ПРИУЧАЕМ К ГОРШКУ, ИГРАЯ.

Когда и как приучать ребенка к горшку? Думаю, это самая животрепещущая тема для родителей, имеющих малыша. Очень часто дорога к горшку сопровождается детскими слезами и родительскими разочарованиями. Почему же? Давайте разбираться. В раннем возрасте ребенок пока не может контролировать выделительные функции своего организма. Такие процессы, как мочеиспускание и дефекация подчиняются безусловным рефлексам, а задача освоения горшка состоит в том, чтобы данный рефлекс подчинить воле малыша. Успешность будет определяться, прежде всего, развитием органов, которые принимают участие в этих процессах, состоянием нервной системы, и активностью внешних воздействий, например, педагогической активностью членов семьи.

Чем раньше вы начнете процесс приучения к горшку, тем больших сил это от вас потребует, прежде всего, моральных и физических. Приучение к горшку станет более успешным в случае, если ребенок будет развит физиологически. Некоторым весьма энергичным родителям удается добиться хороших результатов даже в конце первого года жизни. Они заявляют с гордостью, что ребенок чуть ли ни с 8 месяцев ходит на горшок при произнесении побудительных к туалету слов «пи-пи» или «а-а». Ничего удивительного в этом нет. Если это многократно повторять, то можно быстро получить условный рефлекс, а это не совсем то, что требуется нам.

 И вскоре родителям придется пожинать плоды за ранние успехи. И вроде бы талантливый ребенок, который сидит на горшке чуть ли не с 7 месяцев, вдруг перестает это делать. Это наступает время, когда формируется тот самый естественный контроль над выделениями. Мочевой пузырь-то пустой, а родители пристают сесть на горшок.

Цепочка должна быть другой. Сначала должно быть наполнение мочевого пузыря, потом горшок, а потом мочеиспускание. Мотивом к горшку должна стать все-таки физиология, а не звуковой раздражитель.

Однако, время, когда сформируются рефлексы у ребенка очень индивидуальны, ребенок может начать осознанно общаться с горшком и в год, но и ситуация, когда и в 3 года ничего не получается тоже не редкость. В этом и есть серьезная проблема. Родители активно стараются повлиять на процесс: заставляют сесть, не дают встать с горшка, наказывают за лужу в комнате. И как следствие получают истерики, отвращение ребенка к процессу, к горшку и навязчивым родственникам, а также расшатывают свою нервную систему.

Если не получается – подождите. Забудьте о горшке на несколько месяцев, вернитесь к памперсам и пока не беспокойте свою и детскую психику.

 Педиатры считают, что есть физиологические нормы. Так устойчивые «горшечные» навыки вырабатываются приблизительно в интервале от 20-22 месяцев до 30 месяцев, а стойкие условные рефлексы – к 3-хлетнему возрасту.

 Если начнете знакомить малыша с горшком в возрасте до года, то это пока не приведет к формированию осознанного контроля над выделительными функциями. Плюсом станет только экономия на подгузниках. Поэтому, рекомендуемое время приучения малыша к горшку колеблется примерно от 1 года до 3 лет.

 Для того, чтобы процесс приучения проходил максимально гладко, следует обратить внимание на некоторые признаки, которые указывают на готовность организма ребенка к познанию туалетной науки. И эта готовность должна быть и психическая и физиологическая. К таким признакам будут относиться:

* Есть уже более или менее стабильный режим мочеиспускания (дефекации)
* Малыш уже может находиться сухим в подгузниках 1,5-2 часа
* Различает части тела и названия предметов одежды
* Может показать всем своим видом, что ему дискомфортно находиться в мокром подгузнике
* Знает, где находится туалет
* Понимает слова «пописал» и «покакал»
* Стремление (умеет) самостоятельно раздеваться

Теперь познакомимся с горшком.

* Горшок должен быть устойчивым и удобным. Дайте время малышу, чтобы он его изучил, потрогал, рассмотрел и привык к нему.
* Горшок поставьте в комнате ребенка.
* Желательно, чтобы горшок был без лишних наворотов, и он должен восприниматься не как игрушка, а как предмет, используемый по определенному назначению.
* Важно также, чтобы в семье была единая стратегия поведения по вопросу приучения к горшку.

И еще на что нужно обратить внимание, приучая к горшку: Не только ребенок должен быть готов к освоению этой науки, но и его родители. Ведь в период перехода от подгузника к горшку увеличится и время на общение родителей с малышом. Туалетные навыки нельзя вырабатывать только в определенные дни или только в те дни, когда ожидается приезд кого-то из родственников.

Туалетное обучения лучше проводить, когда в семье все хорошо.

Лето также лучшее время приучения к горшку. Летом можно выходить на прогулку в обычных трусиках, взяв на смену еще одни.

Хорошо, если в вашей семье есть старшие братья или сестры. Подражая им, малыш быстрее познает «туалетную науку».

Ловите моменты, когда он попросится в туалет. А также желательно высаживать малыша каждый раз перед сном и после него, перед прогулкой и после нее, а также после еды.

Даже за маленькие успехи обязательно хвалите. Каждый удачный поход на горшок должен сопровождаться искренней и полной восторга похвалой. А в случае неудачи свои огорчения малышу старайтесь не показывать.

Не высаживайте насильно на горшок, не контролируйте чересчур и не ругайте за ошибки.

И еще, малышу бывает очень интересно посмотреть на результаты своих «трудов». Не кричите: «Фу, это бяка!», а позвольте малышу донести горшочек с содержимым и смыть в унитаз. И обязательно похвалите за это!

Нужно ли использовать одноразовые подгузники во время приучения к горшку? Более старшее поколение считает, что без памперсов малыш быстрее освоит горшок, т.к. не сможет долго расхаживать в мокром белье и поэтому будет стремиться к комфорту. Но исследования показали, что на сроки привыкания к горшку подгузники никак не повлияют. Малыш в подгузниках чувствует себя более уверенно, поэтому отказываться от них нужно постепенно. К тому же подгузники очень пригодятся для поездок на дальние расстояния, на прогулке в прохладное время года и ночью.

Не приучайте малыша к горшку, если в семье родился еще один малыш, сам ребенок плохо себя чувствует, в семье кризис или родители разводятся, произошла серьезная потеря в семье.

Уважаемые родители! Думаю, что вы не знаете таких детей, которые стали бы посещать школу, не умея справлять нужду! Поэтому, будьте уверены, что если у ребенка нет никакой серьезной патологии, то он обязательно научится контролировать свои естественные потребности, дайте только время.

Удачи!

Павлова Алла Викторовна, педагог-психолог

 Службы психолого-педагогического сопровождения

 ГБОУ Школа № 1590 им.В.В.Колесника