

## 5 шагов как приучить ребенка к горшку

Сегодня, многие дети ходят до двух, а то и трёх лет в памперсах, а это значит – «ходят под себя». Мама при этом ни о чём не волнуется, не стремится пересадить малыша на горшок, сделав его самостоятельной. Причина этого, в недопонимании того, что физическое развитие тесно связано с психическим. Не стоит забывать о психических этапах развития, затягивая высаживание младенца на горшок, родители тем самым задерживают развитие личности ребёнка. Этому способствует: непонимание важности этого этапа; элементарная лень; отсутствие мотивации со стороны родителей (удобство и доступность одноразовых памперсов, а значит не нужно стирать, кипятить и гладить подгузники); заблуждение о том, что ребёнок сам вызреет и сядет на горшок; отдельное проживание от более опытного старшего поколения, которые могли бы повлиять на этот процесс. При этом хочется напомнить, что ответственность за формирование психики ребёнка лежит не на производителях памперсов, а на родителях.

Для того чтобы легко приучить малыша к горшку нужно понять, что процесс привыкания состоит из ПЯТИ ШАГОВ:

**1 шаг.** Выбрать удобный простой горшок по размеру (и высоте).

**2 шаг.** Выбрать правильное удобное место поближе к спальной и игровой зоне. Горшок должен стоять открыто на одном и том же доступном месте, чтобы малыш всегда знал, где его найти.

**3 шаг.** В самом начале привыкания родителю стоит приглашать малыша сходить посмотреть, где горшок, а потом посидеть на нём - **каждый час** в приветливой манере. Не стоит принуждать, а лучше спрашивать и легко в виде игры вести в его сторону: «На горшочек хочешь? Может на горшочек?» Можно показать для чего нужен этот предмет, попросив сеть на него старшего ребенка или самой маме. Нужно понимать, что привычки требует не только понимания физиологической потребности, но и навык искать горшок, снимать одежду и садиться. Вы сможете заметить, что ребёнок соглашается пойти и посидеть, но при этом горшок пустой. Стоит похвалить его за это движение «посидеть на горшке». Также можно помочь **выработать рефлексорную связь** тем, что включить кран с журчащей водой, сидящему на горшке малышу полить

по животику в горшок тёплой водичкой из стакана, подключая звуковые сферы восприятия.

**4 шаг.** Обязательно ласково хвалим ребёнка, хлопаем в ладоши, радостно улыбаемся, а значит **эмоционально положительно подкрепляем** его действия - закрепляя рефлекс.

**5 шаг.** Переходим в моменты бодрствования на трусики, на сон, оставляя подгузники. В первые дни перехода с памперсов на горшок будут промахи. Бывает так, что ребёнок заигрался и не успел добежать – описался или сел на горшок не ровно и промахнулся. В такие моменты родители могут выразить расстройство **в сторону лужицы или мокрых трусиков типа «Ая-яй»** и показать на горшок, что это должно быть в горшке. Самого же **малыша за промах НИКОГДА не ругаем.** А бежим на горшок и хвалим за то, что успел донести хоть что-то. Родители помогают выработать рефлекс на горшок, **установить причинно-следственную связь**, найти дорогу к нему и самостоятельно пользоваться им. **Хочу на горшок!**

Таким образом, **родитель создаёт систему, которая подстраивается под нужды младенца**, а не младенца под свои нужды. Родители ставят сначала промежуточную цель - чаще ходить в горшок, чем в памперс; а далее – ходить сухими и только в горшок. **Главное в этой важной работе – понимание, любовь и терпение!**