



Рекомендации «Как приучить ребёнка к горшку»

Дулишкевич С.Н., ст. воспитатель



Если вы хотите приучить ребенка к горшку, то должны делать это правильно и поэтапно. В результате ребенок должен полностью овладеть этим навыком. Он должен чувствовать, что хочет в туалет, затем снимать штаны, садиться на горшок, надевать штаны и звать родителей. Мама и папа должны подбадривать ребенка и не замечать его неудач. Ни в коем случае нельзя **ругать малыша**, если у него что-то не получается. Если они будут слишком жестко и настойчиво его принуждать это делать, то малыш может вырасти пассивным или упрямым. Ребенок обязательно должен знать, где находится его горшок в квартире и что он с ним должен делать. Об этом ему попу-лярно должны рассказать родители. Если у него все получилось правильно – ребенка можно похвалить и погладить по голове, если нет – не ругать.

Соблюдайте простые правила

Если вы не знаете, **как приучить ребенка к горшку**, то мы вас этому научим. Не нужно смешивать несколько занятий в одно. Не позволяйте ребенку есть, смотреть телевизор или отвлекаться на другие дела, сидя на горшке. Если он не сделал ничего на горшке за 5-10 минут, отправляйте его гулять до следующего раза. Бесполезно силой удерживать на горшке малыша, ругать его и заставлять сидеть на нем долго. Это ни к чему хорошему не приведет. Не нужно оставлять ребенка, особенно маленького, на горшке без присмотра. Он может вести себя неправильно и наделать кучу ошибок. Вам придется, потом долго отмывать его и все вокруг. Некоторые дети также могут ходить в туалет в непредназначенных для этого местах. Их нужно вовремя от этого отучить, чтобы это не перешло в привычку.

В практике могут встречаться сложные случаи, когда ребенок ходит в туалет только в подгузник или только в определенном месте. Он не слушает

родителей и не хочет менять своих привычек. Если вы заметили за своим малышом такое, то лучше обратиться к детскому психологу или невропатологу. Странное или чересчур вычурное поведение со стороны ребенка может означать, что у него сложные психические проблемы. Даже если у него нет никаких психологических проблем, будет лучше, если вам об этом скажет врач. Зато вы будете спокойны и не упустите драгоценное время.

Как приучить малыша к горшку – вопрос, который мучает многих родителей. Если малыш благополучно минует этот период, то у него будет получаться контролировать свои желания и подчиняться правилам приличия. Кроме этого он сможет выражать себя. В интересах родителей помочь малышу в этом.

Помните, его нельзя насильно заставлять ходить на горшок, **чересчур опекать**, ругать за ошибки. Иначе он станет маленьким упрямцем, или, наоборот, послушным неумехой. Он может подумать, что родители его ругают за то, что он не может ходить в туалет правильно, и не захочет даже пытаться научиться этому.

В каком возрасте лучше учить горшку?

Мамы и папы спорят, *когда и как приучать ребенка к горшку*. Некоторые из них думают, что начинать учить этому малышом стоит в восемь – девять месяцев. Такие родители нередко хвастаются, что их чадо научилось пользоваться горшком еще до достижения годовалого возраста.

На самом деле, дети до года могут опорожнять кишечник и мочевой пузырь рефлекторно. У них срабатывает рефлекс, когда их сажают на горшок. В этом возрасте их нервная система еще может контролировать мочеиспускание и малыши не понимают, что хотят сходить в туалет и могут этот процесс задерживать. Контролировать мочеиспускание дети могут научиться только к восемнадцати месяцам.

Есть причины, которые свидетельствуют о том, что нужно подождать с приучением ребенка к горшку. Не стоит учить, если:

- ребенок болен или недавно выздоровел от болезни;
- родители с малышом переехали в другую квартиру;
- у родителей появился второй ребенок;
- в семье происходит кризис или кто-то серьезно болен (умер).

Чтобы ребенок сам хотел приучиться к горшку, его нужно заинтересовать. Нужно, чтобы он самостоятельно подходил к горшку, садился на него, снимал свою одежду. Он должен понимать, что взрослые люди обращаются именно к нему. Малыш должен рассказывать о своих желаниях с помощью жестов или слов. Ребенок должен подражать старшим детям или взрослым людям в семье. Научите его делать что-то после указания взрослых. Он должен стараться заслужить похвалу или поощрение после своих действий.

Все эти навыки появляются у детей только к полутора годам. Это самое лучшее время для приучения ребенка к горшку.

Практика показывает, что дети, которые начали знакомиться с ним до года и дети, которых начали сажать на него в полтора года, начали контролировать

свои действия в одном и том же возрасте. В два года у детей появляется контроль над своим кишечником, к трем годам они могут контролировать мочеиспускания днем, а к четырем годам они контролируют себя и ночью.

Для того чтобы понять, как приучить ребенка к горшку, нужно родителям разбить процесс обучения на этапы. Обучение должно быть естественным и спокойным, оно не должно вызывать протеста со стороны маленького человека. Действуйте постепенно, последовательно. Не думайте, что на это у вас уйдет всего один день.

Сначала поставьте в комнате у своего сына или дочери новый предмет под названием «горшок». Проследите, чтобы он был комфортным, удобным и ярким. Этим он привлечет к себе внимание хозяина комнаты. Сначала сажайте ребенка на него не-сколько раз в день на пару минут. Вы можете не снимать с малыша одежду, чтобы у него не возникло неприятных ощущений от соприкосновения с холодным предметом.

Через неделю вы можете посадить ребенка на горшок без подгузника. Проводите эту процедуру два раза в день. Если вы будете следить за малышом и стараться его подловить и посадить на горшок «вовремя», он может испугаться и начать сдерживать свои мочеиспускания. Чтобы ребенок лучше понял, что такое горшок и для чего он нужен, вы можете сделать следующее. Снимите с малыша использованный подгузник и бросьте его в горшок. Понятными словами объясните ему свои действия.

Действуйте постепенно. Если в вашей семье есть старшие дети, то это очень хорошо. Они знают, как приучить ребенка к горшку. Младший сын или дочка будет следовать примеру старших детей, повторять за ними их действия. Через несколько недель ребенок «подружится» с горшком и будет к нему спокойно относиться.

Сажайте на горшок ребенка в те моменты, когда он попросился в туалет. Желательно делать это после сна, после прогулки и после еды. Родители могут сами заметить признаки, когда их малыш захотел в туалет. Он в эти моменты замирает, становится сосредоточенным, перестает играть. Вы можете в эти минуты посадить его на горшок.

Следующий этап – объяснение ребенку, как ему пользоваться горшком самостоятельно. Этот предмет личной гигиены должен стоять на видном месте в комнате и быть доступным малышу. Научите ребенка самостоятельно снимать свою одежду, садясь на него. Объясните ему доступно, что теперь он будет ходить на горшок сам, когда это потребуется. Напоминайте ему об этом время от времени. Вот увидите, ваш малыш будет очень рад, когда сам научится пользоваться горшком, особенно, если вы будете его хвалить и поощрять.

Как правильно обучать маленьких детей горшку:

- Не ругайте ребенка, если он сходил в туалет в штанишки;
- Хвалите его за успехи в этом деле, пусть даже маленькие;
- Если возникнет конфликт у родителей и ребенка при приучении к горшку, то на некоторое время нужно сделать перерыв в обучении.

Как правильно выбирать горшок ребенку

Выбор детского горшка – это очень ответственное занятие, к которому родители должны подойти серьезно. Обратите внимание на его материал, цвет и форму. Важна его структура, безопасность, особенности строения, наличие дополнительных функций. Самым универсальным материалом для детского горшка считается пластик. Его легко чистить, он безопасен для детей, не холодит детскую кожу. Лучше сделайте выбор в пользу классической формы – овальной или круглой. Круглые горшки больше подходят девочкам, а овальные – мальчикам. Есть горшки, которые имеют спереди выступ, с помощью него дети могут принимать удобную позу. Такие модели горшков очень удобные и подходят идеально мальчикам. У них соблюдены все физиологические нормы – подобная поза на горшке считается правильной. Также горшок должен быть устойчивым, чтобы малыш не упал с него. Его края должны быть цельными и загнутыми вниз. Очень удобны модели с крышкой и ручкой. Вы можете их легко мыть, переносить с места на место, брать с собой в поездки.

К горшку должно быть предъявлено самое главное требование – малышу должно быть в нем комфортно находиться. Пусть он будет красивым и привлекательным. Так он очень быстро завоевывает любовь и уважение маленького человека. Пусть ребенок понимает, что такое туалет, и что в нем нужно делать. Если в вашей семье растет сын, купите ему горшок с завышенной передней частью.