

КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЁНКА К ГОРШКУ?

Формирование навыков самообслуживания у ребёнка – это непростой этап в жизни родителей. Один из таких навыков в развитии чада – пользование горшком. По этому поводу у родителей сразу возникает множество вопросов: когда можно начинать высаживать малыша на горшок, когда он сам сможет им пользоваться, как не допустить ошибок.

В каком возрасте нужно приучать ребенка к горшку?

Сначала нужно разобраться в понятиях «высаживание на горшок» и «пользование горшком». «Высаживание» осуществляет родитель без всякого осознанного участия ребёнка, а вот после автоматизации навыка пользования горшком происходит осознанное пользование горшком самим малышом, с полным регулированием своих физиологических процессов.

Перед тем как начать высаживать ребенка на горшок, нужно обязательно учесть ряд физиологических факторов: это умение сидеть (возраст 7-9 мес.) и быть сухим более чем на 2 часа (например, во время дневного сна). Учет этих факторов позволит включить высаживание на горшок в режимные моменты всего дня ребёнка.

Как понять, что ребёнок готов к осознанному пользованию горшком?

Поведение ребёнка может помочь Вам в этом: малыш стал понимать обращенную речь взрослого; замечает, реагирует на дискомфорт, вызванный мокрыми штанишками, и оповещает взрослых (речью, жестами, движениями) о случившейся «аварии». Такое поведение обычно характерно для детей от 1,5 лет.

Какие ошибки нельзя допускать в процессе приучения к горшку?

- Следовать советам родственников, соседей и друзей, сравнивать своего ребенка с другими. Это очень плохая идея, так как каждый ребенок индивидуален в любом отношении.
- Заставлять ребенка ходить на горшок, когда он не в настроении, подавлен, расстроен или болеет.
- Ругать малыша, что он сходил «мимо» или намочил штанишки.
- Стимулировать мочеиспускание звуками воды из-под крана. Это неудачная идея, так как потом будет крайне трудно отучить ребенка от этой привычки. По такому же принципу не рекомендуется использовать и музыкальные горшки.

Как правильно приучать ребенка к горшку?

Нет универсального совета, как научить ребенка ходить на горшок. Но есть некоторые методы, которые смогут помочь вашему малышу:

1. Отказ от памперсов. На начальном этапе будет достаточно исключить памперс на дневной сон и дневное время (нахождение дома).

2. Включение «горшочных дел» в режим дня малыша. Это означает, что нужно взять за правило высаживать ребёнка на горшок на 3-5 минут перед и после сна, после кормления (через 10-15 минут), до и после прогулки. Конечно же, необходимо дополнительно отслеживать позывы.

3. Горшок должен быть в пределах видимости и досягаемости малыша, то есть на полу в детской комнате. Пусть ребенок познакомится с ним, посидит, если захочет. Но нужно учесть, что горшок – это не игрушка, не шляпа и не машина, т.е. использование горшка не по назначению не допускается.

4. Предлагать малышу горшок надо со словами, поясняющими зачем он нужен: «Солнышко, давай пописаем (покакаем) в горшочек.. Горшочек нужен для того, чтобы в него писать и какать».

5. Каждый раз после «аварии», ласково напоминайте ребенку о существовании горшка: «Солнышко, куда надо писать?». Ни в коем случае не ругайте малыша и не заставляйте его садиться на горшок, чтобы у него не выработалось отвращение к этому предмету. Если же горшок был использован по назначению, похвалите малыша, чтобы у ребенка остались приятные эмоции, связанные с применением горшка.

6. Приучение к горшку должно проходить в знакомой домашней обстановке. Чтобы сходить в туалет, необходимо расслабиться. В стрессовой ситуации, в незнакомой обстановке, при посторонних людях малыш не может расслабиться и сходить на горшок.

7. Выберите горшок вместе с вашим ребенком. Он будет более охотнее им пользоваться, если он ему нравится.

8. Горшок должен быть тёплым, удобным и функциональным – этого достаточно. Не нужно гоняться за модными музыкальными горшками или горшками-игрушками, это будет только отвлекать от нужного процесса.

9. Дети часто учатся, повторяя за другими. Продемонстрируйте ребенку, как пользоваться горшком. Когда горшок чистый, попытайтесь образно показать, как правильно им пользоваться, с помощью игрушки. Или понаблюдать, как это делают другие члены семьи. Такой опыт будет полезен для детей старше 1,5 лет.

10. Подумайте также и о гардеробе малыша. Выбирайте одежду, которую легко и быстро снять и надеть, и помогите ребенку потренироваться, как одеться и раздеться до и после использования горшка.

11. При приучении к горшку часто родители сталкиваются с ситуацией, что ребёнок высидел положенное время на горшке, встал с него и сразу после

этого сделал все свои дела в штанишки. Это нормальный физиологический процесс, за это ругать не нужно! Просто достаточно вновь присадить малыша назад на горшочек на короткое время.

12. Родителям мальчиков не нужно беспокоиться о том, чтобы научить мальчика стоять во время использования горшка. В начале приучения к горшку ему будет гораздо легче пользоваться горшком сидя. Мальчик начнет ходить в туалет стоя, когда сможет пользоваться им самостоятельно, особенно если увидит, как это делает папа.

Уважаемые родители! Будьте терпеливыми и подготовленными. Случайности неизбежны, но не стоит переживать. Очень важно помочь малышу чувствовать себя уверенно, чтобы он не разочаровывался, если что-то идет не по плану. Если вашему малышу что-то не удастся, не переживайте! Шаг за шагом у вас с малышом всё получится!

В Службе консультационной поддержки родителей «Семейный навигатор» Вы можете получить квалифицированную психолого-педагогическую помощь, записавшись на бесплатную консультацию к специалисту по телефону: 32-35-90.

© Юстус Елена Александровна