Консультация для родителей

«Приучаем ребенка к горшку»

Одной из самых сложных проблем для родителей является процесс приучения малыша к горшку.

Мнения специалистов по этому поводу расходятся. Некоторые считают, что малыша надо высаживать на горшок, как только он научится сидеть, но при этом не полностью сажать, а держать на весу. Противники подобно метода говорят о том, что ребенок, таким образом, не учится отправлять естественные потребности, а лишь реагирует на звуковую команду. Многие родители в наше время предпочитают пользоваться памперсами и ждать, пока малыш «дозреет» до желания самому сесть на горшок. В любом случае проведение некоторой подготовки к процессу не помешает.

Чем раньше вы начнете процесс приучения к горшку, тем больших усилий это от вас потребует.

Приучение к горшку тем успешнее, безболезненнее и проще, чем выше уровень физиологического развития ребенка.

Практический опыт подтверждает вышесказанное: дорога к горшку полна слез, детских воплей, труда и разочарований, но только тогда, когда вы отправились в путь слишком рано.

Есть несколько важных моментов, которые нужно учесть. Когда Вы впервые будете высаживать малыша на горшок он должен быть сухим и теплым. Не давайте ребенку игрушек и не держите его на горшке дольше 7 минут. Ни в коем случае не заставляйте малыша, если он не хочет. У него должно быть хорошее настроение и, желательно, пример для подражания. В определенный момент малыш заинтересуется, что делают взрослые в туалете? Кроме того, важно знать, когда он обычно делает свои «большие и маленькие дела», и стараться высаживать его именно в это время. Часто ребенок хочет в туалет в следующие моменты: после сна, после еды, после прогулки. Если Вы чувствуете, что малыш давно не ходил в туалет, предложите ему горшок. Ребенок может заиграться и не понять, что ему хочется.

Существуют установленные специалистами физиологические нормы.

1. Естественный переход к контролю над выделениями начинается после года и активно «дозревает» в течение второго года жизни.
2. Средний возраст выработки более-менее устойчивых «горшечных» навыков колеблется в интервале от 22-х до 30-ти месяцев.
3. Стойкие условные рефлексы формируются к трехлетнему возрасту.

Все вышеизложенное – теория, предшествующая последующим практическим рекомендациям. Но перед тем как перейти к конкретным советам, хочется еще раз подчеркнуть: попытки приучения к горшку ребенка в возрасте до года могут привести лишь к экономии подгузников (что немаловажно), но никакого отношения к формированию осознанного контроля над выделительными функциями эти попытки не имеют.

Для того чтобы процесс прошел максимально гладко, следует знать некоторые признаки, указывающие на психическую и физиологическую готовность организма ребенка к познанию туалетной науки.

К таким признакам относятся:

- установление более-менее стабильного режима дефекации;

- способность более 1,5-2 часов сохранять подгузники в сухом состоянии;

- знание частей тела и названий предметов одежды;

- знание или понимание слов «пописал» и «покакал»;

- демонстрация отрицательных эмоций, как следствие пребывания в грязных (мокрых) подгузниках;

- стремление (умение) самостоятельно раздеваться;

Самый достоверный признак: любым способом – словом, кривлянием, конкретными звуками, жестами, передать родителям слово «хочу».

Однажды малыш обязательно даст Вам понять, что ему мокро и неуютно, а может быть, даже сам снимет штанишки. Не скупитесь на похвалы, ведь каждое его маленькое достижение на самом деле является большой победой и шагом во «взрослую» жизнь.

Самым маленьким помогут короткие забавные стихи. Ритмичная речь легко воспринимается ребенком и вызывает положительные эмоции. Это позволит в дальнейшем обойтись без негативного отношения к горшку.

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!

Вот рекомендации, соблюдение которых позволит вам максимально ускорить процесс приучения:

- Если до приучения к горшку ребенок все время проводил в подгузниках, то придется их снять. Почему?

- Малыш должен изучить свое тело, чтобы знать, для чего нужны попа и половые органы.

- Он должен установить связь между позывами и следующими за ними отправлениями. Для этого он должен увидеть акт мочеиспускания и дефекации. И не один раз.

- Необходимо на примере показать, когда и как пользоваться горшком.

Для этого нужно понаблюдать за ребенком. Вы заметите, что перед тем, как справить нужду, он проявляет недовольство или затихает (напрягается, кряхтит), и в этот момент вы предлагаете малышу горшок. Хорошо, если ребенок еще и на примере взрослых или старших детей увидит, куда и как справляется нужда.

Голенькому малышу не придется ничего снимать, чтобы сесть на горшок.

Горшок должен быть в пределах видимости и досягаемости, то есть на полу в детской комнате, пусть ребенок познакомится с ним, посидит, если захочет.

Предлагать малышу горшок надо со словами, поясняющими, зачем он нужен: «Солнышко, давай пописаем (покакаем) в горшочек... Горшочек нужен для того, чтобы в него писать и какать... Куда надо писать (какать)?».

Каждый раз после «аварии», ласково напоминайте ребенку о существовании горшка: «Солнышко, куда надо писать?». Можно выразить свое разочарование, но, ни в коем случае не ругайте малыша, и не заставляйте его садиться на горшок, чтобы у него не выработалось отвращение к этому предмету. Будьте спокойны и терпеливы!

Если горшок был использован по назначению, похвалите и ласково обнимите малыша или погладьте по голове, чтобы у ребенка остались приятные эмоции, связанные с применением горшка.

Предлагайте малышу горшочек сразу после каждого сна, а также после еды.

Чтобы сходить в туалет, необходимо расслабиться. В стрессовой ситуации, в незнакомой обстановке, при посторонних людях малыш не может хорошо расслабиться и сходить на горшок. Необходимо это учитывать при приучении к горшку.