



*Государственное учреждение
дополнительного образования
Тульской области
«Областной центр «ПОМОЩЬ»*

Как приучить ребенка к горшку
Как воспитать хорошие привычки

Метод третий



Метод 3



1. Присмотритесь, как ваш ребенок выражает потребность пойти в туалет.

Если вы научитесь распознавать признаки того, что ребенку нужно сходить в туалет, вы сможете его туда быстро отвести, и это также поможет вам поощрять ребенка пользоваться горшком вместо памперса.

- Распространенные признаки того, что ребенку нужно сходить в туалет, включают в себя: ребенок начинает заниматься чем-то другим или делает паузу; садится на корточки; хватается себя за памперс; его лицо краснеет.

- Вы можете помочь ребенку научиться самому распознавать эти признаки, задавая ему вопрос “Ты хочешь на горшок?” или “Тебе нужно покакать?”, сразу же как заметите эти сигналы. Поощряйте ребенка, чтобы он сам говорил о том, что ему нужно сходить в туалет.

- Будьте готовы к тому, что некоторые дети не захотят прерывать то, чем они занимаются, особенно если они играют или веселятся ради того, чтобы пойти на горшок. **Вам нужно будет много хвалить их, чтобы побудить их это сделать!**



2. Разрешите ребенку несколько часов в день походить без подгузников.

Многие родители рекомендуют снять с ребенка памперс и разрешить ему несколько часов в день бегать по квартире голым. Им понравится само ощущение, и они смогут научиться понимать сигналы своего тела о том, что нужно сходить в туалет, так как они не будут защищены памперсом.

- Знайте, что при применении этого метода будут случаи, когда ребенок напишет или накакает на пол, но может быть именно это и нужно, чтобы ребенок понял, для чего нужен горшок!

- Не сердитесь и не показывайте, что вы разочарованы, если ребенок описается или обкакается: просто спокойно уберите все и успокойте ребенка, что в следующий раз у него получится вовремя сходить на горшок. Если вы будете ругать ребенка, он может начать волноваться и сдерживаться.

- Многие родители отрицательно относятся к использованию специальных обучающих памперсов, потому что они так хорошо впитывают всю влагу, что ребенок не замечает мокрый он или нет. Без определенного чувства дискомфорта дети не могут научиться распознавать сигналы своего тела и, соответственно, не будут успевать вовремя дойти до туалета. Если же ребенок голый или на нем обычные трусики, он точно поймет, когда нужно пойти в туалет!^[5]

3. Сделайте поход на горшок частью утреннего или вечернего ритуала.

Пользование горшком должно стать для вашего ребенка обычной, повседневной частью каждого дня, и лучше всего это сделать, включив поход на горшок в уже существующий ежедневный распорядок дня ребенка.

- Сажайте ребенка на горшок после того, как он утром почистит зубы или перед вечерним купанием. Делайте это каждое утро и каждый вечер в обязательном порядке, и вскоре ваш ребенок будет сам запрыгивать на горшок



4. **Покажите ребенку, как правильно подтираться и как спускать воду в туалете.** Научите ребенка, как нужно подтираться туалетной бумагой до того, как убегать с горшка. Облегчите процесс, оставляя рулон туалетной бумаги (может быть, с каким-то рисунком) рядом с горшком. Особенно важно объяснить девочкам, что вытираться нужно спереди назад, чтобы не занести инфекцию.^[21]

- Наверняка первое время ребенку потребуется помощь, особенно после того, как он сходит по-большому, но хорошо, если ребенок будет тренироваться делать это сам.

- После того, как дело сделано, разрешите ребенку самому спустить воду и помахать ручкой на прощание, смотря как все смывается. Похвалите ребенка за хорошо выполненную работу!



5. **Напоминайте ребенку о том, что после того, как он сходил на горшок, нужно помыть руки.** Обычно дети торопятся вернуться к игре после того, как они сходят на горшок, но вы должны помнить о том, как важно, чтобы ребенок помыл руки прежде чем выходить из туалета.

- Чтобы создать правильную мотивацию для того, чтобы ребенок мыл руки, купите ему стул со ступеньками, чтобы ребенок мог легко

дотянуться до умывальника и купите антибактериальное мыло для детей яркого цвета, которое ребенку будет нравиться.

Научите ребенка песенкам, которые он может петь, моя руки. Так он не будет торопиться и мыть руки слишком быстро. Можете петь вместе с ребенком алфавит во время мытья рук и заканчивать только тогда, когда дойдете до буквы Я!

Составитель:

Сапронова Т.И., нач. ОМО, педагог-психолог

Источники:

1. <http://www.med.umich.edu/yourchild/topics/toilet.htm>
2. <http://www.mayoclinic.com/health/potty-training/CC00060>
3. http://www.huffingtonpost.com/steve-hodges-md/potty-training_b_1424826.html
4. <https://ru.wikihow.com/%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%83%D1%87%D0%B8%D1%82%D1%8C-%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0D0%BA%D0%B3%D0%BE%D1%80%D1%88%D0%BA%D1%8>
5. <https://ru.wikihow.com/%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%83%D1%87%D0%B8%D1%82%D1%8C%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0-%D0%BA-%D0%B3%D0%BE%D1%80%D1%88%D0%BA%D1%83>

Контакты:

Адрес: г. Тула ул. Буденного дом 50А

Телефон/факс:

+7 (4872) 31-22-53,

+7 (953) 195-64-81

E-mail:

gou.tcdk.pomosh@tularegion.ru