


# Как приучить ребенка к горшку.

## советы



воспитатель: Алексеенко О.М.



### Как приучить ребенка к горшку

Перед вами без исключения родителями в свое время встает вопрос о том, когда начинать приучать ребенка к горшку, ведь многие мечтают избавиться от пеленок и подгузников, поэтому данный вопрос является одним из самых актуальных среди мам, особенно первенцев.

Если вы решили начинать приучать ребенка к горшку, оцените перед этим его психологическое развитие. Для успешного результата ребенок должен понимать, зачем ему предлагают незнакомый предмет, для чего снимают штаны и что от него требуют.

Когда следует знакомить ребенка с горшком. Оптимальный возраст 18 – 24 месяца! К этому моменту уже имеются определенные навыки:

- может нагибаться, присаживаться на корточки и вставать;
- поднимать мелкие предметы с пола, складывать их на места;
- хорошо понимает речь взрослого, можно договориться с малышом, объяснить;
- сам произносит некоторые слова, может сообщить о своих потребностях; остается сухим после дневного сна;
- может не писаться около 2 часов во время бодрствования;
- чувствует дискомфорт в мокром или запачканном белье.

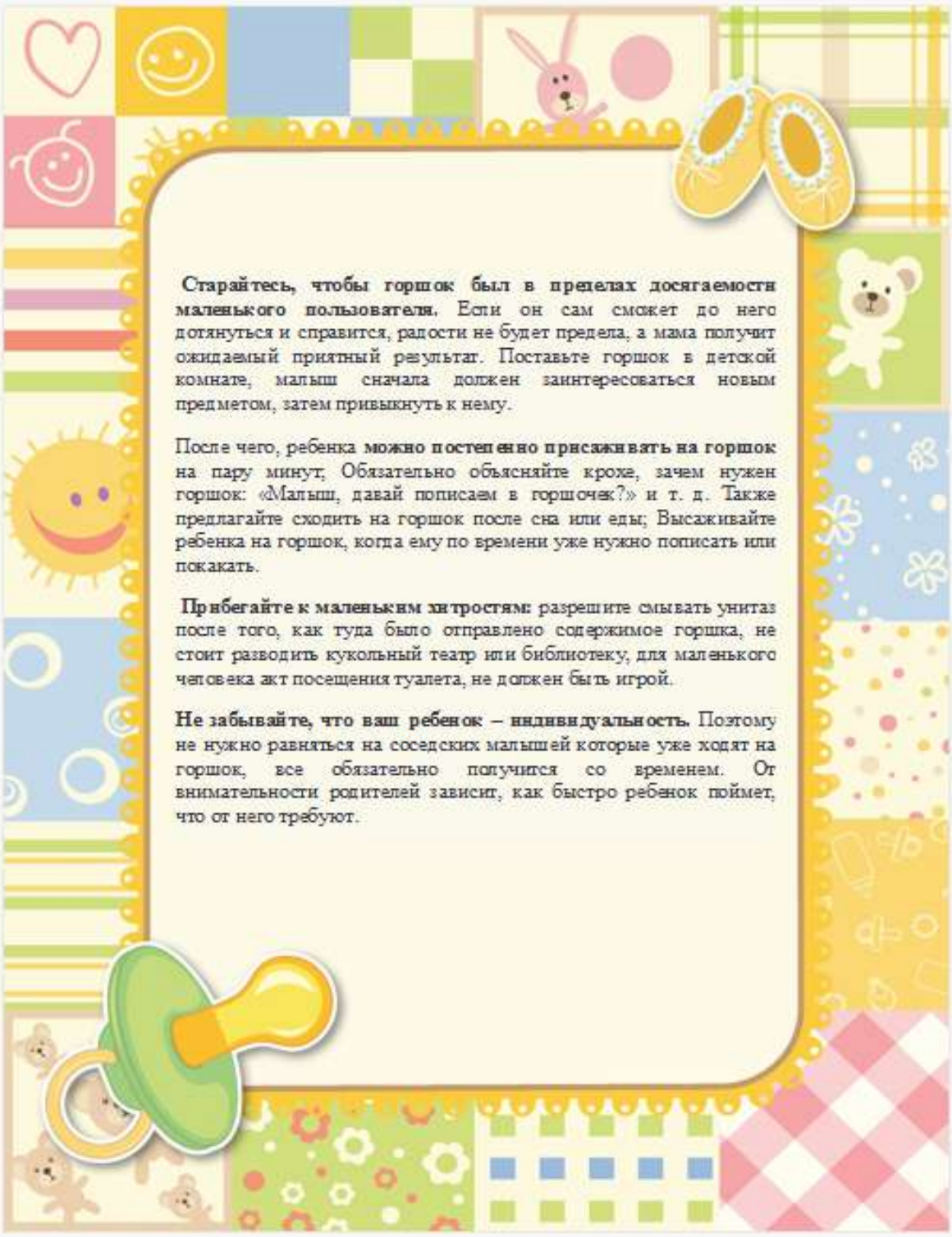


### Какой горшок купить.

- Горшок не должен быть холодным.
- Важно, чтобы горшок был устойчивым.
- Модели со съёмной крышкой удобны в поездках.
- Не стоит приобретать горшок с музыкальными, световыми эффектами, малыши будут воспринимать его как игрушку.
- Наличие спинки поможет удобному нахождению ребенка на горшке.

Приучая ребенка к горшку, постарайтесь запастись терпением, потому что мгновенно это не выйдет. При первом знакомстве своего карапуза с горшком не будьте настойчивы, это только отпугнет кроху от новой, странной и непонятной вещи. Позиционируйте горшок как игрушку, объясните, зачем нужен этот предмет, чем он хорош (например, что попа малыша остается сухой и чистой). Очень хорошо, когда есть старшие дети в семье, выступающие наглядным примером.

Если все «получилось», поощрите кроху, это вызовет приятные эмоции, и малышу обязательно захочется это повторить. Если же нет, не отчаивайтесь, не ругайтесь, а лишь ласково напомните о существовании чудо-горшка, который позволит остаться сухим и чистым.




Старайтесь, чтобы горшок был в пределах досягаемости маленького пользователя. Если он сам сможет до него дотянуться и справиться, радости не будет предела, а мама получит ожидаемый приятный результат. Поставьте горшок в детской комнате, малыш сначала должен заинтересоваться новым предметом, затем привыкнуть к нему.

После чего, ребенка можно постепенно присаживать на горшок на пару минут. Обязательно объясняйте крохе, зачем нужен горшок: «Малыш, давай пописаем в горшочек?» и т. д. Также предлагайте сходить на горшок после сна или еды; Высаживайте ребенка на горшок, когда ему по времени уже нужно пописать или покакать.

Прибегайте к маленьким хитростям: разрешите смывать унитаз после того, как туда было отправлено содержимое горшка, не стоит разводить кукольный театр или библиотеку, для маленького человека акт посещения туалета, не должен быть игрой.

Не забывайте, что ваш ребенок – индивидуальность. Поэтому не нужно равняться на соседских малышей которые уже ходят на горшок, все обязательно получится со временем. От внимательности родителей зависит, как быстро ребенок поймет, что от него требуют.



Итак, для получения успешного результата существуют следующие рекомендации:

- быстро приучить к горшку можно при достижении ребенком определенного психологического возраста;
- сажайте ребенка на горшок после каждого сна;
- если вы видите что его трусики сухие, то больше вероятность мочеиспускания именно в горшок;
- не начинайте обучение, если ребенок не здоров (прорезывание зубов, боли в животе);
- не ругайте малыша, если он справил нужду в штанишки;
- не стимулируйте мочеиспускание ребенка звуками льющейся воды, подобный рефлекс может плохо отразиться в позднем возрасте.

Если при достижении полуторагодовалого возраста ваш ребенок не приучен к горшку, существует специальная система обучения за семь дней. Методика «Добровольный малыш» предназначена для детей, умеющих выполнять простые действия (снимать одежду, понимать слова родителей).



### Как приучить ребенка к горшку за 7 дней.

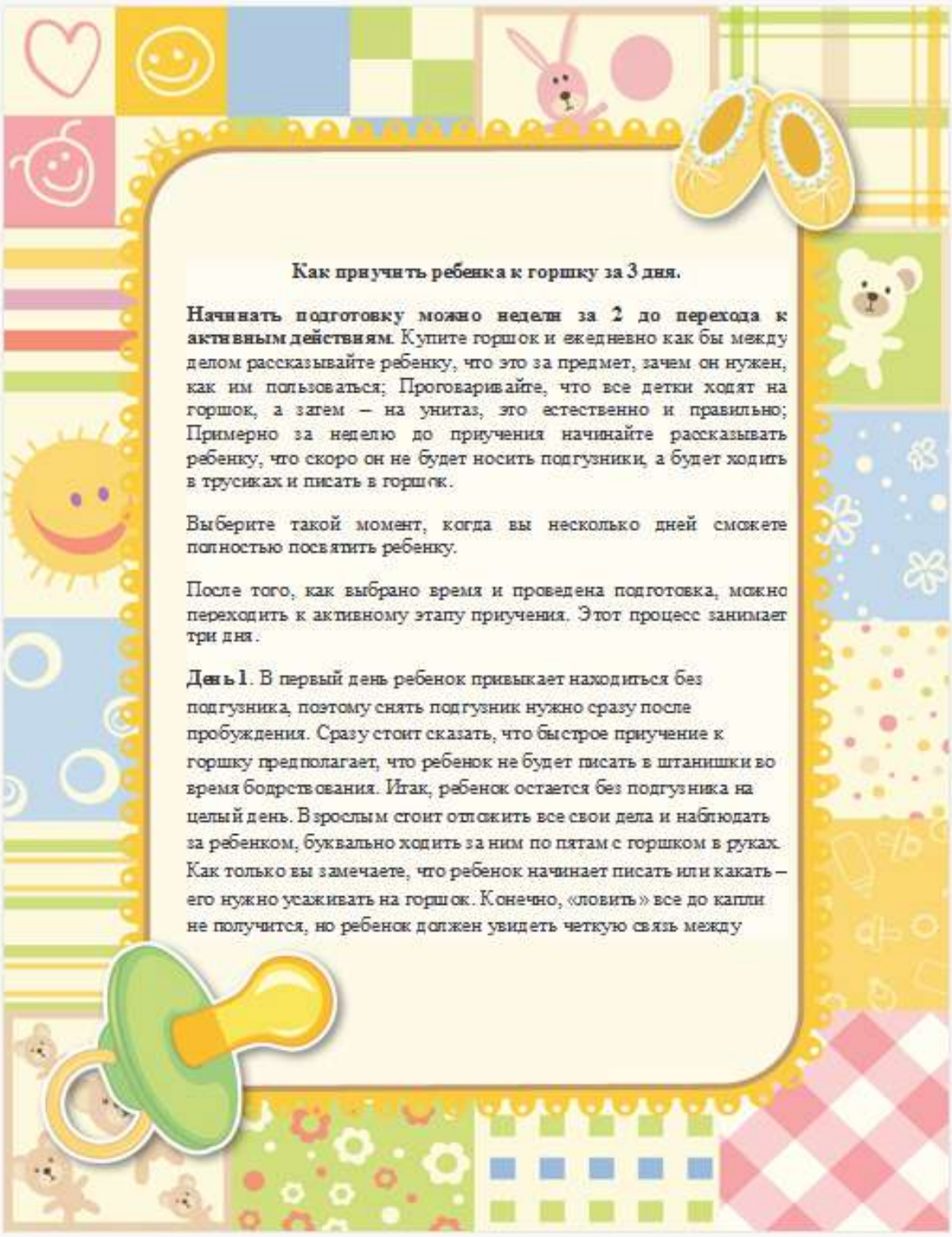
**Первый день.** Начните с того, что сразу же после сна снимите памперс, мотивируя тем, что ребенок большой (большая), а взрослые ходят в трусиках, и сажайте ребенка на горшок. Если у малыша не получается «сходить по нужде», повторяйте эту процедуру каждые 15 минут. Ваша цель чтобы ребенок провел на горшке 10 минут, этого времени должно хватить для всех «мокрых и грязных» дел. Если вы не поймали «этот момент» и все случилось в штанишки, не отчаивайтесь, запаситесь терпением.

**Во второй день** закрепляете полученные навыки, при этом следите за поведением малыша, чтобы он не заигрался и не справил нужду в штанишки.

**В третий день** придерживайтесь выбранной линии поведения. Если решились приучаться к горшку, не следует надевать памперсы даже на прогулку, иначе вы рискуете просто запутать малыша. Он просто не поймет ходить ему на горшок или в памперс. Перед выходом предложите посетить «пластмассового друга». На прогулке чаще интересуйтесь, не хочет ли малыш писать (какать), чтобы избежать неожиданностей. Если не хотите бегать в «кустики», возьмите на прогулку горшок.

**Начиная с четвертого дня** вы и малыш знаете, через какое время необходимо посетить горшок, если кроха заигрался и забыл, про посещение туалета, напомните ему об этом.

После «удачного» посещения горшка обязательно хвалите ребенка.




### Как приучить ребенка к горшку за 3 дня.

Начинать подготовку можно недели за 2 до перехода к активным действиям. Купите горшок и ежедневно как бы между делом рассказывайте ребенку, что это за предмет, зачем он нужен, как им пользоваться; Проговаривайте, что все детки ходят на горшок, а затем – на унитаз, это естественно и правильно; Примерно за неделю до приучения начинайте рассказывать ребенку, что скоро он не будет носить подгузники, а будет ходить в трусиках и писать в горшок.

Выберите такой момент, когда вы несколько дней сможете полностью посвятить ребенку.

После того, как выбрано время и проведена подготовка, можно переходить к активному этапу приучения. Этот процесс занимает три дня.

**День 1.** В первый день ребенок привыкает находиться без подгузника, поэтому снять подгузник нужно сразу после пробуждения. Сразу стоит сказать, что быстрое приучение к горшку предполагает, что ребенок не будет писать в штанишки во время бодрствования. Итак, ребенок остается без подгузника на целый день. Взрослым стоит отложить все свои дела и наблюдать за ребенком, буквально ходить за ним по пятам с горшком в руках. Как только вы замечаете, что ребенок начинает писать или какать – его нужно усаживать на горшок. Конечно, «ловить» все до капли не получится, но ребенок должен увидеть четкую связь между


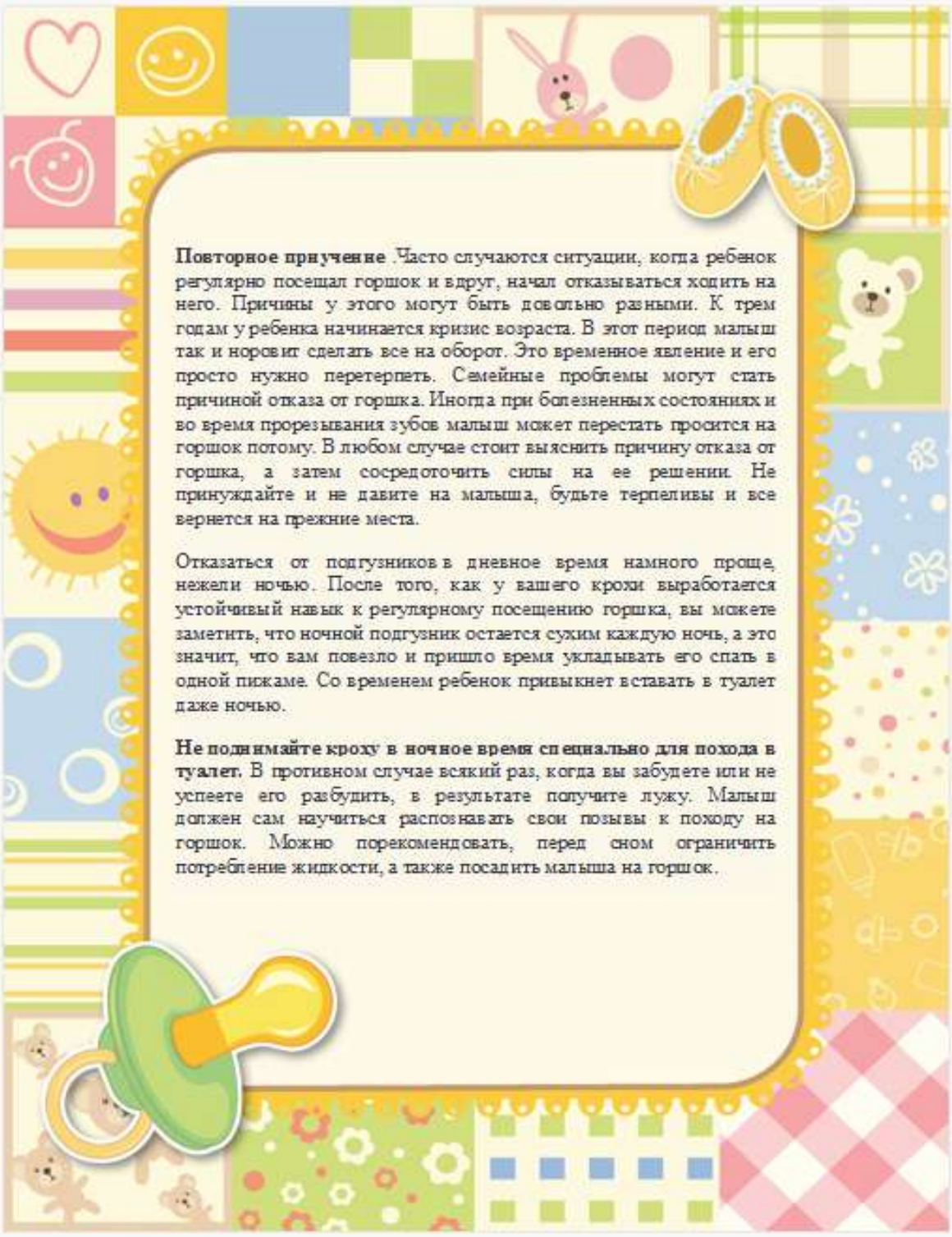


«умничка», а именно проговаривать, за что вы хвалите. А вот осечки лучше пропускать, не заостряя на них внимание. Перед дневным и ночным сном можно предложить ребенку сесть на горшок, но если он откажется – не настаивать, а просто одеть подгузник.

**День 2.** Второй день почти ни чем не отличается от первого, но если в первый день ребенок находится дома, то во второй день можно отправиться без подгузника на улицу. Лучше спланировать прогулку так, чтобы в любой момент можно было быстро добраться до дома. Идти гулять лучше сразу после того, как ребенок сходил в туалет, но на всякий случай можно прихватить с собой сменную одежду. Если имеется походный надувной горшок – можно взять его с собой. Не забываем хвалить ребенка за каждое удачно сделанное дело!

**День 3.** На третий день добавляем еще одну прогулку, чтобы ребенок не только привыкает дома ходить на горшок, но и удерживать свои позывы сходить в туалет в ситуации, когда горшок не под рукой. Перед каждой прогулкой и сном нужно внепланово сажать детку на горшок, то же самое нужно делать после пробуждения и по возвращении с улицы. После трех дней такого активного погружения в «туалетную» тему дети начинают спокойно воспринимать горшок, а некоторые даже пытаются проситься или садиться сами, со временем можно отказаться и от подгузника на ночь.





**Повторное приучение.** Часто случаются ситуации, когда ребенок регулярно посещал горшок и вдруг, начал отказываться ходить на него. Причины у этого могут быть довольно разными. К трем годам у ребенка начинается кризис возраста. В этот период малыш так и норовит сделать все на оборот. Это временное явление и его просто нужно перетерпеть. Семейные проблемы могут стать причиной отказа от горшка. Иногда при болезненных состояниях и во время прорезывания зубов малыш может перестать просится на горшок потому. В любом случае стоит выяснить причину отказа от горшка, а затем сосредоточить силы на ее решении. Не принуждайте и не давите на малыша, будьте терпеливы и все вернется на прежние места.

Отказаться от подгузников в дневное время намного проще, нежели ночью. После того, как у вашего крохи выработается устойчивый навык к регулярному посещению горшка, вы можете заметить, что ночной подгузник остается сухим каждую ночь, а это значит, что вам повезло и пришло время укладывать его спать в одной пижаме. Со временем ребенок привыкнет вставать в туалет даже ночью.

**Не поднимайте кроху в ночное время специально для похода в туалет.** В противном случае всякий раз, когда вы забудете или не успеете его разбудить, в результате получите лужу. Малыш должен сам научиться распознавать свои позывы к походу на горшок. Можно порекомендовать, перед сном ограничить потребление жидкости, а также посадить малыша на горшок.

