

Дорога к горшку

Наблюдая за ребенком, сравнивая его с другими детьми, общаясь с друзьями-подругами, нормальные любящие родители постоянно ищут доказательства того факта, что «наш не хуже других». И именно поэтому жизнь нормальных любящих родителей состоит из огромного количества переживаний.

Проблемы и поводы для волнений поэтапно сменяют друг друга. Будет ли держать головку? Вылезут ли зубы? Закроется ли родничок? Когда же, наконец, он сядет, встанет, поползет, пойдет? Неужели он так и будет отталкивать ложку? Неужели он так и не заговорит - уже ведь год исполнился, а кроме «мама» и «дай» никаких осмысленных звуков не наблюдается?

Принципиальной особенностью именно нашего образа жизни является постоянное обсуждение волнующих проблем не только в кругу семьи, но и вынос их (проблем) на всеобщее обозрение в процессе общения с друзьями, подругами, соседями и сослуживцами.

Как только на каком-нибудь дне рождения вы гордо заявите о том, что, дескать, «наш Петя в 10 месяцев сам пошел», как пренебреженно среди присутствующих обнаружится более «удачливый» родитель, чей Вася пошел в 9,5. Детальное изучение вопроса наверняка приведет к расширению списка обсуждаемых родственников и знакомых. Главным итогом вечера станет не вызывающее сомнения заявление соседки тети Клавды касательно того, что ее внучатый племянник Артурчик ходил самостоятельно в 8 месяцев.

Оставшись наедине с собой, вы невольно удивитесь трансформации собственных мыслей. В течение какого-то часа ваш самый любимый, самый талантливый и самый развитый мальчик Петя из объекта непоколебимой родительской гордости трансформировался в самое обычное и совсем невыдающееся дитя. То ли дело Артурчик!

Наутро, успокоившись, вы поймете, что восьмимесячный племянник тети Клавды ходил самостоятельно, главным образом, под себя...

И это предмет отдельного разговора.

Тема «хождения под себя», к которой мы пришли «простым логическим путем», во всем спектре детских проблем стоит особняком.

* * *

Умение самостоятельно, без помощи родственников, справлять нужду является настолько очевидным атрибутом «взрослости», что желание поскорее увидеть своего ребенка гордо сидящим на горшке и не менее гордо натягивающим после этого абсолютно сухие трусы становится просто нестерпимым.

Масла в огонь добавит опять-таки уличная информация. Несложно будет узнать о выдающихся достижениях молодой мамы Оксаны из третьего подъезда: ее дочка с трех месяцев мочится по команде «пись-пись». Вряд ли вам сообщат о том, что словосочетание «пись-пись» Оксана произносит по 30-40 минут подряд, но дело сделано. Зерно сомнения запало в ранимую родительскую душу. И, снимая с сухого и веселого Пети тяжелый утренний подгузник, вы твердо решите: хватит быть маленьким!

С этого момента начнется дорога вашего ребенка к горшку (вариант - унитазу). Но, отправляясь в путь, следует четко уяснить: сам малыш не скоро придет к намеченной цели. Вам обязательно следует быть рядом с ним. Готовы ли вы к этому путешествию?

Поэтому давайте перед дорогой присядем и подумаем.

И, прежде всего, вот о чем.

Много ли вы знаете детей, которые пошли в школу, не умея при этом

самостоятельно справлять нужду?

Ответ однозначен - немного, а если точнее, не знаете. По крайней мере, если речь идет о ребенке, который отправился в обычную среднюю школу.

Вы твердо должны отдавать себе отчет в том, что если у ребенка нет тяжелой врожденной или приобретенной патологии, то рано или поздно он научится контролировать свои потребности и станет полноправным членом общества.

Но что в данном контексте означает словосочетание «рано или поздно»?

Рано, это когда - в полгода или в год? Поздно, это когда - в три года или в четыре?

И ответа однозначного здесь нет и быть не может.

Ибо все определяется, по крайней мере, должно определяться, именно *вашими личными* представлениями о своевременности и целесообразности. Еще раз подчеркиваю - *лично вашими!*

Не мнением прабабушки, которая однозначно заявляет, что все ее пятеро детей с годовалого возраста сами вытирали себе попу и не были избалованы вредными и никому не нужными памперсами;

Не высказываниями настойчивой соседки Оксаны, подсчитавшей, что за последние полгода ей удалось сэкономить на памперсах сумму, равную 20 упаковкам стирального порошка;

Не категорическими утверждениями крупных «специалистов» о том, что подгузники вредны и «вам должно быть стыдно и вообще уже пора».

Вы четко должны определиться с непреложным правилом: ***это ваш ребенок, это именно вы тратите деньги на его одежду и подгузники, это именно вас должно в вашем ребенке что-либо устраивать или не устраивать. Когда и каким образом ваш ребенок будет справлять нужду, является внутренним делом именно вашей семьи.***

Из приведенного правила есть очевидное исключение. Процессы оправления физиологических потребностей являются внутренним делом вашей семьи лишь при условии, что это не затрагивает существования других семей. Ситуация, при которой дитя мочится под дверь у соседей, нормальной не является. Но упомянутое исключение лишь подтверждает общее правило.

Итак, вы решили, что действительно пора.

Первое, что вы должны знать: что-либо знать вам совсем не обязательно. Если вы никогда не знакомились с правилами приучения к горшку, если вы никогда не открывали книг с мудрыми инструкциями, если без теории вы сразу же решили стать практиком - успех придет к вам пренебрежительно. Да, возникнут проблемы, разочарования в себе и в ребенке, несколько скандалов и истерик, но конечный результат предопределен.

Ограничить количество практических неудач и недоразумений можно с помощью вовремя полученной теоретической информации.

Этим мы и займемся, пожалуй.

* * *

С момента рождения - и это очевидный факт - процессы мочеиспускания и дефекации ребенком не контролируются. Т. е. эти процессы подчиняются безусловным рефлексам - действиям, не требующим участия коры головного мозга. *Элементарная задача приучения к горшку* в переводе на умную терминологию состоит в том, чтобы данный от природы безусловный рефлекс сделать условным - подчинить его воле конкретного юного индивидуума.

Успешность переучивания определяется тремя факторами:

1. Состоянием (развитием) органов, принимающих непосредственное участие в процессах мочеиспускания и дефекации: мочевого пузыря,

мочеиспускательный канал, прямая кишка, мышцы брюшного пресса, сфинктеры прямой кишки и мочевого пузыря (сфинктер - это особая круговая мышца, сжимающая полый орган или замыкающая выход из него).

2. Состоянием (развитием) нервной системы, прежде всего, коры головного мозга.
3. Интенсивностью внешних воздействий или, проще говоря, педагогической активностью родственников.

Три перечисленные составляющие тесно взаимосвязаны, но уже на этом этапе можно сделать очень существенные выводы, которые, впрочем, вполне очевидны: 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.***

Очень многим терпеливым и активным родителям удастся добиться прекрасных результатов уже на первом году жизни. Сплошь и рядом произносятся гордые заявления о том, что ребенок в 10, 9, 8 даже в 7 месяцев опорожняет мочевой пузырь по команде «пи-пи», а ходит по большому исключительно после «а-а». И в этом нет совершенно ничего удивительного. Многократным пипиканьем и ааканьем несложно добиться возникновения условного рефлекса, только рефлекс этот не совсем то, что нам требуется.

Почему? Да потому, что это связь между процессом опорожнения мочевого пузыря и звуком «пи-пи». И если этот звук произносится часто и подолгу, и если все равно не отцепятся, пока не помочишься, так связь эта установится рано или поздно.

Но цепочка должна быть другой: не «пи-пи» - наполнение пузыря - мочеиспускание, а наполнение пузыря - горшок - мочеиспускание. Т. е. побудительным мотивом к горшку должен стать физиологический процесс (наполнение пузыря), а не звуковой раздражитель («пи-пи»).

Расплата за ранние успехи приходит на втором году жизни. Якобы способный и развитый ребенок с 9-ти месяцев сидящий на горшке, вдруг, по каким-то «непонятным» соображениям, перестает это делать, и активно воюет за свою свободу с озабоченными родственниками. А соображения очень даже понятные - наступает время формирования того самого нормального, естественного контроля над выделениями, о котором мы уже говорили. Мочевой пузырь пустой, а они тут лезут со своими «пи-пи»...

Каких бы «поразительных успехов» вы ни добились, но до 1,5 лет успехи эти будут временными, а эпизоды промашек - частыми. И к этому надобно относиться весьма философски. Нет совсем ничего плохого в том, что вам удастся сэкономить энное количество подгузников и познакомить ребенка с такой интересной штукой, как горшок. Но знакомство это, по крайней мере, с точки зрения медицинской науки, будет поверхностным, а выработанные навыки не стойкими.

Впрочем, сроки формирования рефлексов индивидуальны, осознанное общение с горшком может иметь место и в годовалом возрасте, но ситуация, когда до 3-х лет «ну ничего не получается» - тоже совсем не редкость.

В этом-то и кроется серьезная проблема. Озабоченные тем, что не получается, родители пытаются активно влиять на процесс. Возможные воздействия

неприменно включают в себя элементы насилия - заставить сесть, не дать встать, наказать за лужу в коридоре. Следствие - истерики, антипатия ребенка к процессу в целом, к горшку и родственникам в частности.

Отсюда важное правило: **если не получается - подождите**. Закройте тему на 1-2 месяца, вернитесь к привычным для всей семьи подгузникам, не тревожьте понапрасну свою и детскую психику.

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 или 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.*

Таким образом, рекомендуемое время приучения ребенка к горшку колеблется в достаточно широком возрастном интервале - от 1 года до 3 лет.

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 или 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;
- стремление (умение) самостоятельно входить-выходить из туалета.

И, наконец, самый достоверный признак: способность любым способом - словом, кривлянием, конкретными звуками, жестами - передать родителям слово «хочу».

* * *

Итак, все предварительные условия присутствуют. Желание есть. Начинаем.

1. Помимо готовности ребенка должна быть и готовность взрослых. Очевидно, что на этапе перехода от подгузника к горшку затраты времени на непосредственное общение с малышом заметно увеличиваются. Нельзя вырабатывать туалетные навыки лишь по воскресеньям или только в те дни, когда ожидается официальный визит бабушки.

2. Ребенок, как, впрочем, и всякий взрослый человек, склонен к переменам в настроении. Ранний этап туалетного обучения лучше проводить тогда, когда все члены семьи здоровы и жизнерадостны.

3. Лучшее время - лето. Легче освободиться от одежды, меньше количество предметов, подлежащих стирке в случае промашки. Да и сохнет все заметно быстрее.
4. Знакомимся с горшком. Предлагаем его ребенку тогда, когда вероятность «процесса» максимальна - после сна, после еды, когда по поведению поняли - пора.
5. В случае успеха - очень-очень хвалим. В случае неудачи - изо всех сил стараемся не огорчаться, а если огорчаемся - огорчения не показываем.
6. Фиксируем внимание не только на самом горшке, но и на действиях, непосредственно предшествующих общению с горшком и расставанию с ним: как горшок достать, как его открыть, как снять трусы, как одеть трусы, как и куда вылить содержимое из горшка, как помыть горшок, как закрыть горшок и поставить его на место. Реализация всего перечисленного с легкостью превращается в интересную игру. Замечательно, если после каждого удачно осуществленного действия родители не скупаются на похвалы - весь процесс в таком случае сопровождаются положительные эмоции, а это, пожалуй, главное на переходном этапе.
7. Постепенно организовываем встречи с горшком не только тогда, когда пора ребенку, а тогда, когда этого требует распорядок дня. Например, в обязательном порядке усаживаемся перед сном, перед прогулкой.
8. Расставаться с подгузниками окончательно и бесповоротно не следует. Вполне пригодятся для поездок в транспорте, ночью, на прогулке в прохладное время года, поначалу и во время дневного сна. Но всякий раз, когда проснулись сухие и быстренько уселись на горшок - обращаем внимание на то, какие мы молодцы, и в подтверждение этого очевидного факта демонстрируем сухой подгузник.
9. Форма горшка, его цвет и количество «прибамбасов» (музыкального сопровождения, откручивающихся частей, нарисованных глаз и выступающих ушей) не имеют принципиального значения. Важно все-таки, чтобы горшок воспринимался не как игрушка, а в качестве предмета совершенно определенного назначения. И в этой связи не стоит поощрять просто игры с горшком. «Вот это стул. На нем сидят» - и, по аналогии, - «Это горшок, на нем писают и какают». Желательно, тем не менее, чтобы горшок был сделан из экологически чистой пластмассы, был удобным - размеры соответствовали попе, не был холодным. Наличие спинки (горшок в виде кресла) совсем не помешает.
10. Непринципиально: горшок или унитаз (подразумевается наличие специального детского сиденья). Тут уж как вам удобнее. С учетом того, что, особенно на первых порах, процесс может затягиваться, горшок сподручнее, поскольку общаться в комнате приятнее, чем в тесном туалетном пространстве. Совмещать горшок с унитазом - вполне приемлемый вариант, особенно для мальчиков. Специальная табуреточка в туалете, а с нее помочиться - это ж просто удовольствие и осознанное приобщение к миру взрослых. А если еще папа найдет время показать, как это делается...

* * *

Итоговое наблюдение из практики.

Честное слово, за два десятка лет работы педиатром я ни разу не сталкивался с ситуацией, когда родители нормального четырехлетнего ребенка обращаются к врачу по поводу того, что дитя не умеет пользоваться горшком.

Но рыдания мамы, чей двухлетний отпрыск писает в штаны, - явление довольно типичное. При этом главный повод к огорчениям не тот факт, что наш штаны намочил, а то, что все остальные давно ходят на горшок.

- А с чего вы взяли, что все остальные ходят?

- Так сами говорят!

По этому поводу вспоминается замечательный анекдот о том, как пенсионер Иван Иванович жалуется сексопатологу: «Соседу Петру Петровичу, как и мне, 70, он говорит, что может 3 раза, а я вообще не могу!». А доктор советует: «Так и вы говорите»... Надеюсь, аналогия понятна.

автор [Комаровский Е.О.](#)

опубликовано 18/01/2007 15:40

обновлено 01/05/2017