



3-й ЭТАП:

пользуемся настоящим унитазом

Когда малыш регулярно пользуется горшком в течение дня, можно переходить к настоящему унитазу.

Унитазы сделаны слишком высокими, это может смущать ребенка. Попробуйте использовать подставку-ступеньку, которая поможет Вашему малышу достать до унитаза или раковины. Советуем Вам приобрести специальное сиденье, по размеру подходящее Вашему малышу, которое крепится на унитаз для удобства и поддержки ребенка. Сиденье позволяет прочно усадить ребенка и уменьшить страх провалиться. Первое время можно держать малыша за руку для его спокойствия, если он этого хочет.

Спускайте воду в туалете в первый раз осторожно - ребенку может понадобиться некоторое время, чтобы привыкнуть к шуму спускаемой воды. Предложите ребенку спустить воду самому под вашим присмотром, используя это как часть игры.

Если у Вашего малыша все хорошо получается, Вы можете начать учить его самостоятельно пользоваться туалетной бумагой и мыть руки после посещения туалета. Этому обязательно надо научиться к 4 годам.

На этом этапе хорошо использовать напоминание, поощрения (похвала, ласка)

4-й ЭТАП: просыпаемся сухими

Заключительным этапом будет способность контролировать мочевой пузырь во время ночного сна.

Для того чтобы помочь в этом ребенку, сократите количество жидкости, которое даете ему на ночь и проконтролируйте, чтобы перед

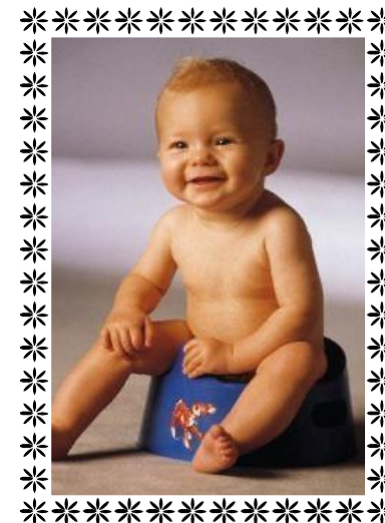
Начинайте обучение ночному туалету, когда малыш станет регулярно просыпаться в сухих подгузниках. Теперь следует быть особенно терпеливыми. Ребенок в возрасте 2-3 лет не может сдерживать мочу дольше 4-5 часов. Исследования показали, что ночное недержание во многом зависит от наследственности. Опросите членов Вашей семьи, не случалось ли этого с ними. Очень важно сохранять спокойствие и ни в коем случае не ругать ребенка. Развивайте уверенность малыша в себе. Ночное недержание - довольно распространенное явление у детей младше 5 лет, особенно у мальчиков. Возьмите запасной комплект постельного белья и защитное покрытие для матраса и простыней. Большинство детей с возрастом перестают мочиться в постель.

ПРИУЧЕНИЕ К ТУАЛЕТУ - ПОДСКАЗКИ

- Всегда держите под рукой достаточное количество запасных трусиков, туалетной бумаги и салфеток для малышей.
 - Каждый успех малыша поощряйте похвалой.
 - Одевайте Вашего малыша в такую одежду, которая легко снимается.
 - Будьте предусмотрительны - отведите малыша в туалет перед прогулкой и почаще спрашивайте, не хочет ли он туда сходить.
 - Попросите помочь Вам других членов семьи, воспитателей и нянь.
 - Сделайте процесс увлекательным, а не принудительным.
 - Не приобретайте музыкальных и слишком красочных горшков. Это будет отвлекать малыша от конкретного процесса.
- Если Вы приучаете к туалету близнецов, никогда не сравнивайте их успехи. Маленьким детям трудно концентрироваться больше чем на одной вещи одновременно, поэтому деликатно напоминайте ребенку, чтобы он сходил на горшок или в туалет.

Желаем Вам успехов!

ВАЖНЫЙ ШАГ В ЖИЗНИ МАЛЫША



Практические рекомендации родителям

Приучаем малыша к туалету



Приучение к туалету - важная веха в жизни каждого ребенка. Вам потребуется масса терпения, чувство юмора и поддержка. Постарайтесь не сравнивать Вашего ребенка с другими детьми.

Это не соревнование. Очень важно, чтобы Ваш ребенок и сам проявлял инициативу. Будьте готовы к тому, что у ребенка не все сразу получится гладко. Относитесь к этому спокойно, воспитывайте в ребенке чувство уверенности в себе. Умение контролировать свои физиологические потребности в раннем возрасте является одним из базовых умений для дальнейшего развития ребенка. Если это умение не будет своевременно сформировано, то у ребенка при внешнем благополучии может наблюдаться отставание в психическом развитии.

КОГДА НАЧИНАТЬ ОБУЧЕНИЕ

Начинать приучать малыша к горшку следует с того времени, когда ребенок научится сидеть и в том возрасте, когда он хорошо обучается – с 8-12 месяцев. Если ребенок еще не начал самостоятельно ходить, взрослый может усадить его на горшок и предложить ему сходить в туалет.

Приготовьтесь к тому, что для обучения ребенка ходить на горшок может понадобиться несколько месяцев или даже год.

Началу «туалетному обучению» следует посвятить тот день, когда вы максимально свободны и готовы внимательно наблюдать за малышом.

Благоприятное время для приучения ребенка к горшку – это **летний период**, когда малыш может днем находиться без памперсов.

Как только Ваш ребенок осознает взаимосвязь между внутренними ощущениями и физической потребностью сходить в туалет, можете начинать более целенаправленное обучение, требующее от ребенка осознанных действий.

ПРИЗНАКИ ГОТОВНОСТИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ.

Ваш ребенок:

- способен озвучить свои ощущения, например чувство голода, и понимает простые просьбы;
- может показать интерес к хождению в туалет;
- становится все более независимым, научился ходить, сидеть и приседать;
- умеет снимать и надевать трусики и штанишки;
- может имитировать поведение, т.е. подражать старшему брату или сестре;
- снимает испачканные или мокрые трусики;
- приобрел регулярный, мягкий, сформированный стул;
- встает сухим после дневного сна или остается сухим по крайней мере 3-4 часа в течение суток;
- пробует самостоятельно сидеть на горшке или заходить в туалет;
- изобрел свои собственные обозначения для испражнений и мочи, независимо от того как Вы привыкли называть их в Вашей семье.

Помните, что, возможно, Ваш ребенок еще не будет уметь делать всего вышеперечисленного к моменту обучения. Итак, начнем.

1-Й ЭТАП: подготовка

Всегда держите горшок в доступном месте, чтобы ребенок привыкал на нем сидеть.

Важно, чтобы ребенок мог легко справиться с одеждой. Не пользуйтесь штанишками-комбинезоном, джинсами на застёжке - их нелегко снять самостоятельно. Выбирайте одежду с эластичными поясами и удобными легкими застёжками-липучками.

2-Й ЭТАП: приучение к горшку

Составьте план, обсудите его с членами семьи. Поощряйте ребенка и хвалите его за каждую попытку, которую он делает. Не проявляйте отрицательной реакции,

не показывайте брезгливость при виде содержимого детского горшка. Малыш это воспринимает как часть себя, и вашу негативную реакцию может принять на свой счет, что, безусловно, нежелательно.

Старайтесь запомнить время, когда у ребенка бывает потребность в опорожнении мочевого пузыря и кишечника. Каждый день в это время старайтесь посадить его на горшок. На этом этапе невозможно добиться, чтобы дети придерживались одного времени, однако, все равно старайтесь выработать привычку к высаживанию на горшок в определенное время.

Как только Ваш ребенок научится оставаться сухим, по крайней мере 3-4 часа в течение суток, замените подгузники обычными трусиками. Вновь вернуться к подгузникам не удастся, Вы просто собьете малыша с толку. Старайтесь всегда держать под рукой переносной горшок. Запаситесь достаточным количеством запасных трусиков, туалетной бумаги и салфеток. Самый лучший способ отучить ребенка от памперсов - их не покупать!

Наилучшее время для обучения

- Наиболее вероятно, что стул у ребенка будет после завтрака.
- Переполненный животик стимулирует прямую кишку к опорожнению через 20-30 минут после еды, попробуйте сажать малыша на горшок после каждого приема пищи.

мальчики

- На первом этапе приучения мальчика к туалету сажайте его на горшок, чтобы избежать брызг и подтеков на стенах и полу.
- Через какое-то время необходимо научить мальчика ходить на горшок стоя, пользоваться унитазом (примерно в 3 года).

девочки

- Маленькие девочки обычно хорошо поддаются обучению и воспринимают хождение в туалет и мытье рук, как часть игры, особенно, если похвалить их за чистоту, опрятность.