Педагог-психолог Д.Н. Малова

***Когда и как приучить ребенка к горшку***

Рано или поздно каждый из родителей сталкивается с проблемой: как же приучить ребенка к горшку? В каком возрасте необходимо приучать ребенка к горшку? Естественно, сразу надо сделать оговорку – каждый ребенок развивается в своем темпе и любой обозначенный возраст следует воспринимать условным.

Оптимальным временем для приучения ребенка к горшку является возраст от 18 до 24 месяцев. Обычно к этому возрасту у ребенка уже сформирован сознательный контроль над выделительной функцией, и тогда у родителей возникнет меньше проблем, и на это потребуется меньшее время.

*Готовность ребенка к приучению*

Надо понаблюдать за уровнем развития некоторых навыков и умений у ребенка, а именно:

* умеет ли ребенок ходить, нагибаться;
* брать в руки небольшие предметы с пола;
* хорошо ли он понимает Вашу речь;
* понимает ли он, что такое «писать» и «какать»;
* сам произносит некоторые слова;
* обращается к Вам с просьбами (даже если просто показывает Вам пальчиком на что-то, и Вы его понимаете);
* знает части своего тела и может показывать их по Вашей просьбе;
* совершает попытки и демонстрирует Вам желание самостоятельно раздеться или одеться.

Также важно обратить внимание на следующие психофизиологические особенности развития:

* демонстрирует Вам свое недовольство от мокрых или грязных штанишек;
* увеличение интервалов между мочеиспусканиями, когда памперс (или штанишки) остается сухим в течении 2-2,5 часов;
* регулярность опорожнения стула (в одно и то же время).

Не стоит волноваться, если Вы проставите галочки по всем этим пунктам, может оказаться, что еще не все признаки готовности к горшку есть у Вашего ребенка, а возраст уже старше 24 месяцев. Или если еще не все признаки проявились, то это не значит, что Вы не можете попробовать познакомить ребенка с горшком. Зато Вы можете сами увидеть и оценить степень готовности Вашего ребенка к горшку и начать уже сейчас проводить подготовительную работу, которая тоже является важным этапом в приучении. Также родитель должен помнить, что горшок должен быть удобен, и конечно он должен ему нравиться.

*Этапы приучения*

1. Подготовительный этап. К нему относится выбор горшка. Затем Вы приносите горшок в дом и рассказываете ребенку, что это за предмет и зачем он нужен. Скажите ребенку, что он будет на него ходить «писать» и «какать». Избегайте слова «пи-пи» и «ка-ка». Это важно, потому что чаще всего родители про себя говорят, не сокращая эти слова, а для ребенка упрощают.

Далее, определите, где в Вашей квартире будет стоять горшок. Это важно для формирования привычки ходить в туалет в одно и то же место. Затем можно предложить ребенку его украсить наклейками, и снова поставить на место. Можно через какое-то время предложить ребенку посидеть на нем просто в ознакомительных целях и без ожиданий. Чтобы ребенок привык постепенно к новому предмету и не пугался его.

1. Наблюдательный этап. Просто наблюдайте за ребенком и его поведением. Часто дети в поведении показывают, что у них есть потребность сходить в туалет. Например, может начать кряхтеть, затихариться, уйти в укромное местечко и другое. Если Вы увидели такое поведение - ласково взяли малыша за руку, предложили ему сходить на горшок и повели в сторону горшка (на его место). Если есть сопротивление, не настаивать. Просто ловить следующий такой же момент. Также можно предлагать ребенку посидеть на горшочке в те часы, которые он обычно ходит в туалет: перед сном, после сна, после ужина или через определенные интервалы времени (2-2,5 часа от последнего мочеиспускания).
2. Формирующий этап. Является важным для формирования правильного эмоционального отношения к моментам приучения - «победам» и «неудачам». В случае удачного хождения на горшок очень важно, чтобы Вы похвалили своего ребенка. В случае возникновения «неудачи», пожалуйста, не расстраиваетесь (дети это чувствуют), а просто спокойно все уберите и сохраняйте доброжелательность.
3. Заключительный этап. Наступает тогда, когда Вы понимаете, что в значительном большинстве случаев ребенок ходит на горшок «успешно». На данном этапе, чтобы снять с себя контроль за этим поведением и включить сознательное поведение малыша, Вы можете просто сказать ребенку: «Если ты захочешь писать или какать, то скажи мне, пожалуйста, и я помогу тебе сходить на горшок. Хорошо?». Даже если он ничего не ответит, это не значит, что он Вас не услышал. Считайте, что это задел на будущее - Вы просто обозначаете для ребенка свою готовность помочь ему в этом деле и свою веру в то, что он может уже сам решать этот важный вопрос.

Напоминаем, что данные временные рамки – условны и зависят от конкретного ребенка. Весь процесс научения зависит от Вашего отношения и терпения.