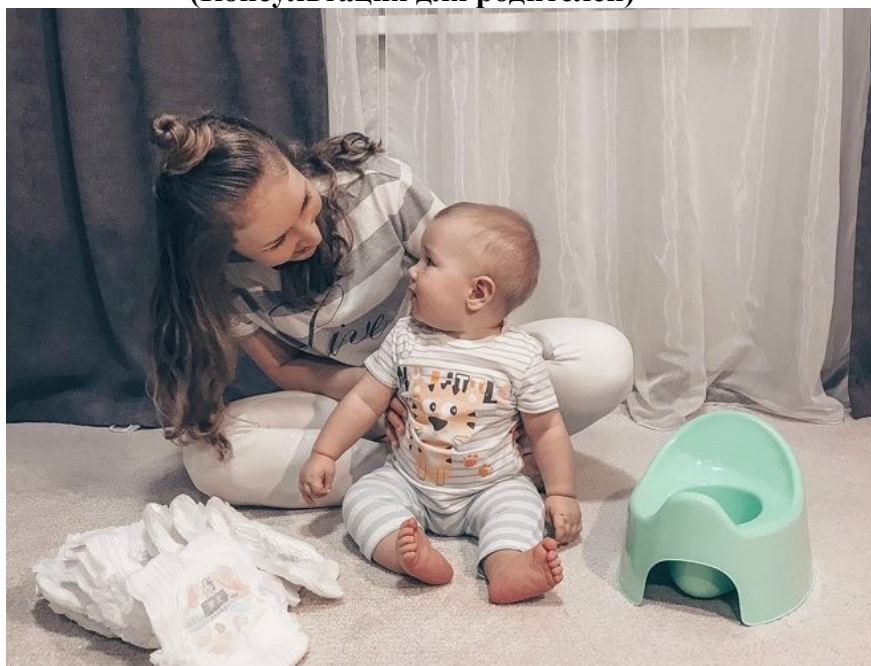


## Давайте приучать ребенка к горшку!

(Консультация для родителей)



Для каждого родителя очень важно побыстрее избавиться от мокрых пеленок и недешевых подгузников, вот почему вопрос как приучить ребенка к горшку является одним из самых актуальных. Может быть Вам помогут несколько наших советов:

**Совет № 1:** Знакомство с горшком. Расскажите ребенку, для чего нужен горшок, называйте вещи своими именами. Да, говорить слова «пописал» и «покакал» может быть не очень комфортно, но это физиология, и без нее не обойтись. Помните, что если вам стыдно говорить на эту тему, то это чувство стыда передастся и ребенку, а это впоследствии может спровоцировать ряд проблем и трудностей не только с освоением горшка, но и с психосексуальным развитием ребенка.

**Совет № 2:** Найдите место для горшка. Горшок должен быть в зоне доступа. Если вы закрываете дверь в туалет, чтобы ребенок не бросал игрушки и другие вещи в унитаз, лучше держать горшок в углу детской комнаты или в ванной. Если вы переживаете насчет чистоты вокруг, можно поставить горшок на одноразовую пеленку (убедитесь, что она не скользит по полу) или прорезиненный коврик.

**Совет № 3:** Покажите, как пользоваться горшком. Посадите на горшок медвежонка, зайца или куклу. Сюжетно-ролевая игра позволит закрепить паттерн поведения. Если есть пупс, который и правда может писать, если напоить его водой, то это будет еще большим подспорьем. Еще один важный момент. Есть дети, которые не желают садиться на горшок, а предпочитают сразу садиться на унитаз «как большой». Отлично — эту проблему помогут решить специальное сиденье на унитаз и собственный пример.

**Совет № 4:** Снимите подгузник. Ребенок, который постоянно ходит в подгузнике, не научится ходить на горшок просто потому, что он не соотносит процессы в своем теле с результатом происходящего. Чтобы установить эту связь, ему нужно увидеть все своими глазами и прочувствовать самому. Именно поэтому стали появляться трусики для приучения к горшку, которые не сразу впитывают всю влагу.

На время, когда вы снимаете подгузник и приучаете ребенка к горшку, лучше использовать удобную одежду, которую тоддлер может легко снять самостоятельно. Большинство аварий чаще всего происходит по банальной причине: ребенок не успевает расстегнуть пуговицу и молнию на джинсах, стянуть тугие легинсы и колготки, а после еще и трусики. Облегчите ему задачу.

Одна мама на время приучения к горшку просто застелила весь пол в квартире одноразовыми пеленками, а детей раздела, и они бегали голышом. Ее лайфхаком после этого воспользовались тысячи фанатов, и это действительно работает. Когда ребенок видит, что на полу появляется лужа после того, как он пописал, он начинает понимать, как это происходит, а значит, причинно-следственная связь формируется быстрее.

**Совет № 5:** Предлагайте горшок по «графику». Это не значит, что нужно завести будильник и сажать ребенка на горшок по часам. Нет. Здесь работает простое правило: горшок после сна и перед сном плюс через 15–20 минут после еды, а также перед прогулкой и после прогулки.

Время года, как ни странно, тоже имеет значение, особенно в наших широтах. Проще и быстрее приучение к горшку происходит весной и летом, когда ребенок может бегать по даче голышом, а в городе — в легких шортах или в трусиках и платье. Аварии, которые, несомненно, будут случаться первое время, не наносят урона психике родителей, а значит, минимизируется количество окриков и постыдных слов, поскольку даже самый терпеливый и осознанный родитель имеет право в какой-то момент сломаться и не выдержать очередные мокрые штаны.

Кстати, в Японии детей приучают к горшку именно летом из сугубо гигиенических соображений. Просто зимой в домах на полу лежат татами, которые очень тяжело мыть в случае непредвиденных ситуаций.

**Совет № 6:** Снимите подгузник окончательно. Когда вы приучаете ребенка к горшку, первое время подгузник стоит надевать только на дневной и ночной сон. Затем его сначала снимают на дневной сон, застилая кровать одноразовыми пеленками, а после, спустя некоторое время (у одних детей на это может уйти неделя, а у других — несколько месяцев), начинают снимать подгузник и на ночной сон тоже. И здесь нужно быть готовым к тому, что мокрые ночи будут случаться, даже если вы будете посреди ночи высаживать ребенка на горшок. Это совершенно нормально.

### **Лайфхаки приучения к горшку**

Процесс приучения к горшку должен быть легким и интересным для всех участников — и для родителей, и для ребенка. Что для этого можно сделать?

- Система мотивации. Предложите ребенку наклеивать на горшок наклейки за каждый успех;
- Красивое белье. Купите ребенку красивые трусики, штанишки, которые будет жалко испачкать. Главное — ни в коем случае не ругайте, если малыш все-таки не справился с задачей. Всё всегда можно отстирать;
- Сказкотерапия. Читайте терапевтические сказки, про приучение к горшку или сочините такую сказку сами.
- Календарь привычки. Вместе с ребенком заведите календарь, в котором отметьте дату, когда он станет совсем большим и научится ходить на горшок, — через месяц-полтора. Как мы помним, привычка формируется за 21 день, и этого срока в среднем достаточно, чтобы приучить двухгодовалого ребенка ходить на горшок. Вместе зачеркивайте дни, отмечайте успехи (неудачи не отмечаем) и обязательно отпразднуйте день икс; Удачи Вам!

И еще полезная информация по теме!

[Как приучить ребенка к горшку. Метод "МОПС" и как связаны горшок и речь? | Спеагент мама. Запуск речи 🍀 | Дзен \(dzen.ru\)](#)