

# Как приучить ребенка к горшку?

Оптимальный возраст для знакомства ребенка с горшком считается 1,5-2 года. Этот возраст считается лучшим для того, чтобы легко приучить малыша к горшку. Малыш уже осознанно понимает, что от него требуется. Некоторые мамы сажают крох на горшок уже с 1 года. Но дети такого возраста плохо контролируют свои выделительные процессы. Если мама удачно поймала момент, то всё в порядке, если же нет, получатся грязные штанишки.

## Способы приучения ребенка к горшку

Начинайте задуманное в летнее время. На малыше мало одежды. И если вдруг малыш захочет сделать свое дело, можно быстро снять трусики и колготки. Зимой же малейшее промедление грозит «аварией».

Для облегчения процесса обучения воспользуйтесь нижеприведенными советами:

1. Как можно меньше пользуйтесь памперсами. В подгузниках малыш всегда сух даже после мочеиспускания. А в трусиках и колготках «фиаско» сразу же чувствуется. Ходить с мокрыми штанишками – не самое приятное занятие. Малыш должен почувствовать взаимосвязь между позывами и мочеиспусканием или дефекацией.

2. Объясните крохе назначение горшка. Старшие дети смогут показать пример.

3. Горшок должен всегда быть на виду, чтобы взрослые смогли моментально среагировать. В следующий раз он уже сам дотянется до него, чтобы сделать свое дело, обрадовав при этом маму.

4. Обязательно хвалите свое чадо за результат и никогда не ругайте за погрешности.

5. Сажайте кроху на горшок регулярно, а не от случая к случаю.

6. Не вызывайте отвращения к горшку, заставляя ребенка каждый раз садиться на него, если он не хочет.

7. Некоторые мамы учат мальчиков писать стоя. Но потом могут возникнуть проблемы с «большим» делом. Малыш ни за что не захочет покакать на горшок.

Развитие ребенка индивидуально. Кого-то получится приучить к горшку за неделю, кому-то понадобится целый месяц. Но в любом случае маме понадобится большое терпение и настойчивость.

## Советы для быстрого приучения ребенка к горшку

1. Чтобы ребенку не было скучно сидеть и заниматься своим делом, дайте ему красочную книжку или игрушку. Это поможет ему расслабиться. Только не разыгрывайте перед ним сказку, иначе процесс хождения в туалет он воспримет как игру.

2. Некоторым детям нравится смывать унитаз. Если ваше чадо относится к их числу, разрешите ему это сделать только после того, как туда отправится содержимое «ночной вазы».

3. Не дарите подарки за сделанное дело. Лучше обнимите кроху и похвалите его. В следующий раз ему опять захочется ощутить теплые объятия любимой мамочки.

## Приучаем к горшку за неделю по системе «Довольный малыш»

Рассчитана система на детей от 1,5 лет. Главное, не отходить от принятых правил и проявить максимум терпения и внимания к ребенку.

### Первый день

Снимите памперсы и постарайтесь их не надевать. Поговорите с ребенком о назначении горшка. Пусть он предупредит взрослых о своем желании сходить в туалет. А если вдруг случится «фиаско», не ругайте его. Сажайте на горшок через каждые полчаса. А время на требуемые процедуры не должно превышать 10 минут.

### Второй день

Закрепляем пройденный материал. Постарайтесь не ходить с ребенком на различные праздники, где он может позабыть о том, чему вы его учили.

### Третий день

Перед прогулкой обязательно посадите кроху на горшок. Говорите ему о том, что ходить на улице с мокрыми штанишками не совсем удобно. Возьмите горшок на прогулку. Это поможет избежать неприятных ситуаций. Через 1-2 недели уже не надо будет везде и всюду гулять с горшком, так как малыш научится контролировать мочеиспускание и потерпит до окончания прогулки.

### С четвертого -седьмой дни

В течение дня регулярно высаживайте ребенка на горшок. А если он сам попросится, обязательно похвалите его за это. Если маленький ученик увидит со стороны взрослых только положительные эмоции, то и процесс обучения не затянется.

### **Причины отказа от горшка: что делать родителям?**

В этом случае обучение займет не одну неделю, а намного больше. И здесь сначала нужно разобраться со страхами маленького карапуза.

1. Слишком раннее приучение, когда малыш физиологически не готов к такому процессу.
2. Новый «друг» может показаться ему холодным и страшным. После покупки горшка обязательно покажите его ребенку, чтобы он смог с ним «познакомиться».
3. В детском саду воспитатели частенько ругают детей за мокрые штанишки, некоторые даже стыдят малышей прилюдно. В этом случае у детей появится страх перед мочеиспусканием и дефекацией, что приводит к запорам и другим проблемам. Маме следует заранее ознакомиться с туалетом садика. Если горшки там неудобные, принесите свой из дома.
4. Если у малыша регулярные запоры, придется поменять диету, иначе каждый процесс дефекации будет ассоциироваться с болью, и ребенок будет бояться ходить в туалет.
5. Не будьте слишком требовательными. Если вдруг малыш заиграется и намочит штанишки, не ругайте его. Излишняя требовательность порождает страх не оправдать надежды взрослых, что опять же приведет к страху в «общении» с новым другом.
6. У детей развита фантазия. Им может показаться, что в унитазе или в горшке живет чудовище, способное схватить их за попку. При обнаружении таких страхов обязательно поговорите с ним, покажите на своем примере, что никто в горшке или в унитазе не живет и при спуске воды его не затянет в канализацию.
7. Иногда причина страха кроется в присутствии малознакомых людей. Стоит только создать комфортные условия, как дело сразу же наладится.

### **Ошибки родителей**

Чтобы процесс обучения не стал болезненной темой, постарайтесь не делать следующие ошибки:

1. Приучить шестимесячного малыша к горшку вряд ли получится. Не торопите время. Для осознанного процесса обучения придется подождать хотя бы до 1,5 лет.
2. Не травмируйте психику карапуза регулярным хождением в туалет. Если малыш не в настроении, не трогайте его, иначе пойдет процесс отворачивания к горшку.
3. Ребенок, который всё время ходит в памперсах, долго приучается к горшку. Чем раньше вы избавитесь от подгузников, тем лучше.
4. Не превращайте процесс обучения в маниакальную идею. Некоторые родители не разрешают вставать детям с горшка, пока те не сделают то, что нужно. Не стыдите и не сравнивайте свое маленькое чудо со сверстниками.
5. Наказание за мокрые штанишки или излишняя строгость взрослых в обучении – одна из самых распространенных ошибок. Карапуз замыкается в себе. Проявите усердие и терпение. Верьте в своего ребенка.
6. Предоставьте малышу самостоятельность. Пусть он сам снимет или поднимет штанишки, сам сядет на горшок. Надевайте на него удобные штанишки, а не комбинезоны, чтобы в нужный момент успеть их снять.
7. Горшок всегда должен стоять на одном месте. Если он валяется по всей квартире, то в нужный момент малыш просто не найдет его, тогда проблема мокрых штанишек затянется.
8. Сделайте сидение на горшке приятным делом. В процессе обучения не стоит оставлять малыша наедине на горшке. Поиграйте с ним, прочитайте ему стихи, тогда и дело будет сделано намного быстрее. Только не перестарайтесь, иначе малыш забудет о своем деле.
9. Хождение в туалет – естественный процесс. Не бегите с зажатым носом выливать всё содержимое горшка в унитаз. Такое поведение некоторые дети воспринимают болезненно.
10. Бессистемное высаживание не облегчит процесс обучения. В первые несколько дней обязательно регулярно высаживайте карапуза на горшок, иначе предпринятое дело обречено на провал.