持ちながらも布パンツをはき、私の言葉にうなずきました。

ところが、布パンツをはかせても、娘は排尿の前に尿意を伝えることができませんでした。

「いいよ、ちょっと失敗しちゃったね。でも、今度は頑張ろうね。」

濡れた布パンツを着替えさせながら、私は娘を励まし続けました。しかし、失敗するたびに、娘のやる気がしぼんでいくのがはっきりとわかりました。そして最後には、「もう布パンツ、はかない、紙パンツがいい」と言い出してしまいました。

私は性急すぎたことを反省しました。弟の誕生に動揺して赤ちゃん返りをしている娘は、身体的・知的には充分に成長していても、まだ気持ちの準備が整っていないようでした。また、励まされてもうまくできなかったことに娘はひどく自尊心が傷ついたらしく、その後またしばらく、トイレもオマルも拒否するようになってしまいました。子どもとの関係の中で励ましは大切なことでも、時としてそれがプレッシャーになってしまうのだと痛感しながら、私は布パンツを洗ってタンスにしまいました。そしてまた、機が熟すのを待つことにしました。

一進一退

娘が二歳八か月のころに、ちょっとした転機が訪れました。いつものように、私が娘と息子の二人を寝かしつけていた時のことです。息子がぐずりだすと、見計らったように娘が「ちっち、出る」と言いだしたのです。弟に注意を向けがちな母親の気を引くための、娘なりの策略なのでしょう。私は娘の悪知恵に少し困惑しましたが、このチャンスを利用しない手はありません。すぐに「トイレですれば?」と私が誘うと、娘は「うん」と言っていそいそとトイレに向かっていきました。私が娘とトイレに行っ

ている間、かわいそうな息子は布団の中で泣いたままですが、致し方ありません。息子には少しの間我慢してもらい、娘がうまくトイレで排尿できると、娘を褒めちぎりました。次の日も、息子がぐずりだすと、娘はすぐに「ちっち」と言い出し、私はまた泣いている息子をしばらく待たせて、娘をトイレへと連れて行きました。

このように、就寝前にトイレに行くようになったので、日中にもトイレに行くようにしたいと考えた私は、成功が目に見える形でわかるように、トイレで排尿できたら、カレンダーにシールを一枚貼ることを提案しました。シール貼りの大好きな娘はすぐにやる気になり、しだいに日中でも自分からトイレに行くと言えるようになっていきました。

二歳十一か月になる今では、娘の機嫌がよい時は、ほとんど失敗せずにトイレで排尿できるようになりました。しかし、遊びに夢中になりすぎると、間に合わないこともありますし、機嫌が悪い時には確信犯的に失敗します。また、布パンツでの失敗がよほど根深いのか、いまだに布パンツを嫌がります。オマルの中の便を見たショックもなかなか癒えなかったようで、トイレでの排便は断固拒否していましたが、最近になってようやくトイレに行く気が出てきました。

トイレトレーニングは、オムツに制限されないという物理的な自律だけでなく、自分自身の体を自分でコントロールできるという心理的な自律を意味します。そしてそれがやがて、娘がいろいろな場面で自信をもって、自律的に生きていくための力につながっていきます。今は一進一退を繰り返しているような状態ですが、娘の身体的、知的な発達だけでなく、気持ちの準備が整うのを気長に待ち続けたいと思います。

（十文字学園女子大学准教授）