

Рутина (естественная жизненная ситуация): туалетные навыки

## КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ТУАЛЕТНЫМ НАВЫКАМ: ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ЛОГОПЕДА-ДЕФЕКТОЛОГА

*Материал подготовила логопед-дефектолог Регионального ресурсно-методического центра по комплексной реабилитации и абилитации детей-инвалидов и ранней помощи Демидова Мария Викторовна.*

Чтобы научить ребенка туалетным навыкам, он должен понимать свое тело, удерживать позу во время данной рутины, знать применение горшка.

*Важно помнить, что данные навыки требуют ежедневного повторения.*

**1 ШАГ:** Ребенок должен быть готов к освоению горшка. Он проявляет интерес к туалету, понимает, когда он сходил в туалет, требует жестами или словами сменить подгузник/трусики. То есть он испытывает дискомфорт и понимает причину этого.



**2 ШАГ:** Выбор горшка. К выбору туалетного аксессуара следует подойти со всей серьезностью. Горшок должен быть: пластиковый с закругленными мягкими краями; с резиновой накладкой для удержания горшка на месте; выбирайте спокойные цвета, без ярких орнаментов; без музыкального сопровождения, чтобы ребенок не отвлекался.

**3 ШАГ:** Знакомство с горшком. Расскажите ребенку, для чего нужен горшок, называйте вещи своими именами. Да, говорить слова «пописал» и «покакал» может быть не очень комфортно, но это физиология, и без нее не обойтись. Покажите, как пользоваться горшком. Посадите на



горшок медвежонка, зайца или куклу. Сюжетно-ролевая игра позволит закрепить паттерн поведения.



**4 ШАГ:** Найдите место для горшка. Горшок должен быть в зоне доступа. Если вы закрываете дверь в туалет, чтобы ребенок не бросал игрушки и другие вещи в унитаз, лучше держать горшок в углу детской комнаты или в ванной.

**5 ШАГ:** Снимите подгузник. Ребенок, который постоянно ходит в подгузнике, не научится ходить на горшок просто потому, что он не соотносит процессы в своем теле с результатом происходящего. Чтобы установить эту связь, ему нужно увидеть все своими глазами и прочувствовать самому.



**6 ШАГ:** Предлагайте горшок по «графику». Это не значит, что нужно завести будильник и сажать ребенка на горшок по часам. Нет. Здесь работает простое правило: горшок после сна и перед сном плюс через 15–20 минут после еды, а также перед прогулкой и после прогулки.

✓ Процесс приучения к горшку занимает от нескольких недель до нескольких месяцев. Если ребенок здоров, то он обязательно научится самостоятельно ходить на горшок. Главное в этом деле — родительское терпение и поддержка.