



КАК ПРИУЧИТЬ МАЛЫША К ГОРШКУ

Наверное, каждая мама мечтает, чтобы ее малыш поскорее научился пользоваться горшком. Ведь памперсы – удовольствие не дешевое: дорогие марки не всем по карману, а от бюджетных у детей нередко возникают опрелости. Бабушки же вообще зачастую выступают против одноразовых подгузников. Мол, «мальчикам особенно вредно «там» перегревать – не будет потомства», и к тому же «вырастили же мы вас безо всяких памперсов».

КОГДА УЖЕ ПОРА?

Первый вопрос, который возникает у молодых мам: когда начинать приучать ребенка пользоваться горшком? В среднем это возраст 1,5-2 года. Мальчики обычно начинают пользоваться горшком позже, чем девочки, и им требуется больше времени, чтобы научиться этому навыку.

Однако не стоит забывать о том, что каждый ребенок все же индивидуален в своем развитии. Поэтому стоит опираться не на возраст, а на степень готовности малыша. Есть несколько признаков, по которым можно это определить. Ребенка можно начинать приучать пользоваться горшком, если:

- ☞ Он умеет самостоятельно ходить.
- ☞ Он понимает простые инструкции.
- ☞ Он может самостоятельно снять и надеть штанишки.
- ☞ Он может донести до родителей (словами или жестами), что хочет в туалет.
- ☞ Он может оставаться в подгузнике сухим в течение двух часов и более.

Сам процесс обучения может быть длительным. Нередко это занимает от 3 до 6 месяцев, но некоторым детям может понадобиться больше или меньше времени. И могут потребоваться месяцы и даже годы, чтобы малыш оставался сухим по ночам. Итак, с чего же начать?

ВЫБИРАЕМ МОДЕЛЬ

Выбор детских товаров сегодня большой, и порой родители покупают своему малышу какой-нибудь не-

обычный горшок. Но, как показывает практика, чем проще горшок – тем лучше. Не стоит приобретать какие-то ультрамодные модели со светомузыкой или в форме космического корабля. Хорошо, если у горшка будет прорезиненное основание, чтобы он не скользил по полу, а также чтобы была опора для спины. Для мальчика можно подобрать горшок с выемкой на передней стенке, чтобы все вокруг не оказалось в брызгах.

Покупать горшок лучше с ребенком – это простиимулирует его увлеченность как бы новой игрушкой. А затем вместе с малышом можно определить место для горшка в квартире. Это может быть туалет или ванная, но можно поставить горшок и в комнату, чтобы легко достать его во время игры или после сна.

НЕОБХОДИМ РЕЖИМ ДНЯ

Необходимо приучить ребенка к определенному режиму дня, когда и сон, и прием пищи происходят примерно в одни и те же часы. Тогда и ходить в туалет малыш будет примерно в одно и то же время, что значительно облегчит процесс обучения.

Понаблюдайте за ребенком: в какой момент он писает и какает и как это связано со сном и приемом пищи. А также обратите внимание, подает ли его тело какие-то сигналы, когда он хочет в туалет (малыш замирает, вздрагивает, тянет руку к трусикам и так далее). Основываясь на этих наблюдениях, старайтесь посадить ребенка на горшок, к примеру,

после ночного или дневного сна, когда мочевого пузыря полный. Так увеличится шанс, что ребенок сходит в туалет и увидит результат.

РАССКАЖИ И ПОКАЖИ

Объяснить малышу, для чего нужен горшок, можно с помощью игрушки. Старайтесь вместе с ребенком в игровой форме как можно чаще отправлять на горшок куклу или плюшевого мишку. Вы также можете попросить малыша показать, как мишка садится на горшок, чтобы закрепить урок.

Прочтите ребенку сказку о том, как ходить на горшок, пока он на нем сидит. Или позвольте ему в это время посмотреть одну из его любимых книжек, чтобы он почувствовал себя расслабленным.

Можно также сходить к подруге, у которой ребенок уже приучен пользоваться горшком, – хорошо, чтобы ваш малыш увидел это. Обычно дети с большим удовольствием повторяют друг за другом.

УЧИМСЯ ОБХОДИТЬСЯ БЕЗ ПОДГУЗНИКА

После того, как ребенок самостоятельно сел на горшок и что-то сделал в него, памперсы лучше не надевать (хотя бы днем). Старайтесь как можно дольше оставлять ребенка без подгузника. Если малыш намочит или испачкает пол, не стыдите и не ругайте его за это. Лучше протрите пол вместе и смените штанишки. Если удастся уговорить ребенка прополоскать свои мокрые трусики в раковине или тазике – тоже будет здорово.

Высаживайте малыша на горшок перед прогулкой. Объясните, что «если на улице ты пописаешь в штанишки, мы должны будем уйти домой». Также обговорите, что, если на улице ребенок захочет в туалет, вы поможете ему пописать в складной горшок (в крайнем случае на травку).

Тогда штанишки будут сухими, и вы сможете продолжить прогулку.

Если малыш не игнорирует горшок днем, значит, пора убирать памперс и во время сна. Подстелите под простыню клеенку или непромокаемую пеленку. За час до сна ограничивайте ребенка в употреблении жидкости. Перед сном обязательно предложите ему сесть на горшок.

ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ

Родителям категорически нельзя:

- ☞ быть слишком навязчивым в приучении к горшку: сажать ребенка силком, если он отказывается, или силой удерживать его на горшке;
- ☞ ругать, стыдить, наказывать малыша и акцентировать его внимание, если он мочится в штанишки;

☞ бить малыша по попе, если он намочил штанишки, оставлять его в мокрых штанах;

☞ сравнивать ребенка с другими детьми не в его пользу.

После этого у ребенка выработается негативное отношение к горшку, и в дальнейшем он может категорически отказываться даже подходить к нему. Если уже ранее были допущены какие-то ошибки, можно вместе с малышом выкинуть этот горшок, так как он уже ассоциируется у ребенка с чем-то опасным, а чуть позже вместе купить новый горшок.

ГЛАВНОЕ – ТЕРПЕНИЕ

Иногда случается, что ребенок вроде бы сначала приучился пользоваться горшком, а затем начал снова мо-

читься в штанишки. Такой «регресс» иногда случается, и это нормально. Порой причиной отказа может быть какое-то изменение в жизни ребенка: появление нового члена семьи, семейные конфликты, переезд, адаптация к садику, запоры или болезнь малыша и другие причины. Другими словами, стрессовая ситуация. В этот период очень важно оказать ребенку поддержку, по максимуму уделить ему время и помочь адаптироваться к новым условиям.

Главное, что вы можете сделать для ребенка, приучая его к горшку, – создать спокойную обстановку дома и не давить на ребенка, а постараться быть спокойным и терпеливым.

Алена ПАРЕЦКАЯ,
врач-педиатр.

Золотому внуку

У каждого из нас есть родные, друзья, дети, внуки. А к внукам – особая любовь. Необъяснимое чувство, переполняющее наше сердце. Обнимая их, мы чувствуем, будто касаются нас солнечные лучи. Они такие нежные, такие милые и беззащитные – наши маленькие внуки. Вырастая, они отдаляются от нас, и нам их так не хватает!

С самого рождения я называла своего внука «золотым». Может быть, потому, что у него были рыжие волосы и каждую весну на носу выступали рыжие веснушки. Вот и написала стихотворение, назвав его «Золотому внуку»...

*Вновь весна бежит свой кресс,
Все мы солнцу улыбнулись...
Твоих шелковых волос
Лучики коснулись.
И пошли они гулять
К носикку поближе,
И оставили опять
Много точек рыжих.
Ты хотел их смыть водой,
Но они остались!
Внучек, мой ты золотой,
Пусть побудут малость!
С каждым годом будешь ты
Уходить все дальше...
И пусть лучики мечты
Светят тебе ярче.
Пусть касается тебя
Солнца нежный лучик.
Счастливы будь во всем, всегда,
Золотой мой внучек!*

Адрес: Каримовой Галине Андреевне, 623405 Свердловская обл., г. Каменск-Уральский, ул. 3-й Проезд, д. 1, кв. 26.

Июль

Мой дядя – Михаил Кузьмич Грачев, 1923 года рождения, уроженец села Погорелка Николоторжского сельсовета Кирилловского района Вологодской области, был призван на фронт в 1942 году. Но где-то под Воронежем поезд, в котором новобранцы ехали на фронт, обстрелял немецкий самолет. Люди стали убежать в поле, не зная, что оно было заминировано. Там и взорвался на mine мой дядя Михаил.

Хотелось бы узнать о месте его захоронения. Он был старшим в семье. Всего у его матери (моей бабушки) было пятеро детей: три сына и две дочери. К сожалению, не сохранилось ни одной дядиной фотографии. Я хотела разместить его фото в общей галерее на портале Министерства обороны «Дорога памяти». Пусть даже он и не успел повоювать. Ведь ему было всего 19 лет! В деревне, где жил мой дядя, было семь домов, и все односельчане под фамилией Грачевы. Может, найдутся еще родственники? Они могут быть в Вологде, в Череповце.

Адрес: Грачевой Елене Вячеславовне, 163057 г. Архангельск, пр-т Ленинградский, д. 265, кор. 2, кв. 74.

Разыскиваю родную тетю – Марию Яковлевну Бас, 1930 года рождения, и двоюродную сестру – Елену Ивановну Бас, 1966 года рождения. У Елены есть сын Артур, 1984 года рождения.

Последний раз, проживая в Армении (город Эчмиадзин), они приезжали к нам в Буденновск в 1989 году. С тех пор связь прервалась. Возможно, они поменяли место жительства.

Если кому-то из зожевцев известно место нахождения моих родственников или их судьба, напишите, пожалуйста!

Адрес: Савенко (Гук) Ольге Степановне, 356807 Ставропольский край, г. Буденновск, ул. Крестьянская, д. 136.