

Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Краевой центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»
Ресурсный центр "Растем вместе"

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ТЕМЕ:

**«КАК СДЕЛАТЬ ПРИУЧЕНИЕ К ГОРШКУ
БОЛЕЕ КОМФОРТНЫМ»**

подготовила:
педагог-психолог СРП
Мелихова В.И.

Август, 2019 года

Как сделать приучение к горшку более комфортным

- Начинать приучать ребенка к горшку рекомендуется возрасте около 1,5 лет. В более раннем возрасте ребенок просто не поймет, что от него требуется и для чего. Он еще физически и психологически не созрел.
- Выбирайте горшок вместе с ребенком, тот который ему понравится. Важно, чтобы он был удобен, сделан из пластика, не был слишком холодным.
- Спокойно объясняйте ребенку, что писать и какать нужно на горшке. Надеритесь терпения, объясняйте спокойным и доброжелательным голосом.
- Для начала поиграйте в горшок. Пусть мишка, кукла, зайчик захотят писать. Их нужно отвести на горшок. Хорошо, если это резиновая игрушка, с помощью которой можно наглядно продемонстрировать процесс. Через некоторое время ребенок захочет последовать примеру игрушки.
- Хвалите игрушки за то, что они сходили на горшок, хвалите ребенка даже за самый маленький шаг на пути к достижению цели.
- Обеспечьте возможность ребенку остаться одному рядом с горшком, оградите его от излишнего внимания взрослых.

Чего делать нельзя:

- Не стоит ругать, угрожать, запугивать ребенка, стыдить его за то, что он не ходит на горшок. Это создает негативные ассоциации у ребенка с горшком и только усугубляет положение.
- Не стоит оказывать сильное давление на ребенка, так он только сильнее будет стремиться обходить горшок стороной, таким образом пытаясь избежать проблему.
- Не стоит рассказывать о сложностях ребенка посторонним лицам в его присутствии. Это не понравится никому, даже самому маленькому человеку.

Почему ребенок упорно отказывается ходить на горшок, хотя все понимает

Он боится.

- Ребенок может бояться наказания, за то, что у него не получится. Поэтому будет терпеть до последнего. Он еще не знает, что рано или поздно организм победит.

Что делать: Важно заверить малыша в том, что вы не будете ругать его за неудачу, говорить о том, что рано или поздно все получится.

- Страх перед болью. Когда-то у малыша был запор, теперь процесс похода на горшок ассоциируется с болью.

Что делать: Разговаривайте с малышом, рассказывайте ему, что больно больше не будет, что какать – это не больно. И наберитесь терпения.

Он протестует.

- В раннем возрасте ребенок располагает очень ограниченным способом влияния на взрослых. Отказ от горшка является одним из них. Обратите внимание, не требуете ли вы от ребенка беспрекословного послушания? Если ребенок делает все, что говорит мама, исполняет все запреты только потому

что «мама так сказала», а в противном случае он будет наказан, тогда не ходить на горшок – единственное его самостоятельное решение.

Что делать: Объясняйте ребенку, почему вы просите убирать игрушки и почему не разрешаете смотреть мультики 2 часа подряд. Спрашивайте ребенка что он хочет одеть, куда пойти на прогулку, что бы хотел на обед, интересуйтесь его мнением.

- Аналогичная ситуация может возникнуть в случае травматичных для ребенка ситуаций: уход из семьи отца, рождение младшего брата, поступление в детский сад.

Ребенок не может выразить и прожить эмоции.

В процессе приучения к горшку ребенку приходится овладевать функцией «сдерживать-отпускать».

Тот же процесс в символической форме воспроизводится и при контроле над эмоциями. Например, ребенок сдерживает злость, обиду – возникает запор. Не может сдерживаться, устраивает истерики – не может контролировать и «туалетный вопрос».

Что делать: Проговаривайте чувства ребенка, объясните, что злиться, плакать – это нормально. Объясните ему причину этих эмоций. Поиграйте в игры «на злость», выделите время и место, когда ребенок сможет вылить, прожить свои эмоции, не причинив вреда (см. рекомендации для родителей агрессивных детей).