



## Как приучить ребенка к горшку — методики и советы родителям

С взрослением малыша, с каждым новым месяцем все мамы начинают задумываться и задаваться вопросом, когда нужно начинать знакомить своего малыша с горшком, и как правильно и быстро научить и приучить ребенка ходить в новый для него «туалет». Одни родители начинают обучение еще в годовалом возрасте, другие – не торопятся с этим.

Если вы решили начинать приучать ребенка к горшку, оцените перед этим его психологическое развитие. Для успешного результата ребенок должен понимать, зачем его сажают на незнакомый ему предмет, для чего снимают штаны и что от него требуют. Поэтому процесс может затянуться на несколько недель, а то и месяцев, и от родителей требуется терпение и спокойствие.

**Специалисты рекомендуют заниматься приучением к горшку в возрасте примерно двух лет, когда физиологически и психологически малыш уже готов к этому.**

В начале обучения дети не понимают, зачем их пытаются усадить на горшок: некоторые начинают бояться его и начинают плакать только при виде «туалета».

Родители ни в коем случае не должны повышать голос или ругать малыша. В положительном случае, если у ребенка получилось сходить в горшок, его нужно обязательно похвалить.

Родителям в это время необходимо тщательнее следить за поведением ребенка: некоторые малыши начинают подавать признаки, что они хотят в туалет. Одни дети замирают, другие – начинают тужиться — как только заметили эти признаки, нужно усадить малыша на горшок. Несколько раз успеете поймать момент, ребенок начнет понемногу понимать для чего нужен этот предмет.

## **Когда следует знакомить ребенка с горшком?**

Во сколько месяцев начинать приучать ребенка к горшку

**Оптимальный возраст 18 — 24 месяца!** И вот почему: до 18 месяцев малыш просто не контролирует наполнение мочевого пузыря и кишечника. Если соседский кроха сидит на горшке в возрасте до года, это еще не означает, что он просится по своим потребностям сознательно. Можно сказать, ребенок руководствуется рефлексом, посадили на горшок – делай свои «дела», не успели «поймать», получите грязные штанишки. Все меняется, когда крохе исполняется 2 года. К этому моменту уже имеются определенные навыки, благодаря которым можно начинать приучение к горшку:

- 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.

**Развитие детей индивидуально, поэтому возраст, с которого можно приучать к горшку – тоже разный. Если ребенок начинает справлять свою нужду в горшок в 7-8 месяцев, это связано с привязкой рефлекса, но никак с осмысленным решением малыша. А вам нужно научить ребенка ходить на горшок именно осознанно! Ребенок должен осознанно понимать, что он делает! Все эти «пись-пись», «а-а-а-а-а...» это всего лишь рефлексы.**

Рефлекс может стать проблемой при достижении более взрослого возраста (2-3-4 года): ребенок уже начнет понимать внутренние процессы, связанные с наполнением или опустошением мочевого пузыря, и родительские позывы «пи-пи» могут вызвать непонимание с его стороны.

## **Какой горшок купить**

В детских магазинах представлено много моделей горшков для малышей разного возраста. Они отличаются материалом, формой и цветом: не стоит думать, что купив розовый горшок для девочки, а голубой – для мальчика, вы сделаете удачный выбор.

Для маленьких представительниц женского пола предпочтительнее приобретать горшки круглой формы, а для будущих мужичков – овальной, это связано с анатомическими особенностями строения тела. Также при покупке «туалета» для мальчика можно обратить внимания на горшки с выступом впереди.

### **Существуют общие рекомендации, как выбирать для ребенка горшок и выбор зависит от нескольких факторов:**

- Он не должен быть холодным. Малышу это придется не по вкусу, и обучение потерпит крах в самом начале. Согласитесь, неприятно дотрагиваться телом к чему-то холодному, а тем более попе малыша, которая прикасалась к памперсу, пеленке, маминым рукам, ко всему теплему и мягкому, а тут вы вздумали посадить его на железный или керамический горшок! Поэтому отдавайте предпочтение пластиковым моделям;
- Удобство не менее важно в этом деликатном вопросе. Благо, что сейчас рынок предоставляет огромный выбор, и вы сможете подобрать как по анатомическому признаку, так и по финансам удобный для себя и малыша вариант;
- Важно, чтобы горшок был устойчивым. В противном случае, при малейшем неловком движении ребенок может шлепнуться вместе с горшком, а это чревато отказом в дальнейшем садиться на «опасный» предмет на долгие месяцы;
- Модели со съемной 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.

### **Способы, правила, рекомендации и методики приучения ребенка к горшку**

Приучая ребенка к горшку, постарайтесь запастись терпением, потому что мгновенно это не выйдет, да и потом никто не застрахован от «аварий». Некоторые незатейливые советы помогут облегчить этот процесс, иногда даже немного ускорить его:

- **При первом знакомстве своего карапуза с горшком не будьте настойчивы, это только отпугнет кроху от новой, странной и непонятной вещи.** Позиционируйте его как игрушку, объясните, зачем нужен этот предмет, чем он хорош (например, что попа малыша остается чистой), посадите не него сначала куклу или мишку. Очень хорошо, когда есть старшие дети в семье, выступающие наглядным примером. Если у вас «памперсный» ребенок, то придется его оголить;

- Маленький человек должен познакомиться со своим телом. Узнав для чего нужна попа или половые органы, малышу будет легче втолковать, что ходить мокрым или грязным неприятно, и, чтобы избежать неприятных ощущений, нужно сделать свои «дела» в горшок, а может ваш вундеркинд и сам до этого додумается!
- 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 попишем на горшок?» и т. д. Также предлагайте посетить горшок после сна или еды;
- Высаживайте ребенка на горшок, когда ему по времени уже нужно пописать или покакать. Это исключит возникновение конфуза не вовремя.

### **Прибегайте к маленьким хитростям:**

- Разрешите смывать унитаз после того, как туда было отправлено содержимое горшка;
- Можно завести красочную, яркую книжку или игрушки, которыми можно будет играть или читать только при посещении горшка, однако не стоит разводить кукольный театр или библиотеку, для маленького человека акт посещения туалета, не должен быть игрой. Эти «туалетные вещи» помогут малышу расслабиться и отвлечься от своих страхов, добавят положительные эмоции, что может сыграть вам на руку при освоении горшка.

Не следует слишком настаивать на высаживании ребенка на горшок. Это может вызвать отвращение и протест у малыша, он будет делать свои «дела» где угодно, только не на горшке, а если его и удастся усадить, то будет со всех сил сдерживать позывы, а это ни к чему хорошему привести не может. Поэтому, если вы оказались в такой ситуации, лучше на некоторое время вовсе забыть про существование горшка. Альтернативой может стать кое-что другое. Мальчикам можно предложить ходить в туалет «по-взрослому», как папа, стоя. Девочка может пускать «ручейки» в ванную или тазик, конечно с

помощью родителей. Если эксперимент удался, можно через некоторое время вернуть горшок, но уже не будьте так настойчивы.

**Не забывайте, что ваш малыш – 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. Если вы заметили, что странные действия в поведении малыша (*ребенок замер, напрягся, тужится*), незамедлительно сажайте его на горшок. После нескольких положительных результатов, малыш начнет проситься в туалет.

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 в специальный туалет;
- не начинайте обучение, если ребенок не здоров (прорезывание зубов, боли в животе);
- не стоит отказываться от подгузников;
- не ругайте малыша, если он справил нужду в штанишки;
- не стимулируйте мочеиспускание ребенка звуками льющейся воды, подобный рефлекс может плохо отразиться в позднем возрасте.