



Как приучить ребенка к горшку?

Проблема приучения к горшку стала очень тревожить родителей с тех пор, как в нашу жизнь вошли памперсы. Все родители спрашивают: с какого возраста нужно начинать приучать ребенка к горшку? Специалисты советуют по-разному. Считается, что высаживать на горшок можно с того момента, как ребенок начал самостоятельно сидеть. Но, пока процесс управляется только взрослым - успела мама, угадала желание малыша, значит, все получилось. Сам же малыш пока еще не в состоянии сообщить вам о своих желаниях.

Шаг первый. Определяем готовность.

1. Следите за тем, как малыш развивается. Примерно в полтора-два года у него появляется заметное стремление быть самостоятельным. Именно в это время он начинает понемногу говорить понятные слова, а это значит, что он уже может высказывать просьбы.

2. Важна зрелость нервной системы, которая позволяет ему контролировать физиологические функции своего организма. Чтобы научиться пользоваться горшком, ребенок должен уметь распознавать ощущения своего тела: давящие позывы в мочевом пузыре и прямой кишке. Малыш должен понять, что существует связь между тем что происходит в его организме и тем, что из него выходит.

3. На скорость приучения к горшку влияет то, сколько времени взрослые могут уделить ребенку. Выработка стойкой привычки пользоваться горшком требует времени и терпения.

Шаг второй. Закладываем основу.

Если уж решили приучить ребенка к горшку, то делать это нужно не один-два раза в день, а постоянно. Пока малыш еще не может все время помнить о том, что ему нужно сесть на горшок, вам придется мягко напоминать ему об этом. Потребуется немало терпения, потому что ребенок может капризничать, отказываться садиться на горшок. Он может согласиться и даже немного посидеть, а затем встать и сделать лужу где-нибудь рядом в знак протеста против ваших слишком настойчивых действий.

Не забывайте о похвале если получилось сходить на горшок. А если малыш сам попросился - хвалите от души, чтобы ребенок понял, что так делать хорошо и за это его будут хвалить. Вы должны спокойно, но настойчиво говорить ребенку, что приятнее ходить в сухих штанишках, чем в мокрых, что приятнее быть чистым, чем грязным.

Шаг третий. Закрепляем пройденное.

Предлагайте ребенку воспользоваться горшком после сна и перед тем, как лечь в кроватку; перед прогулкой и после прогулки. Не нужно “перегибать палку”, но все-таки проявляйте настойчивость. Чтобы ребенок быстрее привык ходить на



горшок, не прерывайте процесс обучения. В этом деле не может быть выходных и праздников.

Шаг четвертый. Решаем проблемы на прогулке.

Итак, вы приучили малыша пользоваться горшком дома. Теперь повторим все то же самое, только на улице. Выходим гулять без памперса. Для начала обязательно отправим малыша на горшок перед прогулкой. Одежда для прогулок должна быть настолько удобной, чтобы ее легко было снимать в любых условиях. Объясните ребенку, что он уже вырос и теперь будет ходить без памперса “как взрослый”, поэтому нужно не забывать сходить в туалет на прогулке, чтобы не замочить штанишки.

В первое время вам придется брать с собой запасные штанишки или трусики. Но не переживайте: процесс не затянется слишком надолго.

Шаг пятый. Теперь и ночью малыш спит без памперса.

Когда вы заметите, что у ребенка уже сформировался стойкий навык пользоваться горшком в дневное время, можете постепенно приучать ребенка обходиться без памперса и ночью.

Не нужно будить его и сонного сажать на горшок. Теперь функция задержки мочеиспускания проявляется и во время сна, поэтому малыш просыпается сам, чтобы сходить в туалет. Обычно такая перестройка происходит у малышек в возрасте двух лет или чуть старше.

Итак, как приучить ребенка к горшку

- Горшок должен быть доступен. Пусть он стоит в одном и том же месте, которое знает ребенок.
- Ребенок должен быть без памперса. Если он все-таки замочит штанишки, у него обязательно возникнет чувство дискомфорта и, в последствии, ему уже не захочется испытать его снова.
- Не забывайте и не ленитесь объяснять ребенку зачем ему нужен горшок. Хвалите его после того, как он сходил на горшок, порадитесь вместе с ним. Поясняйте почему хорошо быть сухим.
- Проявляйте терпение! Если малыш упрямится и ни за что не хочет садиться на горшок, прекратите попытки и отложите это занятие на пару дней. А потом попробуйте еще раз.

Будьте уверены, что у вас все получится!