



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

## **Как сделать поход на горшок комфортным для ребенка**

### **Метод второй**



Тула 2019

## Метод2

**1. Познакомьте ребенка с горшком.** Дайте ребенку возможность привыкнуть к нему и понять, что горшок — совсем не страшная вещь, и его не нужно бояться. Поставьте горшок в игровую комнату, где ребенок может на нем сидеть полностью одетый, пока вы читаете ему книгу, или пока он играет в игрушки. Когда он полностью привыкнет к горшку или даже полюбит его, можно перенести его в туалет.

**2. Покажите ребенку, как пользоваться горшком.** Затем ребенку нужно понять, для чего ему собственно нужен горшок. Чтобы объяснить, можно снять с ребенка грязный памперс и переложить его содержимое в горшок. Объясните ребенку, что горшок — это то место, куда нужно какать и писать. Если вы сразу приучаете ребенка к унитазу, можно вытряхнуть в него содержимое использованного памперса и сказать, чтобы ребенок помахал ему ручкой на прощание в то время, как вы смываете воду.

- Также можете показать ребенку как пользоваться туалетом, взяв его с собой. Пусть малыш сядет на горшок в то время как вы будете сидеть на унитазе, и продемонстрируйте, как нужно это делать. Если повезет, это сподвигнет ребенка на то, чтобы использовать горшок как “большой мальчик” или “большая девочка”.

- Лучше, если мальчик пойдет в туалет с папой. Тем не менее, можете не пытаться научить мальчика ходить на горшок стоя, потому что это еще слишком сложно для них (да и беспорядка будет много). Пусть малыш пока писает и какает, сидя на горшке.



**3. Пусть ребенок сидит на горшке, по крайней мере, 15 минут в день.** Дайте возможность ребенку привыкнуть к горшку, позволив ему сидеть на нем 3 раза в день, по 5 минут. Хорошо, если у ребенка получится использовать горшок по назначению, но не волнуйтесь если этого не произойдет. Похвалите ребенка, что он попробовал, и объясните, что попозже можно будет попробовать еще раз.

- Если ему не терпится встать с горшка, попробуйте предложить ему книгу или игрушку, чтобы сидение на горшке не воспринималось ребенком как наказание.
- Никогда не заставляйте ребенка сидеть на горшке, если он не хочет. Это только вызовет сопротивление с его стороны, что помешает всему процессу.



**4. Используйте правильные слова.** Не путайте ребенка, употребляя иносказательные или не совсем ясные слова, чтобы описать процесс использования туалета или названия определенных частей тела. Используйте простые, понятные ребенку слова как “писать”, “какать”, “горшок”.

- Никогда не употребляйте слова “грязный” или “мерзкий” по отношению к естественным функциям организма, так как это может вызвать у малыша чувство смущения или стыда и отрицательно сказаться на процессе приучения к горшку.<sup>[1]</sup>
- Если ребенок будет испытывать чувство тревоги или стыда, он начнет терпеть, что может привести к проблемам со здоровьем, например, к запорам или инфекциям мочевыводящих путей. Поэтому очень важно, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно, пользуясь горшком.<sup>[3]</sup>
- Будьте откровенными с ребенком и скажите, что он должен гордиться, что он уже умеет правильно ходить на горшок. Это придаст малышу уверенности.



**5. Будьте рядом с ребенком, когда он сидит на горшке.** Дети могут очень волноваться насчет пользования горшком по целому ряду причин. Если они сидят на унитазе, они могут бояться упасть внутрь или бояться звука, издаваемого при смывании

воды. Другие дети могут воспринимать испражнения как часть самих себя и думать, что они что-то теряют, пользуясь горшком. По этой причине важно, чтобы вы всегда были рядом с ребенком, когда он сидит на горшке, хотя бы в первое время.

- Улыбайтесь ребенку, много хвалите его и всегда говорите мягким, успокаивающим голосом. Можете попробовать петь ему песни или играть с ребенком пока он сидит на горшке, чтобы он считал, что сидеть на горшке - это весело, а не страшно.

**6. Почитайте тематические книги с картинками.** Многие родители на своем опыте убедились, что чтение тематических детских книг очень помогает в процессе приучения ребенка к горшку. Эти книги часто написаны с юмором, содержат привлекательные картинки, которые ребенок может соотнести со своим опытом.

- Вовлеките ребенка в процесс чтения, задавая ему вопросы и прося показать определенные картинки. Когда закончите читать, спросите малыша, не хочет ли он сходить на горшок, как мальчик или девочка в книжке.

Вот некоторые популярные книги по данной тематике:

Алона Франкель “Жил-был горшок”, “Какают все” Таро Гоми и “Дайте мне мой горшок” Тони Росс.

**Составитель:**

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

**Источники:**

**<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](mailto:gou.tcdk.pomosh@tularegion.ru)**