



КАК приучить ребёнка к горшку?

OK Воспитателю детского сада



Как приучить ребёнка к горшку?

Проблема приучения к горшку стала очень тревожить родителей с тех пор, как в нашу жизнь вошли памперсы. Ведь до этого, пока мы вынуждены были стирать детские колготки всякий раз, как забывали посадить малыша на горшок, считалось, что приучать ребенка к горшку нужно как можно раньше.

Все родители спрашивают: так с какого возраста нужно начинать приучать? Специалисты советуют по-разному. Например, считается, что высаживать на горшок можно с того момента, как ребенок начал самостоятельно сидеть. Но ведь пока процесс будет управляться 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

По каким признакам определить готовность малыша к горшку? Во-первых, следите за тем, как малыш развивается. Примерно в полтора-два года у него появляется заметное стремление быть самостоятельным. Именно в это время малыш начинает понемногу говорить понятные слова, а это значит, что он уже может высказывать просьбы. Кроме того, важна зрелость нервной системы малыша, которая позволяет ему контролировать физиологические функции своего организма. Давайте рассуждать. Чтобы научиться пользоваться горшком, малыш должен уметь распознавать ощущения своего тела: давящие позывы в мочевом пузыре и прямой кишке. Кроха должен понять, что существует связь между тем что происходит в его организме и тем, что из него выходит. При этом ребенок должен вспомнить о горшке, успеть дойти до него, аккуратно снять одежду и сесть. Причем, ему нужно действовать довольно быстро, чтобы не опоздать и не прозевать нужный момент.

Исследования психологов показали, что на скорость приучения к горшку влияет то, сколько времени взрослые могут уделить ребенку. В тех семьях, где бабушка и дедушка активно занимались ребенком, малыши приучались пользоваться горшком намного раньше других детей. Это объясняется тем, что бабушки и дедушки могут проводить с ребенком намного больше времени, чем родители. А выработка стойкой привычки пользоваться горшком требует времени и терпения.

Шаг второй. Закладываем основу

Если уж вы 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, поэтому вам придется мягко напоминать ему об этом. Вам потребуется немало терпения, потому что ребенок может капризничать, отказываться садиться на горшок. Он может согласиться и даже посидеть немного, а затем встать и сделать лужу где-нибудь рядом в знак протеста против ваших слишком настойчивых действий.

Если карапуз еще иногда ходит в памперсах, то меняйте их почаще, чтобы он чувствовал себя комфортно и привыкал быть опрятным. Не забывайте о похвале. Получилось сходить на горшок? Или даже малыш попросился сам? Тогда хвалите от души, чтобы ребенок понял, что так делать хорошо и за это мама или папа обязательно будут хвалить.

Вы должны спокойно, но настойчиво говорить малышу, что приятнее ходить в сухих штанишках, чем в мокрых, что приятнее быть чистым, чем грязным.

Шаг третий. Закрепляем пройденное

Предлагайте малышу воспользоваться горшком после сна и перед тем, как лечь в кроватку; перед прогулкой и после прогулки; перед тем, как пойти в цирк или театр, и после представления. 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 или 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 взрослые люди», 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. Для тех, кто ходит в детский сад

Обычно перед походом в детский сад родители стараются отучить малыша от памперсов и приучить пользоваться горшком. Но бывает и так, что «переходный период» приходится именно на время адаптации в детском саду.

В любом случае не забывайте оставлять в шкафчике малыша сменную одежду. Если в конце дня воспитательница жалуется вам, что карапуз опять намочил постельку во время тихого часа или, заигравшись, забыл попроситься на горшок, не спешите ругать ребенка. Поговорите с воспитательницей и предупредите, чтобы она тоже не ругала вашего малыша. Наоборот, хвалите ребенка, если ему удастся оставаться сухим весь день. А воспитательницу и няню попросите напоминать вашему малышу о том, чтобы он вовремя сходил на горшок.

Шаг шестой. Теперь и ночью малыш спит без памперса

Когда вы заметите, что у малыша 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.

Как приучать ребенка к горшку

- Горшок должен быть доступен. Если каждый раз его придется откуда-то доставать, на это будет уходить слишком много времени. Пусть он стоит в одном и том же месте, которое знает ребенок.
- Малыш должен быть без памперса. Ведь если карапуз 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. Покажите, как его любимые мишка, зайчик или кукла «ходят на горшок», хвалите их, чтобы малыш видел, как делать правильно.
- Поясняйте карапузу, почему хорошо быть сухим. Например, если он вовремя попросится в туалет, то его штанишки останутся сухими и вам не придется раньше времени уходить с прогулки или со дня рождения.
- Если попытка воспользоваться горшком увенчалась успехом, искренне похвалите малыша, порадитесь вместе с ним, погладьте его по головке, чтобы ребенок понял, что он большой молодец.
- Проявляйте терпение! Не думайте, что за три-четыре дня вам удастся приучить малыша пользоваться горшком.
- Если малыш упрямится и ни за что не хочет садиться на горшок, прекратите попытки и отложите это занятие на несколько дней. А потом попробуйте еще раз. Возможно, малыш просто был не в настроении или неважно себя чувствовал.

Будьте уверены, что у вас все получится!