**Приучение к горшку — тема волнительная.**

С какого возраста нужно начинать обучение и почему ребенок не ходит на горшок, разберемся вместе.

Некоторым родителям удается рано приучить ребенка к горшку. Те, у кого этот период затягивается, начинают волноваться. Возникают мысли: «А мой ребенок не умеет этого делать. Вдруг с ним что-то не так?»

Стоит ли переживать, если у знакомых годовалый ребенок уже освоил новый навык, а ваш малыш в три года все еще прекрасно себя чувствует в подгузниках, и по каким причинам ребенок не ходит на горшок.

Примерная нижняя возрастная граница для начала приучения к горшку составляет от 14 месяцев до 3 лет. Современные врачи рекомендуют не торопиться в этом вопросе. Процесс нельзя ускорить ранним началом или высокой интенсивностью обучения.

Существует система сигналов, отвечающая за мочеиспускание и дефекацию, формируется только когда организм ребенка достаточно зрелый. Поэтому можно усердно обучать полугодовалого ребенка ходить на горшок, но результат будет минимальным. Фактически, это аналогично попыткам научить новорожденного ходить. Ученые считают, что нельзя научить ребенка ходить на горшок, пока он не осознает эту потребность и сам не сядет на него!!!

**В результате проведенных в России исследований выяснилось, что подавляющее большинство родителей (до 95%) в нашей стране начинают приучать детей к горшку неоправданно рано, когда те еще не готовы к этому ни физиологически, ни психологически.**

Такое обучение растягивается от 12 до 15 месяцев, при этом полученные навыки оказываются нестабильными и легко утрачиваются. К тому же и дети, и их родители в процессе раннего «туалетного обучения» постоянно испытывают стресс и негативные эмоции!!!

Мальчики и девочки начинают контролировать свои физиологические потребности в разное время.

Существует три стадии контроля за мочеиспусканием: ранняя, средняя и поздняя.

Ранняя стадия. Ребенок понимает, что ему нужно на горшок. Но он еще не может потерпеть, чтобы дойти до туалета. Девочки: от 12 до 18 месяцев, мальчики: от 18 до 30 месяцев.

Средняя стадия. Способность удерживать мочеиспускание от 1 до 5 минут. Девочки: 18-24 месяцев, мальчики: 30-40 месяцев.

Поздняя стадия. Ребенок ходит на горшок и остается сухим весь день. Девочки: 2,5-3,5 года, мальчики: 3,5-5 лет.

Если не торопиться с приучением к горшку, то обычно процесс занимает примерно 7 месяцев

При оценке навыков не нужно учитывать, писается ли ребенок ночью, так как непроизвольные ночные мочеиспускания до 5 лет считаются физиологическим явлением.

В среднем приучение к горшку заканчивается в 36 месяцев. Но развитие у каждого ребенка индивидуально. Некоторые дети не полностью избавляются от подгузников до 4 лет.

**Если ребенок терпит, вместо того, чтобы пойти на горшок по-маленькому?**

Бывает, родители сталкиваются с тем, что ребенок отказывается писать в горшок. Важно помнить, что есть определенные нормы для количества мочеиспусканий в день:

для детей от года до 3 лет — 10-12 раз в сутки,

Нельзя, чтобы ребенок долго терпел, так как у него формируется привычка. В результате он может перестать чувствовать, когда ему нужно в туалет. Также могут возникнуть различные проблемы со здоровьем. Например, инфекция мочевыводящих путей и т. д.

Перечислим возможные причины, из-за которых малыш терпит, вместо того, чтобы сходить на горшок.

Медицинские проблемы. Убедитесь, что мочеиспускание не вызывает болезненных ощущений у ребенка.

Ребенок еще не готов к горшку. Возможно, стоит временно вернуться к подгузникам и отложить обучение на месяц. Это поможет избежать возникновения у ребенка невроза в этой сфере.

Негативное подкрепление. Если вдруг ребенок описался, родители его ругают. А когда сажают на горшок, малыш начинает с неприязнью относиться к этому процессу, испытывает чувство стыда и старается ходить в туалет как можно реже.

Слишком сильное эмоциональное давление или попытки принудительно усадить ребенка на горшок. Когда в семье все напряжены из-за того, сходил малыш на горшок или нет, это сказывается на эмоциональном состоянии ребенка. В результате ребенок хочет снять с себя такую ответственность и старается обходить стороной предмет, от которого так много проблем.

**Если ребенок ходил на горшок, а потом перестал**

**Такой регресс может произойти в ряде случаев.**

Под воздействием стресса: болезнь ребенка, появление в семье брата или сестры, переезд, новое место для сна и тд.

Неприятные ощущения ассоциируются у малыша с горшком.

Возможно, ребенок не до конца был приучен к горшку. Он это делал не самостоятельно и еще не осознавал связь: он хочет в туалет, поэтому идет на горшок. В результате с ребенком часто происходят «аварии», когда его уже переодели в трусики. Поэтому он хочет вернуться к подгузникам.

**Может ли отказ от горшка свидетельствовать о проблемах с развитием ребенка?**

Иногда родители могут неправильно связывать успехи ребенка в обучении горшку с его умственным развитием или оправдывать его нежелание учиться характером. Например, можно услышать такие реплики: «Он у нас такой упрямый (ленивый, непослушный), поэтому не ходит на горшок». В этом вопросе нужно учитывать характер и темперамент ребенка. Возрастные нормативы для приучения к горшку имеют широкие границы. Поэтому, возможно, малыш еще не готов к горшку.

**Умение пользоваться горшком зависит только от зрелости центральной нервной системы!**

**Может ли ребенок сам заинтересоваться горшком или его обязательно нужно приучать?**

— Да, ребенок может сам заинтересоваться горшком, если у него есть пример родителей и информация, для чего он нужен. Также если на малыша не давят и он сам выбрал этот горшок.

**Может ли ребенок миновать «стадию горшка» и сразу научиться пользоваться унитазом после подгузников?**

– Стадию горшка в принципе можно миновать. Главное, на унитазе должна быть специальная накладка, чтобы попа ребенка не проваливалась. Действительно есть детки, которые просто не хотят сидеть на горшке, им нравится чувствовать себя взрослым.

**Что нужно сделать родителям, чтобы процесс приучения прошел гладко?**

Когда будете покупать горшок, обязательно возьмите ребенка с собой и позвольте ему сделать выбор самостоятельно. Нужно, чтобы он ему нравился и вызывал положительные эмоции.

Сажать на горшок в максимально игровой форме. Покажите, как сидит на горшке кукла и любимая игрушка ребенка.

Обязательно поощряйте все удачи ребенка, когда ему удалось применить горшок по назначению. Ни в коем случае не фиксируйте его внимание на неудачах, если вдруг малыш пописал или покакал в штаны. Это вообще запрещено! Очень важно всегда взаимодействовать с ребенком на позитивном подкреплении.