

Этапы формирования навыка опрятности

Этапы формирования высадки ребенка на горшок до достижения 3-летнего возраста выделены отечественным профессором Александром Кузьминым:

- В 12-15 месяцев ребенок начинает испытывать первые негативные эмоции в отношении мокрого и грязного белья;
- С 16 месяцев проявляет желание сходить в туалет путем замирания;
- С 20 месяца выражает желание справить нужду определенными жестами: тербит подол штанов или трусики, тянет маму или папу за ручку;
- С 24 месяцев малыш пытается самостоятельно стягивать трусики или штанишки, чтобы сходить в туалет, может оставаться сухим на протяжении 2-х часов, осознанно ощущает позывы в туалет;
- С 30 месяца просится в туалет, используя слова;
- С 3-х лет начинает сам, но под присмотром родителей ходить в туалет: снимать одежду, усаживаться на горшок, а затем самостоятельно одеваться.

Поэтому оптимальным возрастом для «знакомства» с горшком является именно возраст от 1,5 до 2 лет, когда карапуз готов как физически, так и психологически.

Этапы приучения ребенка к горшку

Для формирования любого навыка важна последовательность действий и систематичность. Именно от этого зависит успешность результата. Это также применимо и для формирования навыка ходить в туалет. Основные этапы приучения ребенка ходить на горшок:

- В первую очередь малышу нужно показать и объяснить, что такое горшок и зачем он нужен, а перед высаживанием комментировать свои действия: снимаем одежду – садимся на горшок – пользуемся салфеткой – моем горшок – похвала. Это поможет ребенку понять четкий ход действий и затем обыденность этого процесса;
- Высадка на горшок должна быть регулярной: перед сном и после пробуждения, перед и после приема пищи, до выхода на прогулку и после нее;
- Нужно отказаться от использования памперсов. Для начала это можно делать на несколько часов, затем на целый день;
- После «удачных» попыток сходить на горшок ребенка нужно словесно хвалить;
- Важно отслеживать позывы в туалет: покраснение лица, натуживание, руки все время в штанах и пр.

Небольшие хитрости и советы для легкого и быстрого процесса приучения ребенка к горшку:

- Нужно одевать на ребенка простую одежду, без молний и застежек, без сложного кроя. Это позволит ему быстрее ее снимать и сосредоточиться на главном;
- Не нужно держать ребенка слишком долго на горшке (5-7 минут будет достаточно);
- Горшок должен быть в поле зрения и иметь свое место. В этом случае ребенок будет точно знать где находится его горшок и не будет его путать с другими игрушками в общей куче, принимая его как очередную забаву;
- Когда памперс будет снят, ребенок захочет исследовать свои половые органы, понять, как они устроены. Не нужно мешать ему в этом, излишние вздохи от увиденных «исследований» ребенок может воспринять как что-то неприятное и постыдное. Из-за этого могут в дальнейшем возникнуть трудности с высадкой на горшок;
- Нельзя ругать ребенка за возможные промахи, это также сформирует негативную реакцию и дальнейшую плохую ассоциацию с горшком;
- Если ребенок категорически отказывается садиться на горшок не нужно его насильно заставлять это делать. Лучше убрать горшок на некоторое время и затем повторить попытку;
- Если в семье есть старшие дети, младшие могут научиться у них, перенять опыт. Если нет, тогда мама или папа смогут стать личным примером для дочки и сына соответственно.