

## Как приучить к горшку?

- ✓ Как правильно организовать туалетное место?
  - ▲ С горшком, как и с самим процессом знакомства с туалетной церемонией, должны сложиться приятные ассоциации. Неверно требовать от малыша исполнения задач, если он боится этого предмета, получил негативный опыт первых высаживаний, место для отправления нужд находится в непривлекательном или неудобном, а порой и недоступном месте.
  - ▲ Есть некоторые лайфхаки, как сделать туалетное место привлекательным для чада:
    - ✓ Оно должно быть в пределах доступности малыша, на виду.
    - ✓ Горшок должен соответствовать критериям удобства для малыша. Необязательно выбирать горшки с функциями игр, но очень важно, чтобы ребёнку было комфортно сидеть на нем некоторое время.
    - ✓ Лучше не давать игрушки на горшке, тем более под запретом гаджеты. На первых порах можно предложить малышу посмотреть картинки в книжке, если нужно помочь сосредоточиться на процессе, не отвлекаясь на игровую деятельность. Ребенок должен запомнить ощущения на уровне тела, для этого надо стараться не отвлекать его внимание.
    - ✓ Сопровождать процесс могут приятная музыка, детские песенки, включаемые в этот период. Но всё индивидуально, кого-то из детей это может отвлечь.
    - ✓ Можно также предложить малышу посадить на соседний горшочек любимую куклу, мишку, машинку.
    - ✓ Сюжетную игру с усаживанием игрушек на горшок полезно практиковать вне туалета самого малыша, так как она помогает выстроить нужную ассоциацию. Ключ к успеху – действовать неторопливо, постепенно, системно, чтобы ребёнок и родитель получали удовольствие во время процесса и учились новому для обоих взаимодействию.

### ⚠ Чего точно нельзя делать?

При активных протестах не следует настаивать на просьбе, а тем более ругать, потому что у ребёнка может сформироваться негативное представление о процессе, что надолго задержит его желание ходить в туалет, а не в памперс или штанишки.

***В процессе нужно также избегать:***

- ✓ Отрицательной оценки действий малыша при его неудачах или протестах против горшка. Нужно выявить причину и поработать с ней, а не давить на ребёнка.
- ✓ Удерживать ребёнка на горшке силой, шлёпать, кричать, требовать какать или писать сразу, как высадили на горшок
- ✓ Делать подарки в случае успеха. Этот метод может принести хорошие результаты в первые эпизоды, но потом имеет риск перейти в детский шантаж. Похвалу лучше выражать объятием, приятными словами, поцелуем, благодарностью за сухие штанишки.
- ✓ Хвалить только за результат в горшке. Если малыш хотел сделать свои дела на горшок, сказал об этом, но не дотерпел, его следует похвалить за попытку, не акцентируя на неудаче.
- ✓ При закреплении навыка ребёнок достоин похвалы, если вылил результат своих усилий в унитаз, сам надел штанишки, убрал горшок на место, помыл руки после туалета.
  - ▲ Наибольшая проблема, с которой сталкиваются родители на этом пути – сопротивление ребёнка. Оно почти всегда является отражением негативного опыта, который малыш получил, поэтому преодолеть его бывает нелегко.