Когда малыш собирается в детский сад, одним из главных фактов его готовности к новому образу жизни является освоение навыков самообслуживания. А среди них ключевое место занимает приучение к горшку. Дефекация — процесс интимный и вместе с тем не допускающий небрежности: антисанитария не должна присутствовать в детском заведении ни в каком виде. Родители вместе с воспитателем должны помочь ребенку успешно справиться с этой задачей.

**Приучение к горшку заранее**

Конечно, для всех будет лучше, если ребенок пойдет в детский сад только тогда, когда он полностью сможет сам себя обслуживать — есть, переодеваться, управляться с туалетом. В домашней спокойной обстановке нет необходимости соблюдать чьи-то правила, подстраиваться под режим и группу из двадцати других детей. Малыш может осваивать приучение к горшку в привычной обстановке в удобном для него режиме. Потому родителям в любом случае заранее стоит озаботиться вопросом расставания с подгузниками, если крохе предстоит поступление в детский сад.

Универсальных рецептов не существует, но одной из самых эффективных стратегий приучения к горшку считается регулярность. Просто малыш должен присаживаться на горшок достаточно часто, после всех основных дел, которые заполняют его день. Проснулся — присел на горшок, позавтракал — снова на горшок, перед прогулкой и после прогулки — тоже обязательно, и так до вечера. Родители не должны настаивать и удерживать кроху силой — так возникает стойкое неприятие всего, что связано с хождением в туалет. Такой стресс чреват длительными расстройствами, приучение к горшку может затянуться на долгие годы. Но если присаживание окажется результативным, нужно активной похвалой показать малышу — вот этого мы и добивались, сейчас все было правильно.

Такой процесс мало у кого бывает быстрым, обычно приучение к горшку требует недель и месяцев. Именно поэтому родители и должны заранее начать знакомить кроху с горшком, чтобы к моменту поступления в детский сад ребенок хотя бы приблизительные представления имел о том, что это за предмет и почему необходимо им пользоваться. Однако если все-таки не успели — тоже ничего страшного.

**Малыш уже ходит в детский сад**Если малыш на момент поступления в детский садик еще не готов расстаться с подгузниками, нужно учитывать этот фактор, собирая кроху в группу. Для начала обязательно необходимо проинформировать воспитателя о том, что самостоятельно справляться с санитарными делами ребенок пока не умеет. Ни в коем случае нельзя скрывать эту информацию или как-то приукрашивать ситуацию — истина все равно станет очевидна довольно скоро. Вопрос только в том, какой дискомфорт успеют испытать и сам малыш, и [воспитатель](https://www.google.com/url?q=https://medaboutme.ru/mat-i-ditya/publikacii/stati/vospitatel/&sa=D&source=editors&ust=1644764428314690&usg=AOvVaw2UOfArktJDoSYd1DokyONz), и другие [дети](https://www.google.com/url?q=https://medaboutme.ru/mat-i-ditya/publikacii/stati/deti/&sa=D&source=editors&ust=1644764428315035&usg=AOvVaw2ZMWpSn-2RN1Z62pqlRfQ8) в группе.

Как ни странно, проще всего приучение к горшку проходит в самой младшей группе в садике — ясельной. Этому способствуют сразу несколько факторов. Во-первых, детская психика весьма пластична в раннем возрасте, и привыкать к чему бы то ни было в два года намного проще, чем будет в пять, когда малыш уже накопит приличный жизненный опыт. Во-вторых, в яслях соберется большое количество детей, не приученных к горшку. Ребенок не будет чувствовать себя сильно выделяющимся среди них, да и в целом в коллективе проще осваивать любые навыки. Когда двадцать человек вокруг крохи по просьбе воспитателя отправляются на горшок одновременно, малыш обычно быстрее понимает, что от него требуется. Практически все дети, которые приходят в начале года в ясли в подгузниках, уже через полгода успешно осваивают горшок

**Родители собирают малыша в детский сад**

Если приучение к горшку будет происходить в детском саду, родители должны подготовить ребенка к этому процессу. Во-первых, понадобятся запасные комплекты одежды и обуви, не меньше трех. Пока «проколы» не исчезнут совсем, малыш всегда должен иметь возможность переодеться в чистое белье и надеть сухие тапочки. Долгий контакт с мочой и фекалиями вызывает раздражение на коже и даже может спровоцировать возникновение заболеваний. А ведь кроха достаточное количество времени проводит в саду, и риск намокнуть и испачкаться существует на протяжении всего этого периода. В шкафчике всегда должны быть вещи на смену.

Во-вторых, сам горшок. Может быть, этот предмет предоставит для пользования детский садик. Но возможны варианты. Во многих группах сразу установлены детские унитазы, и ими может быть неудобно пользоваться даже тем детям, которые давно уже распрощались с подгузниками. Приучение к горшку не должно быть связано с дискомфортом. В таком случае родителям стоит поговорить с воспитателем о том, можно ли принести для ребенка свой горшок из дома.

Точно так же необходимо поступить, если по каким-либо причинам крохе не нравится детсадовский горшок. Нередки случаи, когда малыш отказывается вместе со всеми идти в туалет именно по этой причине. Отношения с горшком могут быть довольно личными, и если именно это важно для ребенка, то родители и воспитатель должны пойти ему навстречу. Лучше так решить этот вопрос, чем снова и снова получать мокрого ребенка, очень страдающего от того, что он не может ходить в туалет, как все.

**На что воспитателю обратить внимание**

Приучение к горшку иногда затягивается из-за психологических моментов, а также из-за проблем со здоровьем у крохи. Малыш в этом не виноват, но именно при таких обстоятельствах ему придется адаптироваться к детскому саду. От родителей и воспитателя потребуется большое количество такта и терпения.

Если какой-то период времени малыш совсем не может обходиться без подгузников и оставаться сухим и чистым, значит, пусть именно этот предмет гигиены присутствует с ним в детском саду. Оптимальным решением станут одноразовые подгузники-трусики. Если у других детей возникнут вопросы, воспитатель объяснит им, что это такое белье. У всех разные потребности — бывает и так. Маленькие дети редко фиксируются на подобных деталях, так что проблем возникнуть не должно. Когда вся группа будет отправляться в туалет, малыш вместе со всеми будет совершать одни и те же действия, просто при этом белье на нем будет надето не из ткани.

Если у самого ребенка начнут возникать сложности по поводу приучения к горшку среди других детей, то крохе, возможно, потребуется помощь психолога. Такие специалисты сейчас есть во многих дошкольных учреждениях. Иногда детям достаточно бывает договориться с самими собой, чтобы ушло напряжение и дискомфорт, но они маленькие, и не знают, как это сделать. Работа психолога как раз заключается в том, чтобы малыш понял то, что раньше постигнуть у него не получалось. Приучение малыша к горшку — нелегкая тема для многих родителей. В некоторых случаях вопрос решается сам собой — ребенок без проблем осваивает новые для себя навыки. А некоторые мамы и папы месяцами безуспешно стараются привить малышу «туалетные ритуалы». Предупредить ошибки гораздо легче, чем их потом исправлять. Что родителям точно делать не стоит, чтобы процесс приучения крохи к горшку не затянулся на долгий период?

**Ребенок не готов к горшку.** Главная ошибка, которую совершают родители, приучая малыша к горшку — начинают это делать слишком рано. Чуть только ребенок научится сидеть и ползать, мама и папа «экспериментируют» — высаживают кроху на горшок. Но в 6-8 мес. малыш ни морально, ни физически к таким нововведениям не готов! Вполне естественно, что он будет всячески сопротивляться незнакомым ритуалам.

Момент начала обучения индивидуален. Осознанное желание у ребенка использовать горшок именно по назначению, а не надевать его себе на голову, появится не раньше полутора лет. До этого же периода рефлексы развиты плохо — малыш не умеет контролировать позывы в туалет, не сидит на месте ни секунды. А если и решили практиковать ранние высаживания малыша на горшок, то делайте это не ранее, чем он научится уверенно сидеть самостоятельно. И будьте готовы к тому, что, даже если вы и поймаете «момент», то это будет лишь случайность. Пожалуй, единственное, чего вы добьетесь — экономия подгузников. Для ребенка же это ничего значить не будет — назначение горшка от пока не в состоянии понять. К осмысленному хождению в туалет это не имеет никакого отношения.

Ребенок должен быть эмоционально и физически готов к освоению новых навыков — уверенно сидеть и ходить, хотя бы по несколько часов в день оставаться сухим, контролировать позывы в туалет, не бояться горшка. Не стоит думать, что ваш малыш «не так» развивается, если к 1,5 г. он так и не полюбил горшок, тогда как «одаренный» ребенок соседки уже освоил этот навык. Всему свое время! Не слушайте сказок, как у кого-то малыш уже в полгода просился на горшок — такого не бывает!

**Неподходящий период**

Скорее всего, ребенок будет всячески противиться освоению новых навыков, если родители выбрали неподходящий период времени для начала обучения. Кроха очень чутко реагирует на малейшие изменения в привычном ритме жизни.

Немного отложите процесс обучения к горшку, если малыш заболел или у него режутся зубки, если вы переехали или начали водить ребенка в ясли, если сейчас осваиваете какой-то другой навык (например, самостоятельный прием пищи). Возможно, придется переждать и кризис одного года, когда ребенок высказывает свое несогласие буквально во всем. На период обучения, чтобы малышу было совершенно комфортно, постарайтесь оградить его от эмоциональных потрясений.

Ребенок стойко упирается? Кричит и извивается, когда вы высаживаете его на горшок? Обойдемся без принуждения. Отложите обучение на несколько месяцев. Пройдет время и все наладится — можно будет заново познакомить ребенка с горшком.

Как помочь ребенку привыкнуть к горшку

Когда приучать ребенка к горшку — один из многочисленных и бесконечных вопросов, связанных с развитием и воспитанием детей. И, как говорит один известный телевизионный доктор, «горшковая наука» не становится исключением в общей череде задач, с которыми сталкиваются практически все родители в процессе взросления малыша. Жалобы «не могу приучить ребенка к горшку» продолжают оставаться актуальными, несмотря на обилие информации, представленной во многих СМИ.

Когда начинать? Благодаря научным исследованиям последних лет стало известно, что устойчивый контроль процессов мочеиспускания и дефекации у детей возникает только лишь к двадцати двум-тридцати месяцам их жизни. До этого времени дети просто не в состоянии правильно оценить ситуацию и любым способом продемонстрировать желание отправиться на горшок. То есть в вопросах приучения к горшку мнение современных детских специалистов склоняется к тому, что до достижения ребенком полутора, а то и двух с половиной лет все обучение неэффективно.

В данном случае большое значение имеют пресловутые индивидуальные особенности: кто-то с легкостью усваивает «горшковую науку» в полтора года, а кому-то это становится под силу только к двум с половиной годам.

Исходя из вышесказанного, формулировка вопроса, со скольки месяцев надо приучать малыша к горшку, нецелесообразна. Нетерпеливые родители могут начать высаживать младенца чуть ли не с рождения, но это совсем не значит, что к годовалому возрасту малыш будет ходить на горшок — напротив, скорее всего, бучение этому навыку затянется на ближайшие пару лет. А можно начать приучение по достижении ребенком полутора лет, как раз в тот момент, когда он начинает более-менее отчетливо понимать, что от него требуют взрослые. И в этом случае процесс обучения, вероятнее всего, пройдет безболезненно и завершится успехом в довольно короткие сроки. Резюмируя вышесказанное, можно с увереностью сказать: в вопросе высаживания на горшок торопиться не следует.

И уж совершенно бессмысленно требовать от ребенка хороших результатов раньше, чем он может проанализировать и усвоить взаимосвязь между желанием справить свою потребность и необходимостью сделать это в специально предназначенную емкость.

Безусловно, всегда есть исключения из общих правил: встречаются дети, способные в возрасте одного года самостоятельно бежать и усаживаться на горшок. И точно так же можно встретить полностью здорового ребенка в возрасте трех с половиной лет, так и не научившегося контролировать свои естественные потребности. И тот и другой случай не является патологией развития и не требует специального воздействия или лечения.

Признаки, сигнализирующие о готовности к обучению

В таком деликатном деле, как приучение крохи к горшку, ориентироваться только на возраст ребенка — не совсем верная тактика. Есть и другие объективные факторы, способные просигнализировать родителям о том, что уже можно научить ребенка проситься на горшок.

Обычно к этим факторам относят:

Способность малыша оставлять подгузник или белье сухими и чистыми на протяжении двух-двух с половиной часов.

Отчетливое понимание и демонстрация дискомфорта от нахождения в мокрой одежде в случае «аварии».

Четкое понимание значения слов «писать» и «какать» или замещающих понятий, принятых в семье.

И, наконец, самый основной фактор: умение малыша продемонстрировать или озвучить любым способом свое желание справить естественную потребность, то есть проситься на горшок. Более того, считается, что до тех пор, пока ребенок не научился проявлять свое желание сходить в туалет, любое обучение будет, скорее всего, бесполезным. Методики приучения к горшку. Как и в других вопросах развития и обучения детей, не существует сверхэффективной и универсальной методики приучения малыша к горшку. Иногда все происходит очень быстро — достаточно пары-тройки дней для того, чтобы кроха усвоил, для каких целей нужен горшок. Бывает, что не обходится без сложностей, и ребенок принципиально его игнорирует, боится или воспринимает исключительно как игрушку. В любом случае в качестве поощрения за успехи рекомендуется активно проявлять радость и восхищение. А в случае неудач категорически не рекомендуется каким-либо образом высказывать недовольство — проблему это не решит, а усугубить может.

Но тем не менее, в специализированной литературе и СМИ встречаются описания методик приучения детей к горшку.

Ориентированность на ребенка

Суть метода заключается в том, что любого рода принуждения и форсирование событий недопустимы — малыш должен в своем собственном темпе развития «дорасти» до горшка. Ребенку предлагается пользоваться горшком только после того, как он достиг определенного уровня психологического и физического развития: умеет говорить, может демонстрировать свои желания и потребности, способен самостоятельно осуществлять какие-то действия по самообслуживанию. Считается, что только дожив до определенного уровня развития, кроха будет в состоянии освоить «горшковую науку».

Приучение за один день

Данный метод состоит в том, что малышу официально объявляется, что он больше не будет носить подгузники. В течение следующего дня ребенку показывают и объясняют, что такое горшок, для чего он нужен и как им пользоваться. Несмотря на то что к концу такого учебного дня мало кто из детей полностью осваивает использование туалетной принадлежности, считается, что один интенсивный тренировочный день действует в качестве катализатора и что дальнейшее приручение к горшку происходит очень быстро.

Однако для успешной реализации этого способа необходимо соблюдение некоторых условий: ребенку должно быть около двух лет и он должен демонстрировать основные признаки готовности. Но и в этом случае успех не гарантирован, «протечки» и более серьезные «аварии» могут случаться в течение нескольких месяцев, и родители должны быть готовы к этому.

Метод таймера

Согласно этому методу родителям, предлагается устанавливать таймер на небольшие промежутки времени, например, пятнадцать минут. После каждого сигнала таймера ребенка нужно сажать на горшок. В случае успешного высаживания малыш получает небольшое вознаграждение, но наказания в случае «аварий» недопустимы. Постепенно навык справлять нужду в предназначенное для этого место становится все более устойчивым, а временные интервалы таймера более продолжительными, вплоть до двух с половиной часов. И если даже этот прием не научит справлять нужду в специально отведенную емкость, то наверняка поможет справиться с другой задачей: как научить ребенка хотя бы самостоятельно садиться на горшок.

Использование этого средства может дать положительный результат уже после трех-четырех дней применения, но при условии, что практиковать его начали не ранее двухлетнего возраста малыша.

Специальные трусики

Трусики для приучения к горшку, или тренировочные трусики — одно из последних изобретений в индустрии товаров для детей. Внешне они выглядят как обычное хлопчатобумажное белье, но внутри трусов предусмотрен карман для впитывающих вкладышей. Внешний слой вкладыша не позволяет влаге просочиться наружу, а внутренний остается мокрым. Считается, что таким образом у ребенка формируется негативное отношение к мокрому белью, находиться в котором неприятно. Помимо этого такие трусики ускоряют процесс закрепления взаимосвязи между желанием опорожнить мочевой пузырь и необходимостью скорее сесть для этого на горшок. Это удобный вариант приучения к горшку после отказа от памперсов, но начинать носить такое белье рекомендуется не раньше полутора лет.

Медот десяти колгот

Медот десяти колгот — очень распространенный и довольно эффективный способ. Примерно десять колгот (трусиков, штанишек) вам понадобится, чтобы приучить ребенка к горшку — так считают его авторы. Суть метода состоит в том, что в один прекрасный день вы надеваете на малыша колготы без подгузника, объясняя при этом, что когда кроха захочет сходить по нужде, он должен сесть на горшок. Не расстраивайтесь, если первые несколько дней ребенок не будет сообщать вам о своей потребности: ведь привычка мочиться в колготы еще сильна. Когда малыш все же испачкал штаны, не спешите их снимать: именно дискомфорт, который будет ощущать кроха на протяжении примерно десяти-пятнадцати минут, постепенно даст требуемый результат. По истечении указанного времени подмойте ребенка и смените колготы на сухие. Этот прием призван показать малышу, что мокрые колготы — это неудобно и неприятно. Для применения данного метода важно соблюдать еще одно условие: в квартире должно быть тепло, иначе ребенок переохладится.

Народные методы

Помимо специально разработанных и описанных способов, над которыми трудились лучшие умы из мира психологии и педиатрии, есть и не менее эффективные методики, пришедшие «из народа» и по праву получившие свое признание.

Метод подражания. Дети обожают все копировать, поэтому личный пример, а также примеры старших братьев, сестер или «коллег» по детскому саду помогут в сжатые сроки решить проблему горшка.

Метод игры. Если личный пример по каким-то причинам невозможен, то усаживание на горшок любимых игрушек и родительская демонстрация положительной реакции на содеянное должна замотивировать малыша на такие же действия.

Можно считать эффективными даже самые необычные методы приучения, если родителям удалось добиться хорошего результата. Некоторые наделенные чувством юмора родители предлагают полить нарисованный на дне горшка цветочек, если приучить к горшку нужно девочку и целиться в мишень, если курс обучения проходит мальчик.

Нет лучших или худших средств, как нет и универсальных правил, руководствуясь которыми можно добиться прекрасных результатов в короткие сроки. Есть способы, сработавшие или не сработавшие в каждом конкретном случае.

Почему горшок может быть страшным? Учимся исправлять ситуацию

Причины, по которым малыш может бояться горшка, условно разделяются на психологические и физиологические.

Психологический страх перед горшком может быть спровоцирован следующими обстоятельствами:

Родители могли перестараться в своих стремлениях как можно скорее научить дитя ходить по нужде в горшок, слишком давили на него, торопили события или даже проявляли негативную реакцию или агрессию в случае «промахов» или отказов от испражнений в горшок. Более того, в данном случае возможна и обратная реакция, когда ребенок уже проявлял умение и желание сидеть на горшке, но внезапно перестал это делать.

Родители слишком рано приступили к процессу обучения, а ребенок оказался не готов к такому развитию событий.

Ребенок боится ходить на горшок и не хочет сидеть на нем, потому что он ему не нравится.

Малыш может не столько бояться горшка, сколько стесняться справлять свои естественные потребности в присутствии посторонних людей или родителей противоположного пола.

Какие-то другие индивидуальные особенности малыша.

Таким образом, очевидны выводы, что же именно делать, если ребенок боится горшка с психологической точки зрения. Чтобы исправить допущенные ошибки, достаточно исключить отрицательные факторы и изменить условия:

Прекратить любое давление и форсирование событий.

Избавиться от негативных оценок в случае неудач и увеличить количество похвал.

Отложить процесс приучения на более позднее время.

Позволить ребенку самостоятельно выбрать свой первый горшок и дать ему возможность вдоволь наиграться с ним, привыкнуть к мысли, что теперь он просто обязан ходить исключительно на горшок.

Если ребенок периодически использует горшок по назначению, но чаще всего поступает обратным образом, нужно понаблюдать за ним и предложить максимально комфортные условия для того, чтобы малыш как можно чаще проявлял сознательность в «горшковой науке».

К страхам физиологического характера чаще всего относят фактор, когда ребенок боится горшка после или во время запора. Пережитый запор и связанные с ним болезненные ощущения могут сильно подпортить «репутацию» горшка в глазах крохи. Приучить ребенка какать в горшок в этом случае поможет ангельское терпение и крайне внимательное отношение родителей к самочувствию малыша, а также к качеству и режиму его питания. Сколько для этого потребуется времени — одна неделя или несколько месяцев — заранее узнать невозможно. Но в случае регулярных запоров стоит приложить максимум усилий для их устранения.

Безусловно, с какого возраста приучать ребенка к горшку — личное дело каждого родителя. Согласно научным тенденциям последних лет считается, что именно два года — это наиболее подходящий возраст для успешного начала и скорейшего завершения процесса приучения. Научить пользоваться горшком можно любого здорового ребенка. И делать это правильно с самого начала — лучший вариант для обеих сторон процесса обучения. Но как бы ни развивались события, ни в коем случае нельзя допускать, чтобы сложности в освоении «горшковой науки» стали причиной испорченных отношений между детьми и родителями. А здравый смысл и чувство юмора в этом деле станут хорошими помощниками мамам и папам.