**Как мягко приучить ребенка к горшку?**

Навык пользования горшком должен быть осознанным. В противном случае малыш сначала обрадует родителей своими случайными успехами, а потом может внезапно удивить тем, что ничего не умеет.

Можно сказать, что ребенок умеет пользоваться горшком, когда он:

• чувствует и **осознает позывы** сходить в [туалет](https://letidor.ru/zdorove/na-unitaze-ili-na-kortochkah-kak-pravilnee-poseschat-tualet.htm),

• может **дойти до горшка сам или подать сигнал** родителям о своем желании,

• способен **сесть на горшок** и сделать свое дело.

Известный педиатр Евгений Олегович Комаровский [отмечает](https://letidor.ru/zdorove/kak-priuchit-rebenka-k-gorshku-otvechaet-doktor-komarovskiy.htm), что **устойчивый навык** формируется ближе **к 2 годам**: «Медицинская наука считает, что навыки мочеиспускания, его контроля никогда не появляются раньше 18 месяцев! Поэтому я настоятельно обращаю внимание, что до полутора лет темы приучения к горшку не существует. А устойчиво все это появляется в 22-30 месяцев»

Стоит помнить, что, как и в любом другом вопросе, касающемся развития ребенка, все индивидуально. Кто-то начинает ходить на горшок гораздо раньше сверстников, кто-то – оказывается в отстающих.

### *Способ 1. Поймайте нужный сигнал*

Есть ряд сигналов, что малышу надо срочно предложить горшок.

• **Звуки**. Если услышали от малыша специфические «туалетные» звуки («пись-пись», «ка-ка»), которые вы обычно произносите во время высаживания его на горшок, скорее всего, он готов сходить в туалет прямо сейчас.

• **Брезгливость**. Ребенок недоволен тем, что его «отработанный» подгузник стал мокрым или липким? Самое время объяснить ему, для чего нужен горшок.

• **Интерес к туалету и предметам в нем**. Проявление любопытства к туалетной комнате, унитазу, рулону туалетной бумаги также говорит о готовности ребенка к знакомству с горшком.

• **Индивидуальные знаки**. У многих детей есть свои привычные сигналы, что они вот-вот собираются сходит в туалет: «напряженное» выражение лица, специфическая поза, замирание, кряхтение, задумчивость, потуги и так далее.

Некоторые малыши даже уходят в какое-то конкретное место, где им удобнее всего это делать. Понаблюдайте!

### *Способ 2. Выберите правильный горшок*

Не гонитесь за ультрамодными горшками с сотней игровых функций, иначе для ребенка это будет не более чем просто очередная [игрушка](https://letidor.ru/otdyh/7-universalnykh-igrushek-bez-kotorykh-slozhno-predstavit-detstvo-malysha.htm).

Правильный горшок должен быть:

• крепким, прочным и **устойчивым**, чтобы малыш на нем не перевернулся,

• с плавной **приятной поверхностью** и анатомическими формами,

• **соответствующего размера** (в слишком большой ребенок будет проваливаться, а на слишком маленьком некомфортно сидеть),

• удобным для мытья, чтобы горшок всегда был **чистым**.

Для девочек наиболее удобным может оказаться горшок с **округлой формой сидения** (на нем можно свести ножки вместе), для мальчиков – **овальный, с выступом впереди** (защищает от брызг).

### *Способ 3. Найдите удачное место для горшка*

Во-первых, это должно быть **доступное** для малыша место.

Например, многие мамы ставят горшок **рядом с детской кроваткой** – так у ребенка есть собственное пространство, возможность быстрее добраться до горшка (особенно утром и вечером) и всегда открытый к нему доступ в отличие от [ванной комнаты](https://letidor.ru/zdorove/6-pravil-bezopasnogo-kupaniya-rebenka-v-vannoi.htm).

Во-вторых, место для горшка должно быть **постоянным**, чтобы ребенок его запомнил.

Малыш в любую минуту должен знать, где может найти свой горшок.

Некоторые мамы отмечают, что их дети категорически отказываются садиться на горшок и сразу проявляют интерес к [унитазу](https://letidor.ru/otdyh/smeshnoe-video-o-malyshakh-kotorye-lyubyat-sidet-v-unitaze.htm), который, к слову, всегда находится на своем месте. В таком случае обязательно стоит использовать специальное детское сиденье. А чтобы малыш не испугался высоты, можно посадить его **лицом к задней части унитаза** – возле такой «защитной крепости» он будет чувствовать себя в безопасности.

### *Способ 4. Выберите правильное время*

Правильно выбранное время для приучения к горшку – это половина успеха. Здесь есть свои хитрости.

• **Опорожнение мочевого пузыря**. Маленький ребенок мочится часто, но ближе к 1,5 годам его организм начинает контролировать [мочевой пузырь](https://letidor.ru/zdorove/cistit-u-rebenka-11-glavnykh-faktov-o-kotorykh-dolzhny-znat-roditeli.htm). **Сухость в течение 1-2 часов** – знак, что горшок понадобится в самое ближайшее время.

• **Опорожнение кишечника**. Если у малыша наладилось регулярное опорожнение кишечника, вы можете выбрать самые удачные моменты для приучения к горшку. Обратите внимание на **часы, в которые ребенок обычно ходит в туалет**, и предлагайте горшок именно в это время – постарайтесь не опаздывать!

### *Способ 5. Позаботьтесь о тепле*

Чтобы горшок не вызвал у ребенка отторжения, во время высаживания на него **комфортная температура** должна быть и в помещении, и у самого горшка. Не стоит приносить эту вещь из холодной комнаты и тем более с балкона – разница температур тут же станет очевидной.

### *Способ 6. Оденьте ребенка в удобную одежду*

Даже если малыш вовремя окажется возле горшка, нарядный комбинезон с кнопками перечеркнет все его стремления. А плотные колготки, которые с трудом натягивают на ребенка даже взрослые, не оставят никаких шансов остаться сухим.

Во время приучения к горшку выбирайте для малыша простую одежду без хитрых застежек.

Это могут быть **удобные штаны** на не тугой резинке, которые легко и снять, и натянуть обратно.

Разрешайте ребенку пробовать что-нибудь надевать на себя, когда о горшке еще не идет речи (да, попытки будет неловкими, но наберитесь терпения). В будущем это обязательно пригодится — одновременно учиться и одеваться, и пользоваться горшком непросто.

### *Способ 7. Пригласите помощников*

По статистике, быстрее и легче приучаются к горшку те малыши, у которых есть **старшие брат или сестра** (погодки).

Малыш видит, как это делает более «опытный» ребенок, и начинает ему подражать.