

«Привет, горшок!»

Как приучить ребенка к горшку? Ответ на этот вопрос не дает покоя родителям детей, которым исполнился год. Как ни странно, но в этом возрасте ребенка вдруг перестают считать маленьким: сажают за общий стол, требуют, чтобы он ходил на горшок, и даже отлучают от груди. Сразу хочется сказать, что данное поведение не является правильным. В истоках подобных ошибочных убеждений постараемся разобраться, а также рассмотрим правила успешного приучения ребенка к горшку.



Медицинский взгляд на сроки приучения ребенка к горшку

Чтобы понять, почему ребенок не просится на горшок после первых попыток приучения в районе года, рассмотрим его физиологию. На первом году жизни мочеиспускание и стул у ребенка являются рефлексорными. То есть данные процессы происходят вне зависимости от желания ребенка. Малыш никак не ощущает наполнение мочевого пузыря или прямой кишки и тем более не может регулировать данные процессы.

После года дети начинают чувствовать наполнение прямой кишки, а ближе к двум годам – заполнение мочевого пузыря. Именно поэтому педиатры рекомендуют начинать высаживать малыша на горшок в 18 месяцев. В этом возрасте ребенок уже физически подготовлен к знакомству с горшком. Показателями того, когда сажать ребенка на горшок, служат следующие критерии:

- Малыш способен оставаться сухим 2 и более часов;
- Ребенок просыпается сухим после дневного сна.

Данные утверждения – прямое доказательство того, что пришло время научить ребенка пользоваться горшком. Мочеиспускательная система достаточно развита, чтобы удерживать мочу. Нервная система способна контролировать мочеиспускание. Другими словами, теперь ребенок может терпеть.

Раннее приучение ребенка к горшку – это хорошо?

Родители, которые рано начинают задаваться вопросом, как приучить ребенка к горшку, все же надеются на удачу. Примером для них служат дети, которые научились это делать еще в 8 и 10 месяцев. Как же родители смогли приучить их к горшку в столь раннем возрасте, если считается, что это невозможно?

Процесс мочеиспускания и дефекации у таких детей совершается на уровне условного рефлекса. Другими словами, ребенка сажают на горшок и начинают произносить «пись-пись-пись» или «а-а-а». Держат малыша на горшке до тех пор, пока он не сделает необходимое «дело». В результате на данные слова у ребенка вырабатывается рефлекс.

Но выработка рефлекса – это не то, к чему нужно стремиться. Цель родителей – объяснить, зачем нужен горшок, как и когда им пользоваться. У деток, которых рано приучили к горшку, на втором году жизни часто проявляется беспричинный (как кажется родителям) отказ от него – малыш не садится на горшок. Все объясняется детским протестом – ребенок наконец-то начинает чувствовать позывы в туалет, а его по-прежнему заставляют ходить на горшок под «пись-пись» и «а-а-а».

Способы приучения ребенка к горшку

Чтобы процесс приучения к горшку не затянулся и не отнял много сил, нужно начинать примерно в 1 год и запастись терпением. Сделать привыкание к горшку более эффективным поможет соблюдение следующих правил:

1. Правильный выбор горшка;
2. Знакомство малыша с горшком;
3. Совершение первых попыток сходить на горшок в наиболее благоприятное время;
4. Закрепление результата.

При выборе горшка следует отдавать предпочтение моделям, выполненным по анатомическим формам ребенка. Горшок должен быть удобным, устойчивым и нехолодным. Его высота тоже должна подходить малышу. Самый распространенный вариант – пластиковый горшок-кресло. Он давно обошел по популярности своего предшественника – керамический горшок.

После покупки горшка малыша нужно с ним познакомить. Стоит показать ему нового «пластмассового» друга, рассказать, зачем он нужен. Также можно предложить ребенку посидеть на горшке пока в штанишках. Чтобы рассказ о необходимости горшка лучше запомнился ребенком, покажите, как им пользоваться на примере игрушек. Наберите в любимого резинового мишку немного воды, поиграйте им и скажите, что он захотел в туалет. Тут же посадите мишку на горшок и нажмите на него, чтобы потекла водичка.

Через несколько дней можно высаживать самого малыша на горшок. Делать это лучше всего в наиболее удобное время:

- Утром после сна;
- Перед едой и после нее;
- Перед дневным сном и после него;
- Перед прогулкой и после нее;
- Перед ночным сном.

Каждый раз, когда у малыша получится сделать то, чего от него хотят, хвалите ребенка. Но это должна быть только похвала, а не поощрения в виде конфет и игрушек.

Последний этап программы, как ребенка приучить к горшку – это закрепление результата. Спустя несколько месяцев регулярных высаживаний, малыш может сам попроситься на горшок. Но это не значит, что после первого самостоятельного раза всегда все будет получаться – маме предстоит поменять не одни детские штанишки! Дети часто заигрываются и забывают обо всем на свете, поэтому если родители замечают, что малыш давно не ходил в туалет, стоит напомнить ему об этом. Также не нужно резко отрицательно реагировать на неудачные попытки.

Почему ребенок боится горшка?

Одной из самых неприятных ситуаций для родителей является та, когда ребенок боится горшка. Причины могут быть самые разные. Например, малыша сразу же после дневного сна – еще теплого, сонного – усадили на холодный горшок. Также отбивает желание «общаться» с горшком долгое сидение на нем. Поэтому максимум времени, которое на нем должен ребенок провести – 10 минут.

Довольно часто боязнь горшка развивается у тех детей, на которых кричат из-за неудачных попыток приучения. Именно поэтому родители должны набраться терпения, если хотят добиться в этом деле успеха. Горшок должен находиться в спокойном месте, где малыш сможет сосредоточиться. Резкие звуки или другие происшествия, которые могут испугать ребенка, способны надолго отбить охоту даже подходить к горшку. Впоследствии справиться с подобной боязнью можно будет лишь при помощи психолога.

Если ребенок не ходит на горшок – не отчаивайтесь, не теряйте терпения и ни в коем случае не кричите на малыша. Подождите. Он должен осознать, что от него требуется, и научиться управлять собственным телом. Иногда на это уходят месяцы, но результат того стоит! Наступит день, когда малыш сам попросится в туалет и будет рад тому, что у него все получилось.