

### Как помочь ребенку.

#### Учитесь распознавать сигналы, подаваемые ребенком.

Когда Вы поймете сигналы ребенка, важно проговаривать, что сейчас чувствует и хочет сделать ребенок. Если Вы заметили, что ребенок начал замирать или трогать трусики, важно, подойти и сказать: «Ты хочешь на горшок? Пойдем вместе, я тебе помогу» и вместе попробовать сесть на горшок. Это поможет ребенку в дальнейшем соотносить те ощущения, которые происходят с ним и с тем, что необходимо сесть на горшок.

#### Сокращайте время, проведенное в подгузнике.

Старайтесь, чтобы ребенок в течение дня находился в трусиках или штанишках, даже если он писает в трусики – ничего страшного. Эти ощущения помогут понять ребенку, что что-то произошло (в подгузнике эти ощущения не такие яркие). Не стоит ругать малыша, нужно спокойно помочь переодеться.

#### Помогайте своему малышу.

Помогайте ему снимать и надевать трусики, проговаривайте свои и его действия, не держите слишком долго на горшке, если малыш вырывается и не хочет сидеть, не стоит настаивать, лучше предложить посидеть на горшке чуть позже, хвалите, если у него получится сходить на горшок, это все будет закреплять важный для дальнейшей самостоятельности навык.



# Приучаем ребенка к горшку



Служба Ранней Помощи  
КГБУ СО «КЦСОН «Таймырский»

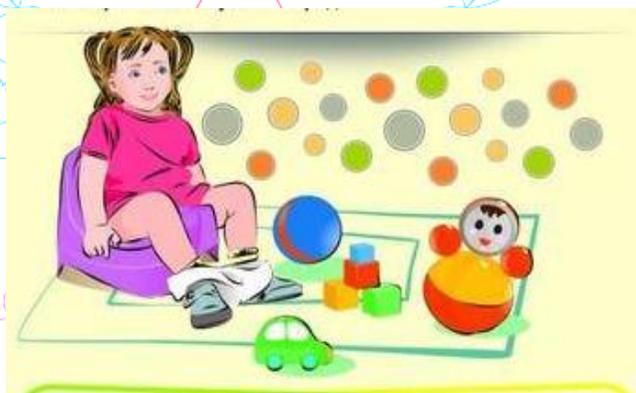
**Первое, что необходимо учитывать это – ПОЗА.**

Правильная, физиологическая поза для сидения хождения на горшке – это сидя. Важно учитывать, чтобы ножки ребенка устойчиво стояли на полу или подставочке – не висели в воздухе. Также важно, чтобы ребенок **УСТОЙЧИВО СИДЕЛ НА ГОРШКЕ** – не заваливался ни назад, ни в бок. Устойчивая, стабильная поза, поможет малышу чувствовать себя надежно и не бояться данного процесса.



**Подготавливаем пространство для горшка.**

Важно чтоб ребенок четко понимал, куда нужно ходить на горшок. Также важно, чтоб горшок был **ОДИН**, и ребенок идентифицировал его с процессом хождения в туалет, а не игрой. Но это не значит, что Вы не должны давать изучать, рассматривать горшок, это важный этап для ребенка – изучить **новый предмет**.



**Подбираем горшок.**

Очень важно, чтобы горшок, который начнет осваивать малыш был в зоне доступа, в привычном, **ОДНОМ** месте. Горшок должен быть удобен и нравиться ребенку. Важно, чтобы горшок был устойчивый, не скользкий и не прогибался под весом ребенка, малыш должен чувствовать устойчивую опору под собой.

Через некоторое время после выработки устойчивого навыка пользования горшком можно приучать малыша обходиться без подгузника и на улице.

Лучше всего в теплое время года.

- 1 Перед прогулкой предложите малышу сходить на горшок. Если не хочет, не настаивайте.
- 2 Не забудьте взять на прогулку с собой несколько пар штанишек (и, возможно, носочков).
- 3 Каждый раз после «аварии» на прогулке ласково объясняйте малышу, что произошло. И после этого переоденьте ребёнка.
- 4 Если малыш попросился, похвалите, ласково обнимите его или погладьте по голове, чтобы у ребёнка остались приятные эмоции.
- 5 После прогулки предложите малышу сходить на горшок.