



Moje drahá Lenko !

Dneska budu psát o čůrání a kakání do nočníku .

Víš, že už **před narozením** miminko čůrá v bříšku maminky ? Vlastně je to štěstí, protože vypuštěná tekutina doplňuje tu, kterou miminko skonzumovalo, je to takový koloběh. Ale do plodové vody nekaká, to co se v jeho střevech nahromadilo v posledních měsících, vyjde ven až po narození.

**Do šesti měsíců věku** miminko kaká a čůrá díky reflexům, přesněji řečeno ve chvíli, kdy se dostatečně naplní močový měchýř anebo váha hověnek dostatečně tlačí na anus, svaly automaticky povolí. Reflex může také vyprovokovat kontakt holé kůže s chladným vzduchem při přebalování a nebo kontakt chodidel s teplou vodou při koupání.

**Od šesti měsíců do jednoho roka** miminko už vesele brebentí při přebalování, je jasné, že už rozeznává dotyk mokry a suchý (jak by ne, u savců se ze smyslů vytváří jako první hmat, a to už v prenatálním období), ale vůbec není jasné, který je mu příjemný a který nepříjemný. Nakonec by ten příjemný mohl být dotyk mokry, dobře je známý z břicha maminky. Při přebalování má maminka první šanci ovlivnit jeho volbu: pohledy, povídání, laskáním a masáže jsou tak příjemné, že časem vytvoří v mysli miminka rovnici: *výměna vlhké plínky za suchou=slastné chvíle s maminkou.*

**Kolem 6., 7. měsíce** věku se batole začíná posazovat, a v **8. a 9. 0už** zvládá tuto pozici tak dobře, že neodoláte a posadíte ho na nočník, co kdyby to vyšlo... ? Ale je to chybná kalkulace. Pokud se to podaří, jde o náhodu, dobře jste odhadli dobu, kdy pravidelně kaká. Ono totiž dítě v 9 měsících, ale ani v 1 roce není ještě připravené na život bez plínek. Ještě si není schopné uvědomit naplnění měchýře a střev, ještě nedokáže vědomě ovládat svaly kolem vývodů. Takže v tomhle věku je nesmyslné dávat dítě na nočník, dokonce to může být příčinou zpomalení celého nočníkového procesu. Od 50. a 60. let, kdy se doporučovalo vycvičit dítě chodit na nočník co nejdříve, věda pokročila a psychologové dokázali, že je takový předčasný výcvik nebezpečný. Může způsobit psychické poruchy v dospělosti: sklony k agresivitě, přehnaný komformismus či přehnaná potřeba čistoty, a dokonce sobectví. Od věku 5 a 6 let se může objevit chronická zácpa.

**V jednom roce** má dítě úplně jiné starosti než zůstat nečinně sedět na nočníku. Musí chodit, zkoumat, ohmatat, házet, sbírat, to všechno je daleko zajímavější než nočník, a hlavně užitečnější pro jeho motorický, nervový a psychologický rozvoj, nutná podmínka pro to, aby se dítě naučilo chodit na nočník.

**Mezi prvním a druhým rokem** se mozkové spoje rychle vyvíjejí. Ke vědomému ovládnutí svého močového měchýře a anusu bude vaše dítě připraveno, když: se snadno zvedne poté, co upadlo, umí vyjít a sejít po schodech, umí kopnout do balonu tak, aby letěl správným směrem, je schopno nést kyblíček naplněný vodou. To bude umět mezi 18. a 22. měsícem věku, některé dítě dříve, jiné později. Fyzická a motorická vyspělost ale nestačí, dítě musí dospět psychicky: být schopné nabídnout některou ze svých hraček sympatické návštěvě, i když si ji zase hned vezme zpět, rádo ukládá předměty do nádob, přemísťuje je z jedné do druhé, ve hře a chování stále častěji napodobuje činnost dospělých, je hrdé na to co už umí a dělá mu dobře, že ho někdo chválí.

Ale ani **ve věku dvou let a více** ještě není vyhráno. Je těžké se vzdát plínek a přestat být miminkem, maminčiným mazlíčkem. "Bude mě maminka stejně ráda i potom?" Je také těžké pochopit chování dospělých: "Nejdříve jsou radostí bez sebe když udělám hověnku do nočníku, a potom ho s odporem vysypou do záchodu. Měli byste vědět, co vlastně chcete!" Navíc v tomto věku vaše bumbříček prochází krizí opozice, říká NE, aby se ujistil, že existuje mimo své rodiče. "Chce se ti kakat? NE! Půjdeš na nočník? NE!"

Ale na druhou stranu: "Naučit se chodit na nočník a později na záchod znamená být velký. Navíc maminka a tatínek by tolik chtěli, a mě těší, kdy mají radost!" Udělat kaka do nočníku znamená být pochválený, milovaný. Jiným důvodem, proč se malý človíček nakonec rozhodne se zbavit plínek je jeho touha ovládat své vlastní tělo. Při kakání na nočníku objevuje dítě nový zdroj slasti. Zadržet na chvíli kakání a potom povolit svaly a nechat ho vyjít do nočníku je nový příjemný pocit, jiný než dosud známá slast: sání z prsu a dudání dudlíka.

**Takže, od věku dvou let, všechny podmínky se zdají splněné, může se začít. Ale jak? Ideální by bylo počkat, až se váš človíček rozhodne sám, jenom nechat nočník na dosah a ukázat mu, jak se s ním zachází.** Proslulý americký pediatr T.Berry Brazelton testoval tuto metodu na tisících dětech. Mezi 2. a 4.rokem věku byla většina dětí bez plínek. Ale jak aplikovat tuto pacifistickou a respektuplnou metodu, když jsou plínky tak drahé, když mateřské školky nepřijmou dítě, které neumí chodit na nočník, jak vydržet sociální tlak v podobě kamarádek, švagrových, nebo učitelek mateřských škol, které valorizují bez ustání matky, jejichž dítě už chodí na nočník a to vaše ještě ne!?

**Chcete-li pomoci vašemu dítěti v jeho cestě do světa velkých lidí, nevsímejte si jedovatých ani dobře míněných poznámek přátel, známých a "zkušených" a nechte vašeho budulínka, ať si sám zvolí svůj čas.**

Tvoje milující maminka