

# КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТУАЛЕТОМ

Умение ходить на горшок – это, пожалуй, один из первых навыков, которые называются социальными, т.е., необходимыми для жизни в обществе. Вот почему родители ребенка, который рано научился делать это, испытывают такую гордость – ведь это настоящий успех, который по достоинству оценят другие люди!

Прежде всего, родителям следует помнить, что темпы развития детей могут быть разными, поэтому если ваш ребенок не имеет серьезных проблем со здоровьем, хорошо играет, ест и спит – не стоит волноваться, если его не беспокоят мокрые штанишки у него пока не возникает желания ходить на горшок.

Как правило, первые попытки контролировать свои физиологические функции у ребенка могут появиться к 1,5 – 2 годам, хотя есть много здоровых детей, которые начинают делать это в 3 – 4 года. Ребенок может продолжать увлеченно играть, не обращая внимания на мокрые или грязные штанишки, или, даже может начать играть со своими фекалиями. В этом случае ни в коем случае нельзя громко кричать на ребенка или выражать свое презрение к нему. Ребенок просто не поймет причины вашего негодования, а если такие ситуации повторяются, то у ребенка может возникнуть бессознательный страх перед естественными отправлениями и он будет стараться подолгу удерживать мочу и кал, что создаст другие серьезные проблемы

Овладение сфинктерами (мышцами, которые перекрывают мочевой пузырь и кишечник) как и другими мышцами тела, требует некоторого времени. Кроме того, осознание чувства наполнения мочевого пузыря или кишечника – это тоже достаточно сложный навык ( хотя взрослым кажется, что это элементарно). Поэтому обычно процесс приучения к горшку должен происходить постепенно. Наблюдательная мама подмечает едва уловимые признаки беспокойства и некоторого напряжения ребенка и может ненавязчиво помочь ребенку воспользоваться горшком. При успехе можно выразить радость, одобрение, похвалить то, что находится в горшке (только не чересчур). При отсутствии желаемого результата надо доброжелательно погладить его по голове и сказать, что скоро он подрастет, и у него это будет получаться как у взрослых.

Очень хорошо, если ребенок видит, как это делают другие дети, а если в семье нет детей, то нет ничего плохого в том, что родитель покажет ребенку, что он делает в туалете.

Очень успешны обычно оказываются игры, в которых мама, используя игрушки, разыгрывает короткий сюжет, в котором с помощью какой — нибудь куклы или зверушки показывает этот процесс и обязательно дает ребенку возможность убедиться, что в результате оказалось в горшке (можно воспользоваться чаем и пластилином). Обычно ребенок очень радуется и с удовольствием повторяет эту игру с другими игрушками. Не надо торопиться и тут же требовать того же от ребенка. Лучше дать ему возможность самому захотеть этого, или проделать это рядом с куклой.

Мама может превратить этот процесс обучения в веселую, увлекательную игру. Такой творческий подход может стать для ребенка хорошим примером того, что осваивать какие-то навыки и вообще учиться чему-то – это очень интересно.

Если мама или бабушка начинают уделять этому слишком большое внимание, постоянно контролировать ребенка, напоминать ему об этом – результат может быть прямо противоположным или ждать его придется очень долго. Постарайтесь не стать жертвой собственного самолюбия и не вызвать невротических расстройств у ребенка и у себя только потому, что услышали восторженный рассказ мамы другого годовалого малыша о том, как он

уже проситься на горшок. Как показывает практика, процессы обучения любым новым навыкам идут гораздо успешнее и быстрее, если не торопить ребенка. Это как раз тот случай, когда лучше начать позже, чем преждевременно.

Известная американская психолог Эда Лешан, описывает, как в свое время она проявила нетерпение в этом вопросе со своей годовалой дочерью. Она была очень встревожена, рисовала себе самые мрачные перспективы и обратилась с этой проблемой к врачу. Доктор выслушал ее и заверил, что он уверен — к тому времени, когда ее дочь будет выходить замуж, она будет прекрасно уметь пользоваться туалетом. Эда говорит, что она была настолько расстроена этой проблемой, что не смогла оценить в то время юмор доктора и не была уверена в том, что его предсказания исполнятся. Теперь, когда она уже бабушка, она пишет — «Это действительно был очень хороший доктор! Моя дочь решила эту проблему много раньше своего замужества!»