

Министерство труда и социального развития  
Новосибирской области  
Государственное автономное учреждение  
Новосибирской области  
«Центр социальной помощи семье и детям «Семья»



Методическое руководство для родителей

**«ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ РОДИТЕЛЕЙ В СЕМЬЕ, ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ  
ПРИУЧЕНИЯ К ГОРШКУ, У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ  
ЗДОРОВЬЯ»**



Новосибирск 2020

В сборник включены методические указания и советы для родителей по формированию навыков приучения к горшку, у детей с ограниченными возможностями здоровья.

Составитель: Я.С. Батаногова, учитель-дефектолог  
ГАО НСО «Центр социальной помощи семье и детям «Семья».

Приучение ребенка к горшку является важным этапом его развития и будущей социализации.

Особые дети требуют от родителей большего терпения, большей креативности и наблюдательности.

Приучение к горшку ребенка с **задержкой развития, с аутизмом, с другими нарушениями когнитивного и психоэмоционального развития** усложняется индивидуальными возможностями малыша.

## Особенности приучения к горшку особых детей.

### **5 основных моментов**

Родителям следует знать, что общие подходы приучения ребенка к горшку остаются такими же, как и для малышей с типичным развитием.

**1. Режим.** Перед началом обучения малыша пользованию горшком, родителям следует понять и зафиксировать для себя периодичность испражнений малыша по-маленькому и по-большому. Приучение какать и писать на горшок следует начинать с высаживания в «критические моменты». Как правило, это сразу после сна, после еды, после прогулки.

**2. Понимание «мокрых штанов»** Если вы начинаете приучать к горшку, то от памперсов следует отказаться. На первом этапе это можно сделать только на день. Ребенок должен увидеть и почувствовать процесс и последствия, ощутить дискомфорт. Оговоримся сразу – для многих ребятшек с особенностями развития или нарушениями мокрые штаны не имеют значения, малыши не реагируют на дискомфорт.

**3. Подражание** Хорошо работает «показ процесса» родителем соответствующего пола или старшим ребенком. Дети охотно копируют поведение взрослых. Здесь следует сказать, что для аутистов это часто не работает совсем.

**4. Поощрение** за правильно выполненную задачу, за удачную попытку, за попытку вообще. Поощрение работает всегда с любым малышом (кроме тяжелой степени патологии). Секрет в том, чтобы выбрать значимый вид поощрения. Для кого-то достаточно словесной похвалы и улыбки мамы, для кого-то более действенным будет получение любимого лакомства.

**5. Наблюдение** за изменением поведения ребенка, когда он хочет писать или какать. Очень важно уловить момент «подготовки» к процессу, успеть высадить в туалет, показать результат и поощрить. Это помогает сформировать осознанное отношение к туалету. Следует отметить, что с **аутистами** такой подход «наскоком» не работает.

## Чего следует избегать при обучении малыша навыкам туалета:

- ✘ **Наказание** за неудачную попытку или мокрые штаны однозначно признают вредным и специалисты, и опытные родители. Попытки наказать оттягивают процесс приучения к горшку, формируют у ребенка стойкое отторжение, вызывают активное сопротивление процессу.
- ✘ **Насильное удержание** на горшке вызывает эффекты, подобные наказанию – отторжение, сопротивление, избегание.
- ✘ **Превращение процесса в игру.** Игра с горшком и на горшке дезориентирует малыша, мешает понять и осознать суть процесса.



Родителям следует понимать, что особый ребенок потребует от них неординарного подхода. Приучение к горшку малыша с особенностями развития, с нарушением аутистического спектра, когнитивными и поведенческими патологиями потребует более длительного процесса и может быть отложено во времени на несколько лет (в сравнении с типичным развитием). Иногда приучение особых детей к горшку остается невозможным.

## КАКИЕ НАВЫКИ ВАМ ПОДСКАЖУТ, ЧТО РЕБЕНОК ГОТОВ К ГОРШКУ

- умеет нагибаться, садиться на корточки и вставать, не падая;
- может поднимать мелкие предметы;
- понимает речь взрослого и объяснения;
- сам произносит некоторые слова;
- может дать понять (сказать о своих потребностях);
- может потерпеть и контролирует свои нужды;
- не любит ходить в мокрых штанишках или в полном подгузнике;
- может просыпаться сухим и быть сухим в течении двух часов.

**Если эти навыки есть,** то можно аккуратно, максимально спокойно и доброжелательно, не вызывая негативных реакций, предложить ребенку воспользоваться горшком.

## Как выбрать горшок?

1. Горшок должен быть устойчивым и не переворачиваться.
2. Лучше выбрать пластиковый - он теплее и комфортнее.
3. Со спинкой, круглый для девочек и овальный, с ограничителем впереди, для мальчиков.



### Знакомство с горшком.

Горшок должен стоять на видном месте.

Если ребенок не хочет снимать штанишки и усаживаться на горшок, то настаивать не надо, пусть привыкает.

Чтобы выработать у ребенка навык пользования горшком, надо выполнять эту процедуру через определенные промежутки времени:

- после сна и перед сном,
- до еды и после еды,
- перед прогулкой и после.

Надо оставаться рядом с ребенком и доброжелательно поощрять его делать свои дела в горшок. Учить пользоваться туалетной бумагой.



## Нельзя:

- ✘ Начинать приучать ребенка к горшку если он болен.
- ✘ Ругать малыша, если он справил нужду в штанишки.
- ✘ Стимулировать мочеиспускание ребенка звуком льющейся воды, подобный рефлекс может плохо отразиться в позднем возрасте.



Умение контролировать свой кишечник полостью у ребенка формируется до 3х лет. До этого времени ребенок имеет полное право допускать «оплошности». Если к 4 годам ребенок сам не просится на горшок - это повод для обращения к врачу.



## Приучение к горшку ребенка с задержкой в развитии

Задержка в развитии задерживает и формирование навыков самообслуживания. Родителям следует быть готовыми к тому, что приучение к горшку ребенка с задержкой развития будет длительным и постепенным. Для ребенка с задержкой в развитии следует использовать больше наглядных примеров, чем словесных инструкций.

Малыша следует побуждать, поощрять жестами, мимикой, «материальным» подкреплением. Маме нужно понимать, что, несмотря на свой возраст и внешний вид, малыш может быть далеко «не созревшим» для обучения самостоятельному туалету. В осознанности процессов следует ориентироваться на реальный, а не календарный уровень развития.

Методы остаются общими, с поправкой на более долгий и медленный процесс.



## Как ребенка с ЗПР, СДВГ приучить к горшку

Усидеть на горшке несколько минут для таких малышей часто равносильно пытке. Они не только не хотят сидеть, но активно сопротивляются любой попытке усадить писать.

Часто здесь «не работают» мокрые штаны, поскольку малыш их просто не замечает. Хороший результат может дать режимное посещение туалета и значимое поощрение. Чаще это любимое лакомство. Чем старше малыш, тем осознаннее происходит процесс приучения.

В раннем возрасте разницы между мальчиками и девочками в посещении туалета нет. Все испражняются сидя, поскольку дефекация и мочеиспускание происходят одновременно. Следует учесть пол при покупке горшка, поскольку девочкам достаточно обычного, круглого, а мальчикам лучше приобрести вариант со специальной перегородкой (или выпуклостью) против разбрызгивания. Обучение мальчика писать стоя в горшок следует поручить папе или родственнику-мужчине.

## Как научить ребенка аутиста ходить на горшок?

Аутизм у ребенка вносит значительные коррективы в процесс приучения к туалету в сравнении с типичным развитием. Аутисты не реагируют на просьбы, не умеют проситься на горшок, игнорируют дискомфорт от мокрых штанов.

Проблемой в посещении туалета становятся пищевые предпочтения маленьких аутистов. Отсутствие в рационе достаточного количества клетчатки, заставляет ребенка сильно тужиться, что пугает или вызывает боль, неприязнь.

Начинать процесс приучения к туалету следует с корректировки меню и питьевого режима.

Следует добиваться ежедневного опорожнения кишечника и более частых позывов по-маленькому.

### ***Обратите внимание!***

Малыша-аутиста приучать лучше сразу к унитазу, поскольку, привыкнув к горшку, он может отказаться ходить на унитаз.

## *Примерный алгоритм того, как научить ребенка аутиста ходить на горшок*

- ✘ Спокойное нахождение в туалетной комнате до нескольких минут. Следует добиться того, чтобы не пугали громкие звуки спускаемой воды, специфика помещения в целом.
- ✘ Сидение на унитазе. Сначала в памперсе, потом без.
- ✘ Режимное высаживание на унитаз с поощрением в случае удачи.

Следует понимать, что обучение аутиста носит больше режимно-ритуальный характер, а не осознанно-подражательный. В процессе обучения следует создать рутину для посещения туалета и строго ей следовать. Так ребенок может привыкнуть выполнять необходимые действия без осознания цели.

Потешки, песенки,  
помогающие в формировании навыка приучения к горшку



Тёма, Тёма-малышок!  
Ты садись-ка на горшок,  
Не ходи угрюмый,  
Посиди-подумай!

\*\*\*

Это кто тут рано встал  
И к горшочку побежал?  
Это Ваня-молодец  
Настоящий удалец!

\*\*\*

Я пластмассовый горшок,  
Всем детишкам я дружок.  
Подбегайте и садитесь,  
Не стесняйтесь, потрудитесь!  
Вы штанишки снять успели?  
«Да! Успели! Еле-еле!»  
Мо-лод-цы!

Кто в горшок умеет какать,  
Никогда не будет плакать!





Прыг-скок, прыг-скок,  
Мы присядем на горшок.  
Мы поели, мы попили,  
Про него чуть не забыли!  
Послушные детишки  
Сделают делишки:  
А-а-а и пись-пись-пись.  
Только ты не торопись!

\*\*\*

Начинаем наш урок.  
Это что стоит? Горшок!  
Раз-два-три-четыре-пять -  
Будем мы штаны снимать!  
Присядем аккуратно.  
Знают все детишки:  
Очень неприятно  
Писаться в штанишки!  
Мы все сделаем, как надо.  
Мама будет очень рада

