



## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПРИУЧЕНИЕ К ГОРШКУ»**

**Составила: воспитатель I квалификационной категории**

**МБОУ «СОШ № 5» Шипульская Е. Н.**

## 10 трюков для приучения к горшку

### *Простые и эффективные методы, которые облегчат приучение ребенка к горшку.*

#### 1. Время.

Дайте себе и ребенку время.

Убедитесь, что человек готов к освоению горшка. Найдите в своем расписании дополнительные часы, чтобы потренироваться в новом умении. Не надейтесь, что все успеете в отведенное время. Скорее всего придется постараться еще немного.

Если времени нет, просто подождите. Рано или поздно большинство детей обучаются этому нехитрому навыку.

*Иногда приучение к горшку занимает всего несколько часов.*

*Значит, ребенок созрел физиологически и эмоционально созрел для этого. Или за вас постарались добрые бабушки.*

#### 2. Право на ошибку.

Даже ребенок, который приучился к горшку, иногда может забыть об этом. В стрессовых ситуациях первыми исчезают самые новые умения. Рождение братика, поход в детский сад или захватывающие приключения на каникулах - все, что требует от ребенка активных перемен в поведении может сыграть свою роль.

*Вполне возможно, что в привычных условиях ребенок все быстро “вспомнит”. Возраст 2-4 лет - время консерватизма. Даже небольшие перемены могут показаться ребенку очень значительными. Попробуйте увидеть мир его глазами - что поменялось?*

#### 3. Мотивация.

Необходима всем участникам процесса. Внутренняя мотивация - самый надежный помощник. Желание быть взрослым, как мама-папа-старшая подружка с дачи, работает безотказно. Но и внешняя мотивация может помочь на первых порах. Некоторые родители дают детям маленький подарок! за каждый поход на горшок. Обычно - это наклейка или конфетка.

*Попробуйте разобраться, что мотивирует и вас как родителя? Вы заметили, что ребенок готов контролировать свои выделения и решили ему помочь? Все говорят, что “уже пора”? Вы хотели бы сэкономить на подгузниках? Ребенок идет в детский сад? Знайте свои мотивы!*

#### 4. Терпение.

Даже если вы делаете все правильно, у ребенка могут быть другие планы. Одним детям не терпится сменить грязные штанишки, тогда как другим это совершенно не мешает. Это заметно еще на первом году жизни. Угадайте, кто приучится к горшку быстрее?

*Если ребенок категорически отказывается ходить на горшок, прекратите его учить. Возьмите тайм-аут на месяц. Обдумайте свои победы и поражения. Что можно в следующий раз сделать по-другому?*

## 5. Радость.

Дети в возрасте 1-3 лет очень трепетно относятся к своим выделениям. Сделайте приучение к горшку спокойным и приятным. Радуйтесь, когда все получается, и будьте терпеливы во всех остальных случаях. Не терзайте себя понапрасну. Большинство детей принимают тревогу и агрессию родителей исключительно на свой счет и долго чувствуют себя виноватыми.

*Не ругайте ребенка за испачканные штанишки. Он сделал это не специально и точно не хотел вас позлить. Просто у него пока не получается. В худшем случае дите решит, что не нравится вам целиком, а штанишки - только предлог. Вы же наверняка этого не имели в виду?*

## 6. Информация.

Знание о детской психологии помогает родителям адекватно воспринимать особенности того или иного этапа развития. В каком возрасте дети физиологически способны контролировать выделения? Чем отличается осознанный контроль от рефлекторного? Как ребенок воспринимает свои выделения в год? А в три? Какие трудности и страхи чаще всего встречаются у детей до трех лет?

*Среди ученых нет единого мнения, но никто не мешает вам изучить разные подходы. Здорово ответить себе на эти вопросы, чтобы ясно понимать, чего и когда ожидать от ребенка.*

## 7. Игры.

Подходите к процессу творчески.

Начните вместе с ребенком приучать к горшку любимого зайчика или куклу, а, может быть, и все подходящие игрушки. Наверняка, у них все получится. А ребенок будет счастлив поменяться ролями и превратиться в настоящего взрослого.

*Одна мама соорудила целое дерево достижений. Каждый раз, когда ребенку удавалось воспользоваться горшком, он вместе с мамой приклеивал на него наклейку с любимыми героями.*

## 8. Чтение.

В России тоже начали выходить книги о приучении к горшку. Обычно это истории о том, как некий замечательный малыш, несмотря на череду препятствий, все-таки обучается искусству использовать горшок по назначению. Если вы читаете по-английски, в вашем распоряжении десятки тематических историй.

*Нет возможности найти книгу? Придумайте историю сами. Главное, чтобы конец был хорошим. Дети очень ценят творчество родителей!*

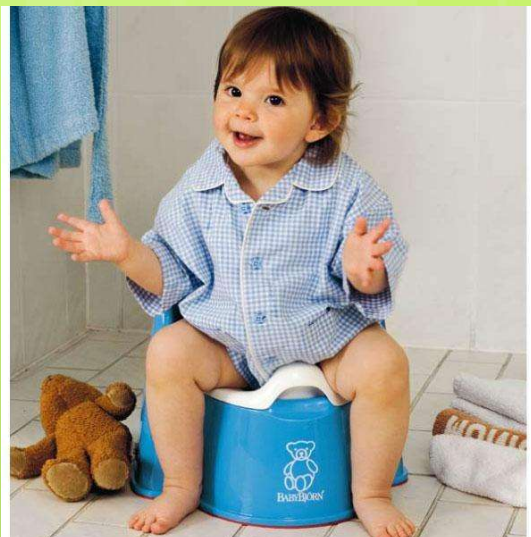
## 9. Покупки.

Дети обожают носить одежду “как у взрослых” или с рисунками любимых героев. Выберите вместе новое белье. Радуйтесь, когда получается сохранить обновки сухими. Обратите внимание на горшок. Некоторым чувствительным детям неприятен материал (слишком холодный или шершавый), форма (слишком маленький или большой) и даже цвет (вдруг, у вас растёт новый Пикассо?).

## 10. Гибкость.

Случается, что несмотря на все усилия родителей, ребенок отказывается пользоваться горшком. Если вы подозреваете что-то неладное - не ждите. Проконсультируйтесь со специалистами: педиатр, невролог, нефролог, психолог помогут найти ответ.

*Иногда все гораздо проще, чем кажется. Ребенок не хочет горшок, а мечтает сразу о взрослом туалете. В этом случае детское сиденье для унитаза мигом решит вопрос.*



# КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА К ГОРШКУ?

(рекомендации для родителей)

Подготовила: воспитатель  
первой квалификационной  
категории

Шипульская Е.Н.

# КОГДА ПРИУЧАТЬ К ГОРШКУ?

Задача приучения к горшку состоит в том, что бы данный от природы безусловный рефлекс сделать условным, подчинить его воле конкретного юного индивидуума.

Успешность переучивания определяется тремя факторами:

- ❑ состоянием (развитием) органов, принимающих непосредственное участие в процессах мочеиспускания и дефекации: мочевой пузырь, мочеиспускательный канал, прямая кишка, мышцы брюшного пресса, сфинктеры прямой кишки и мочевого пузыря (сфинктер-это особая мышца, сжимающая полый орган или замыкающая выход из него);
- ❑ состоянием (развитием) нервной системы, прежде всего, коры головного мозга;
- ❑ интенсивностью внешних воздействий или, проще говоря, педагогической активностью родственников;
- ❑ физиологически, способность контролировать сфинктер появляется раньше способности контролировать мочеиспускание.

Таким образом, рекомендуемое время приучения ребенка к горшку колеблется в достаточно широком возрастном интервале от 1-го года до 3-х лет!

# КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ГОТОВНОСТЬ РЕБЕНКА К ОБУЧЕНИЮ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ГОРШКОМ?

Существуют некоторые признаки, указывающие на психическую и физиологическую готовность организма к познанию туалетной науки:

- ❖ установление более-менее стабильного режима дефекации;
- ❖ способность более 1,5 – 2 часов сохранять подгузники в сухом состоянии;
- ❖ знание частей тела и название предметов одежды;
- ❖ знание или понимание слов «пописал», «покакал»;
- ❖ демонстрация отрицательных эмоций, как следствие пребывания в грязных (мокрых) подгузниках;
- ❖ стремление (умение) самостоятельно раздеваться;
- ❖ стремление (умение) самостоятельно входить-выходить из туалета;
- ❖ ребенок вам подражает;
- ❖ ребенок уверенно ходит, может садиться, нагибаться;
- ❖ ребенок может почувствовать необходимость сходить на горшок и может как-то выразить это желание;
- ❖ ребенок понимает обращенную к нему речь;
- ❖ может выразить простейшие желания, произносит первые слова.

# СПОСОБЫ ПРИУЧЕНИЕ РЕБЕНКА К ГОРШКУ

## Традиционный

1. Надо ребенка приучать к горшку с 6-8 мес. (как только ваш малыш научился сидеть).
2. Маме надо внимательно следить за своим ребенком и если она замечает первые признаки того, что ребенку надо в туалет, быстро сажать его на горшок при этом произносить стандартный сигнал- «а-а-а!» или «пись-пись-пись!».
3. Ребенка надо сажать на горшок через некоторое время после кормления, перед тем как пойти гулять, перед сном, один раз во время сна, после сна (если он проснулся сухим).





## Современный метод приучений к горшку ( рекомендуют западные специалисты)

1. Не стоит приучать ребенка к горшку до 2-летнего возраста.
2. Купите ребенку красивый горшок.
3. Лучше всего приучать ребенка к горшку летом, на нем мало одежды и ее легко снять.
4. Сажайте ребенка на горшок в течение дня несколько раз, если малыш сходил в него, не забудьте похвалить ребенка и объяснить, что в следующий раз, когда ему захочется какать или писать и он может воспользоваться горшком.
5. Горшок всегда должен быть на видном месте и желательно на одном и том же месте.
6. Сажайте на горшок ребенка туда после еды, после сна, и когда посчитаете нужным, но тут главное не переборщить!
7. В этот период подгузник лучше не использовать.
8. Ночью постелите малышу клеенку и поднимайте его 1-2 раза за ночь на горшок.
9. Если же он все равно будет писаться, значит мочевого пузыря ребенка еще недостаточно окреп и отказываться от подгузника в ночное время еще рановато.
10. Не стоит отказываться от подгузника и во время длительных поездок, пока ребенок сам уверенно не начнет просится на горшок.



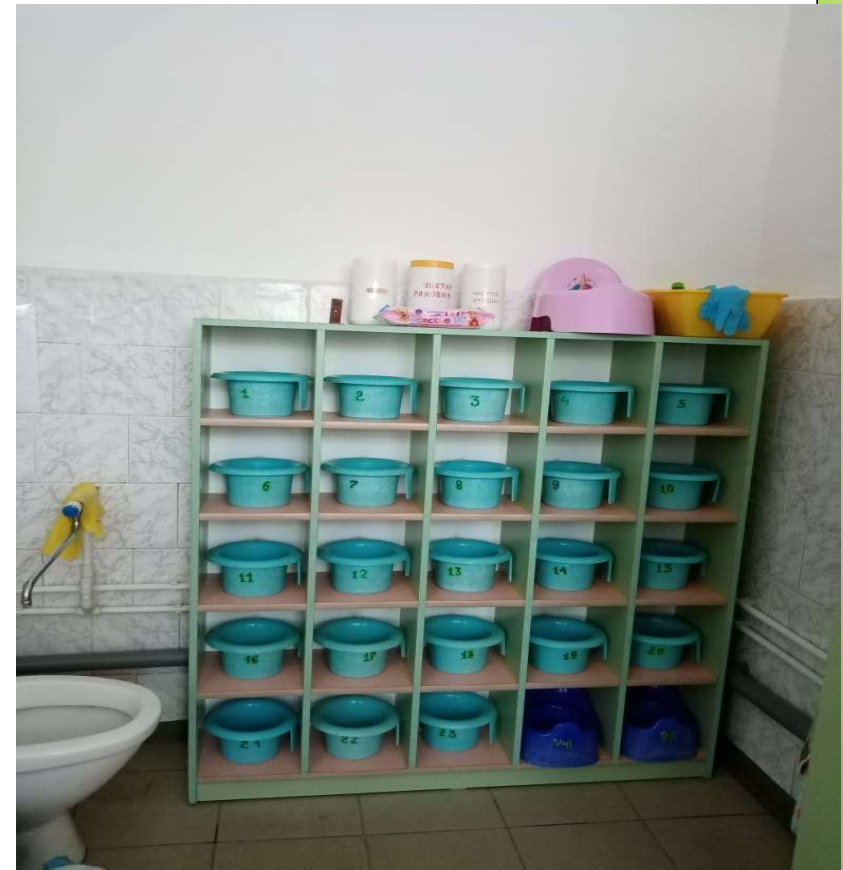
### Однако вам лучше выбрать другой способ если:

- подгузники вызывают у ребенка раздражение;
  - ваш малыш сам стал вам показывать, что хочет в туалет;
  - ситуация сложилась так, что ребенок должен научиться ходить на горшок к определенному возрасту.
- Например – требование детского сада.

## **ИТАК, ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА:**

- помимо готовности ребенка, должна быть и готовность взрослых;
- нельзя вырабатывать туалетные навыки лишь по воскресеньям или «в свободное от работ и хлопот» время;
- знакомимся с горшком, когда вероятность «процесса» максимальна: после сна, после еды, когда по поведению понятно, что пора;
- в случае успеха- очень-очень хвалим;
- важно, чтобы горшок воспринимался не как игрушка, а в качестве предмета совершенно определенного назначения;
- ставьте горшок на виду у ребенка, лучше всего- на полу комнаты, в которой ребенок обычно играет;
- следует научиться «ловить момент», когда ребенок хочет сходить в туалет;
- разрешайте ребенку находиться дома без подгузника если не получается - подождите. Закройте тему на 1-2 месяца, вернитесь к привычным для всей семьи подгузникам, не тревожьте понапрасну свою и детскую психику.







**ТЕРПЕНИЯ ВАМ И ЛЮБВИ  
К СВОЕМУ РЕБЕНКУ!**

## **В ЗАКЛЮЧЕНИИ НЕСКОЛЬКО ФАКТОВ**

**По данным исследователей ВОЗ к 2-ум годам уверенно горшком пользуются лишь 26% детей, к 2 годам и 3 месяцам- уже 52%, к 2-ум с половиной годам-85%, а к 3 годам-98% малышей.**

**Делайте выводы сами, но главное не слушайте никакие рассказы ваших знакомых об их детях, которые в этом возрасте уверенно ходили на горшок.**



## **НЕ ЗАБЫВАЙТЕ, ЧТО ВСЕ ДЕТИ ИНДИВИДУАЛЬНЫ!**