

## Когда начинать? Признаки готовности ребёнка

Ваш ребёнок готов учиться, если он:

- **Понимает речь:** Выполняет простые просьбы («принеси», «покажи»).
- **Знает тело:** Может показать, где животик, ножки, попка.
- **Различает процессы:** Понимает разницу между «пи-пи» и «ка-ка».
- **Чувствует дискомфорт:** Старается снять мокрые или грязные штанишки.
- **Сигнализирует:** Может жестом или словом показать, что хочет в туалет.



Если большинство пунктов — про вашего малыша, пора начинать!

## Подготовка среды — основа успеха



Организуем пространство для удобства и самостоятельности:

1. **Горшок:** Один, удобный, простой, устойчивый. Поставьте в укромное место (не в проходе!).
2. **Одежда:** Простая, на резинке, без сложных застёжек. Никаких комбинезонов или джинсов!
3. **Корзины:** Рядом с горшком поставьте две корзинки — для чистого и грязного белья.
4. **Стульчик:** У раковины для самостоятельного мытья рук.
5. **Полотенце и бумага:** Разместите на уровне роста ребёнка.



## Выбираем правильный горшок и одежду

### Идеальный горшок:

- Простой и устойчивый
- Без лишних деталей и отвлекающих элементов
- С округлыми формами и удобный для сидения
- С прорезиненным дном (чтобы не скользил)



### Правильная одежда:

**ДА:** Штаны/шорты на резинке, свободные трусики из хлопка.

**НЕТ:** Комбинезоны, боди, джинсы, платья (мешают быстро снять).

*Цель:*

*ребёнок должен легко справиться сам.*

## Как вести себя родителям?

### Ключевые принципы

1. **Спокойствие:** Не ругайте за «аварии». Просто помогите убраться.
2. **Пример:** Покажите на собственном примере, как пользоваться туалетом.
3. **Ритуал:** Предлагайте сходить на горшок после сна, еды, перед прогулкой.
4. **Самостоятельность:** Пусть ребёнок сам выливает содержимое горшка и моет руки.
5. **Доверие:** Верьте в силы ребёнка и не возвращайтесь к подгузникам «на всякий случай».



*Помните:*

*ребёнок учится на последствиях.  
Мокрые? Значит, надо переодеться.*

## Что ещё поможет?

- Начинайте обучение летом, когда на ребёнке меньше одежды.
- Используйте многоразовые трусики — они экологичны и помогают ребёнку понять связь «пописал — стало мокро».
- Если есть старшие дети, разрешите малышу понаблюдать за ними — это лучшая мотивация!



### Мы всегда на связи:

г. Тюмень, ул. Уральская, д.60/1

**Телефон:** 8 (3452) 51-77-03

**Сайт:** [ранняяпомощь72.рф](http://ранняяпомощь72.рф)

*У вас всё получится!*



Региональный центр сопровождения  
и комплексной реабилитации  
инвалидов

## Освоение горшка.

**Как помочь ребенку  
освоить горшок без стрессов  
и сопротивления**

