#### D:\Спасённое\психолог\Картинки\горшок.gif

# КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА К ГОРШКУ

Мария, мама трехлетней Ани, начала приучать дочь к горшку примерно в два года. Но в течение нескольких месяцев малышка категорически отказывалась на него садиться. "Все лето мы старались обходиться без памперсов, правда, без особого успеха, – у нас то и дело случались маленькие "аварии". Поэтому с приходом осени нам вновь пришлось перейти на памперсы. Через какое-то время я поговорила с дочкой о том, что она уже большая, и что мы вместе отправимся выбирать ей красивые розовые трусики. Анечка была в восторге от нашей покупки и, к моему изумлению, вдруг стала очень чистоплотной".

Иногда ребенок отказывается даже приблизиться к горшку, в этом случае лучше не проявлять настойчивость и некоторое время не напоминать о предмете, вызвавшем негативный отклик. Через 2-3 месяца повторите попытку снова, возможно, малыш сможет посмотреть на столь необходимую вещь более благосклонно. А порой малышу может понадобиться дополнительный стимул. Покупка красивых трусиков оказала поистине магическое действие, хотя это не совсем так. Малышка, конечно, была готова начать пользоваться горшком, и чудесное приобретение стало катализатором для того, чтобы она смогла, наконец, проявить свое стремление к чистоплотности.

*Когда Илюше, старшему сыну Евгении, исполнился год, мама стала регулярно сажать его на горшок. "Мой малыш не любил быть грязным, я видела, что он испытывает неудобство, если его памперс испачкан. Я стала каждый день, после завтрака сажать его на горшок на 2-3 минуты и постепенно приучила его пользоваться горшком. Я хотела, чтобы определенный ритм и привычки установились как можно раньше. В два года мой малыш стал ходить на горшок самостоятельно".*

**Когда ребенку всего год**, рано говорить о том, что ему не нравиться быть грязным. Действительно, он может испытывать дискомфорт, находясь в мокром памперсе, но проблема чистоплотности его совершенно не тревожит. Лишь **к двум годам,** когда дети проходят «анальную» стадию (по З. Фрейду), его станет волновать чистота его штанишек, ручек и всего, что его окружает. Кроме того, если вы, по каким-то причинам, решите приучать малыша к горшку как можно раньше, это вовсе не будет означать, что он начнет раньше им пользоваться. Скорее всего, ваше чадо научится ходить на горшок примерно в то же время, что и его сверстники, разве что процесс обучения будет растянут во времени. Зачастую родители начинают приучать ребенка к горшку не менее чем за год до детского сада, чтобы снизить тревогу по поводу того, как он будет справляться самостоятельно. Но весьма вероятно, что малыш начнет ходить на горшок совершенно неожиданно для мамы, тогда, когда он будет к этому готов.

И конечно, не стоит стремиться к раннему приучению к горшку, как к некому достижению. Малыш может научиться ходить на горшок "по требованию", когда вы будете его сажать через определенные промежутки времени, но пока это будет лишь ваше стремление к чистоплотности, а не его собственное.

Боря 2,5 лет сам попросил у своей мамы, Елены, горшок, чтобы пописать. Довольно быстро это стало для малыша привычным "делом". Зато некоторое время он отказывался ходить на горшок «по-большому»: боялся, что вместе с испражнениями туда упадет его «пися». "Я попыталась успокоить его, объяснив, что какать в горшок также безопасно, как и в памперсы, и что все дети, когда подрастают, так делают. Мне не сразу удалось убедить сына, но через какое-то время мои доводы всё же подействовали".

Физиологически, способность контролировать сфинктер появляется раньше способности контролировать мочеиспускание. Но не редко это лишь в теории. На практике же оказывается, что некоторые дети отказываются ходить на горшок «по-большому», находя для этого различные причины. Маленький ребенок воспринимает испражнения как часть своего тела и относится к ним с большим почтением. Поэтому ему трудно расстаться со своей "какой", не испытывая при этом ощущение, что он что-то потерял. Попробуйте объяснить ребенку, что это отходы, которые ему больше не нужны, и поэтому его тело их выбрасывает.

Ирина, мама трехлетнего Вани, решила подойти к приучению к горшку, как к игре. Очень скоро вся семья играла в игру "как сходить на горшок". "Первые успехи малыша мы отметили семейным праздником, поздравили его, рассказали о его достижениях дедушке и бабушке, он был очень горд собой. Мы всегда старались делать так, чтобы в игре не было принуждения, и не возникло эмоциональной зависимости. Когда же случались маленькие "аварии", мы не драматизировали ситуацию, а говорили ему, что это нормально".

Безусловно, дети с удовольствием откликаются на игровую ситуацию, и с радостью принимают похвалы и поздравления. Но не стоит упускать из виду, что естественные отправления организма не игра, и, пожалуй, не повод для семейного торжества. Учась самостоятельно пользоваться горшком, малыш, конечно, нуждается в том, чтобы его подбодрили и обратили внимание на его успехи, но нет нужды вознаграждать его за это. Поскольку ребенок писает в горшок не для того, чтобы доставить удовольствие своим родителям.

*Ольга, мама троих дочерей, 9, 7 и 3,5 лет, приучала девочек к горшку одним и тем же, проверенным, способом: летом, во время каникул, они ходили без памперсов и регулярно сидели на горшке. "Каждое утро после завтрака я сажала их на горшок, и мы, иногда целый час, ждали результата. Эта тактика сработала с двумя старшими дочерьми, но с младшей все получилось иначе. Она стала удерживать кал в себе, у нее начались запоры, ей стало больно ходить по-большому. Когда я стала проявлять в этом вопросе больше мягкости и гибкости, она постепенно расслабилась, но иногда все еще случаются затруднения".*

Чрезмерная настойчивость в вопросах чистоплотности, лишение ребенка инициативы и возможности принять решение, может привести к конфликту, и даже, если ситуация долго не разрешается, к патологии сфинктера. Сильное давление может вызвать у ребенка протестное поведение, выражаемое удерживанием кала. Маленький ребенок не всегда в состоянии напрямую показать, как он злиться или обижен, но может сделать это с помощью различных симптомов, например, запора. Приучая малыша к горшку, необходимо действовать не спеша, ведь ему пока незнаком как сам горшок, так и то, как им пользоваться. Поэтому еще до начала процесса обучения ребенок должен увидеть горшок и привыкнуть к нему, как к предмету личного обихода.

*Марина, мама Даши 2,5 лет, всегда старалась чем-нибудь занять ее, пока девочка сидела на горшке. "Я не хотела сажать ее на горшок и ни с того, ни с сего требовать: Ну-ка, давай, писай! Сначала она привыкла сидеть на горшке с книжкой. А потом начала имитировать, будто писает в горшок: садилась на него, подтиралась, бросала в горшок бумажку ... только там ничего не было! Она видела, как мы это делаем и подражала нам, для нее это была игра".*

Прежде чем начать приучать ребенка к горшку ему необходимо объяснить, для чего этот предмет нужен. Скажите, что он будет им пользоваться как взрослые, по-настоящему, и опишите, простым языком, какие процессы происходят в его организме. Если ребенок будет сидеть на горшке, отвлекаясь на книжку или что-нибудь другое, то не сможет сосредоточиться на процессе и контролировать то, что происходит в его теле. Многие дети имитируют действия взрослых. Это классическая фаза подражания. Они уже знают, как это делать, и когда будут готовы, сделают все без ошибок.

