

## **„CZAS NA NOCNIK”**

**Moja córeczka skończyła 18 miesięcy i chyba pora, żeby zaczęła korzystać z nocnika. Jak ją do tego przygotować?**

### ***1. Wybierz się z córką na zakupy***

Pozwól, by sama wybrała sobie nocnik, jaki jej się spodoba. Sprawdzonej sposobem jest kupno dwóch nocników – dziecko może wówczas decydować, z którego w danym momencie chce skorzystać.

### ***2. Bądź cierpliwa***

Dziecko potrzebuje czasu, aby opanować nową umiejętność. Pamiętaj, że proces ten odbywa się metodą prób i błędów.

### ***3. Chwal każdy wysiłek, jaki maluch włoży w naukę czystości***

Już sam fakt, że usiadł na nocniku jest godny docenienia. Bij mu brawo, przytulaj, całuj.

### ***4. Nie zapominaj o regularnym wysadzaniu dziecka***

Rób to nie tylko wtedy, gdy zaczyna się wiercić czy przebierać nogami, ale też po przebudzeniu i po wypiciu dużej ilości płynów.

### ***5. Zamień pieluchę na atrakcyjne majteczki***

Możesz też skorzystać z dostępnych na rynku pieluch wielokrotnego użytku, w których dziecko po zasiusianiu się odczuwa dyskomfort ( mokro, zimno ).

### ***6. Nigdy nie stosuj kar***

Karanie lub zawstydzanie dziecka za to, że zmoczyło majteczki, może być źródłem poważnych zaburzeń emocjonalnych w przyszłości.