

Как приучить ребенка к горшку?

Когда начать знакомить ребенка с горшком

Подавляющее число педиатров единодушно во мнении, что родителям не стоит стремиться, во что бы то ни стало, подружить ребенка с горшком раньше времени, то есть до возраста 18 месяцев. Безусловно, многие дети к 1,5 годам уже овладевают «туалетной наукой», но важно помнить о том, что каждый малыш имеет свои индивидуальные особенности, а значит, и индивидуальные возможности.

Начиная с 18 месяцев, нужно начать сажать ребенка на горшок время от времени — особенно с утра, после сна и после прогулок. И пока он сидит, в спокойной форме и очень доброжелательно объяснять ему, что вообще должно произойти, зачем его усадили и чего от него ждут в результате.

Оптимальным, для приучения ребенка к горшку, считается возраст 18-24 месяцев.

Каким должен быть горшок

Учитывая анатомическое строение тела ребенка, девочкам лучше приобретать круглые горшки, а мальчикам — овальные. Также для мальчика больше подойдет горшок с выступом впереди.

Правила выбора:

- горшок не должен быть холодным, поэтому лучше выбирать пластмассовые модели;
- горшок должен быть устойчивым;
- горшок должен быть удобным, возможно, наличие спинки повысит комфортность горшка;
- горшок с музыкальными и световыми эффектами воспринимается малышами как игрушка, поэтому от таких моделей лучше отказаться или брать их с собой исключительно в дорогу, где также будет удобна модель со съемной крышкой.

Что нужно обязательно учесть родителям

- Не думайте, что ребенок совсем ничего не понимает. Познакомьте его с горшком, объясните, зачем он нужен и что с ним нужно делать.
- Оптимальное время для усаживания на горшок — после еды, перед сном, после сна и перед походом на улицу.
- Если решили окончательно отказаться от памперсов не надевайте их на ребенка — он понимает, для чего они нужны, и будет делать свои дела именно в них.
- Поставьте горшок в определенное место и не убирайте его оттуда. Место должно быть комфортным для малыша.
- Если ребенок сходил в туалет не в горшок, спокойно объясните ему, почему так нельзя делать. Ни в коем случае нельзя кричать, наказывать и применять физическую силу.

- Когда ребенок начнет ходить в горшок, хвалите его каждый раз.
- Если ребенок не хочет сидеть на горшке, сопротивляется или плачет, не удерживайте его насильно.

Также не забывайте, что привычки, сформированные в детстве, остаются на всю жизнь. Горшок должен стоять в уединенном месте, где нет других людей.

Когда ребенок готов к близкому знакомству с горшком

Если ребенок:

- сам снимает памперс или отказывается его надевать,
- может не писать 1-2 часа,
- «ходит в туалет» ежедневно примерно в одно и то же время,

то можно начинать активно действовать, приучая ребенка к горшку.

Как правило, девочки обучаются пользованию горшком раньше мальчиков. Малыши, которые отличаются чрезмерной активностью и повышенной возбудимостью, требуют немного больше времени. Также часто не готовы к горшку дети, которые постоянно находились в подгузниках (памперсах).

О готовности приучаться к горшку могут говорить следующие факторы:

- малыш свободно наклоняется и садится на корточки, а также легко встает из этого положения;
- ребенок способен самостоятельно убирать мелкие игрушки, у него присутствует реакция на родительскую речь;
- ребенок способен выражать свои желания простыми словами и звуками;
- во время сна непроизвольное мочеиспускание не происходит, а во время активности малыш способен сдерживать позывы около 2 часов;
- ребенку некомфортно, если он находится во влажной одежде.

Присмотритесь к поведению малыша – если он готов к приучению к горшку, вы это заметите. Не сравнивайте его с другими детьми. Каждый человек индивидуален и каждому требуется разное количество времени для развития.

Расскажите ребенку о том, что все дети сначала ходят на горшок, а потом — на унитаз, как взрослые. Подготовьте малыша к тому, что скоро он будет не будет носить памперс, а наденет трусики и станет писать в горшок, ведь он уже подрос и ходит в детский сад. Детям будет интересно вместе с вами выбрать в магазине новое белье. Подстегнуть желание сменить памперс на трусики помогут веселые изображения на них любимых персонажей. Постарайтесь выбрать такой момент, когда вы несколько дней сможете полностью посвятить ребенку, это могут быть дни отпуска или зимние каникулы. Удобно активизировать приучение к горшку, когда рядом есть помощник, может быть папа или бабушка.

Награды за успехи на горшке (мотивация)

Родительская любовь, радость и поздравления — самая желанная награда для ребенка, поэтому хвалите, обнимайте, искренне радуйтесь даже небольшим успехам своего малыша. И делайте это незамедлительно, не откладывая, так быстрее закрепится желаемая поведенческая реакция. Не оставляйте ребенка без присмотра на горшке.

Как отказаться от памперса на улице

Через некоторое время после выработки устойчивого навыка пользования горшком, нужно начать приучать малыша обходиться без памперса на улице. Конечно, лучше всего начать это делать в теплое время года. Но и зимой, если ребенок дома обходится без памперсов и близко знаком с горшком, можно начать формировать этот важный навык.

□ Перед прогулкой обязательно предложите ребенку сходить на горшок.

□ Если вы вышли гулять без памперса в холодное время года, не отходите далеко от дома и внимательно следите во время прогулки не случилось ли «аварии». Но старайтесь делать это незаметно для малыша, не докучая ему бесконечными вопросами.

□ Если малыш описался, ласково объясните ему, что произошло и вернитесь домой переодеться, затем, обязательно продолжите прогулку, чтобы у ребенка не возникло ощущения, что вы его наказали за то, что он описался.

□ Если малыш на прогулке попросился на горшок, не скрывайте своей радости, похвалите его, обнимите, тем самым закрепив позитивную реакцию на правильное поведение.

□ После прогулки обязательно предлагайте ребенку сходить на горшок.

Что делать, если ребенок забыл о горшке: повторное приучение

Иногда случается, что ребенок ранее ходил на горшок, а теперь не хочет этого делать. Чтобы устранить проблему, нужно выявить ее причину, например: - семейные конфликты – так ребенок проявляет свои «бунтарские» качества. Нужно наладить внутрисемейную обстановку;

- изменения в привычной жизни, например, рождения братика или сестрички, переезд – эти события могут «сбить с толку» ребенка, и он перестанет выполнять привычные ранее действия. Нужно дать понять, что ничего страшного не произошло, проводить с ребенком больше времени.

- кризис трехлетнего возраста – это период, во время которого ребенок может перестать слушаться родителей. В норме он должен закончиться через 1-2 месяца.

- болезни – если малыш болеет, его организм настроен только на борьбу с патологией, и поэтому ребенок может отказываться от горшка. Необходимо бросить все усилия на борьбу с болезнью.

Нельзя заставлять ребенка ходить на горшок. Нужно действовать мягко, без каких-либо принуждений.

Также родители могут допустить ряд ошибок, из-за которых ребенок попросту будет бояться горшка. Например, если его постоянно ругают из-за оплошностей, если новый горшок ему не понравился, он не очень удобный или если его постоянно беспокоят запоры. Выяснив причину, из-за которой появилась проблема, постарайтесь ее устранить, а затем снова повторите период обучения.