

ਵਾਧੂ CHS ਫੈਮਿਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ (714) 712-7888 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। CHS ਜਲਦੀ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, (888) CHS-4KIDS 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਫੈਮਿਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਪੈਡਕਾਸਟ, ਅਤੇ CHS ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.chs-ca.org 'ਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street
Los Angeles, CA 90017
(213) 240-5900
(213) 240-5945 Fax

ਰੋਏ ਬਿਨਾਂ ਟਾਇਲਟ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਉਣਾ

ਗਿੱਲੇ ਤੋਂ ਸੁੱਕਣ ਤੱਕ



ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਬੱਚੇ, ਅਤੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਟੀਮ ਵਰਕ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਮਰੀਜ਼, ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।



★ **ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਸੰਕੇਤ:**

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸੰਕੇਤ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ:**
- ਸਧਾਰਨ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
 - ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਣ ਸਕਦਾ ਹੈ
 - ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਸੁੱਕਾ ਡਾਇਪਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
 - ਬੱਚਾ ਸੌਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੁੱਕੇ ਡਾਇਪਰ ਨਾਲ ਜਾਗਦਾ ਹੈ
 - ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦਾ ਹੈ
 - ਆਪਣੇ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦਾ ਹੈ
 - ਟਾਇਲਟ ਕਰਨ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ
 - ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਉਸਦਾ ਡਾਇਪਰ ਗਿੱਲਾ ਜਾਂ ਗੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
 - ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਕਿ ਉਹ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਲ-ਤਿਆਗ (ਟੱਟੀ)



ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹ ਸ਼ਬਦ ਸਿਖਾਓ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, "ਪਿ," "ਪੂਪ," ਜਾਂ "ਪੇਟੀ।"
- ਮਲ-ਤਿਆਗ ਕੱਢਣ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਕੱਢਣ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਪੇਟੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਉਪਕਰਣ ਖਰੀਦੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਕੱਲੇ ਟਾਇਲਟ, ਟਾਇਲਟ ਸੀਟ, ਸਟੈਪਿੰਗ ਸਟੂਲ, ਜਾਂ ਤਰਜੀਹੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅੰਡਰਪੈਂਟ।
- ਪੇਟੀ ਜਾਣ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਇਪਰ ਵਿੱਚ ਟਾਇਲਟ ਜਾਂ ਪਾਟੀ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਬੈਠਣ ਦਿਓ।



★ **ਰਸਮੀ ਸਿਖਲਾਈ**

ਰਸਮੀ ਟਾਇਲਟ ਸਿਖਲਾਈ ਉਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿਖਾ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਨੇ ਆਪਣਾ ਡਾਇਪਰ ਗੰਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਪਛਾਣ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੇ ਕੁਝ ਵੱਖਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਟਾਇਲਟ ਜਾਂ ਪੇਟੀ ਵਾਲੀ ਕੁਰਸੀ ਦੇ ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਡਾਇਪਰ ਵਿੱਚ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਡਾਇਪਰ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਗਿੱਲਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਨੇ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ: "ਮੈਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਿਆ। ਚਲੋ ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਇਸਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ।"

ਇਕਸਾਰ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਬਣਾਓ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਜਾਂ ਪੇਟੀ ਵਾਲੀ ਕੁਰਸੀ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਓ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਬਾਥਰੂਮ ਸੰਬੰਧੀ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸਿਖਾਓ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾਓ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੁੰਝਣਾ ਹੈ, ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਵੇਂ ਧੋਣਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਪੈਂਟ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਜਾਂ ਪੇਟੀ ਵਾਲੀ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਦੇਖੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਕੰਮ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਕਰਨ ਦੀ ਉਸਦੀ ਯੋਗਤਾ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਹੈ।

★ **ਆਮ ਰਿਮਾਈਂਡਰ**

- ਇਸਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰੱਖੋ। ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਧੱਕਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ।
- ਹਾਦਸਿਆਂ ਦਾ ਸਾਧਾਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰੋ। "ਓਹ, ਮੈਂ ਇਹ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪੈਂਟ ਗਿੱਲੀ ਹੈ। ਚਲੋ ਕੁਝ ਸੁੱਕੇ ਡਾਇਪਰ ਲਈਏ।" ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: "ਕਦੇ-ਕਦੇ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਐੱਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਚਾਹੋਗੇ ਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਾਵਾਂ?" ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ, ਦਿਨ ਅਤੇ ਰਾਤ ਸੰਬੰਧੀ ਬਲੈਡਰ ਕੰਟਰੋਲ ਪੰਜ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨ ਵਰਗੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।
- ਉਹ ਕਾਰਕ, ਜੋ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਭੁੱਲਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਸਨੇ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ:
 - ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ
 - ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣਾ
 - ਹਲਚਲ
 - ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਘਰ ਛੱਡ ਰਿਹਾ ਹੈ
 - ਬਿਮਾਰੀ
 - ਇੱਕ ਕਿਸੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਸਮੇਤ ਕਿਸੇ ਅਜੀਜ਼ ਦੀ ਮੌਤ

- ਇਹਨਾਂ ਐੱਖੇ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਧੀਰਜ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਿਮਾਈਂਡਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਕੋਈ ਦੌੜ ਜਾਂ ਮੁਕਾਬਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਕਦਮ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇਵੇਗੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਹੋਰ ਪਹਿਲੂਆਂ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।



★ **ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਸੁਝਾਅ**

- ਇੱਕ ਜੱਫੀ, ਇੱਕ ਚੁੰਮਣ, ਜਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਦੇ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਤਰੱਕੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗਾ, ਦੂਜੇ ਬਾਲਗਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।
- ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪੁਸ਼ਟੀ ਦੇ ਨਾਲ ਤਰੱਕੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ, "ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ!" ਜਾਂ "ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹੋ!"
- ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਸਫਲ ਹੋਣ 'ਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਜ਼ਾ ਨਾ ਦਿਓ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਅਤੇ ਬੋਧਾਤਮਕ ਹੁਨਰ ਦੇ ਇੱਕ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਸੁਮੇਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅੰਦਰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਇੱਕ ਚੰਗੇ-ਮਜ਼ਾਕ ਵਾਲਾ, ਆਮ ਰਵੱਈਆ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਇਹ ਬੱਚੇ ਵੱਲੋਂ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ; ਸੱਤਾ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਹੋਵੋ।
- ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਬਾਥਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਖਾਸ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਬੱਚੇ ਵੀ ਬਾਥਰੂਮ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਟਾਇਲਟ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਇਸ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ।

ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ

- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪਸਤਕਾਂ**
EVERYONE POOPS
Taro Gomi
- DIAPERS ARE NOT FOREVER
Elizabeth Verdick
- A POTTY FOR ME!
Karen Katz
- ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਪਸਤਕਾਂ**
THE FIRST-TIME PARENT'S GUIDE TO POTTY TRAINING:
HOW TO DITCH DIAPERS FAST (AND FOR GOOD!)
Jasmin McCoy
- THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS GUIDE TO TOILET TRAINING:
REVISED AND UPDATED SECOND EDITION
American Academy of Pediatrics
- ਸੰਗਠਨ**
THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS
(800) 433-9016 or <https://www.healthychildren.org>