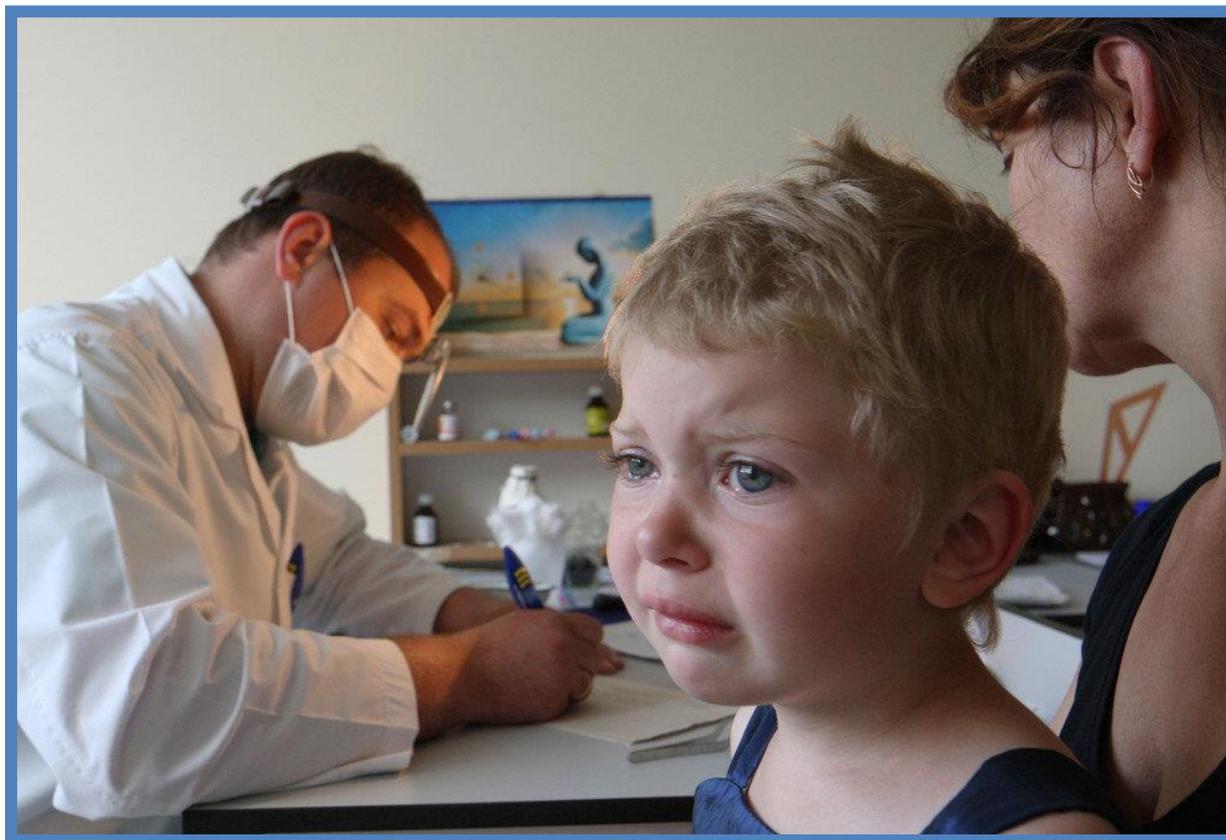


Консультация «Что делать, если ребенок боится врачей»



Детская поликлиника - не место для слез и истерик. Но что делать, если ваш малыш упирается и капризничает перед каждым посещением врача, а для вас поход на обычный осмотр превращается в невероятный стресс? Как можно помочь ребёнку, который при виде людей в белых халатах начинает дрожать и закатывать истерики? Этим вопросом наверняка задавались практически все родители. Вот несколько советов, которые помогут малышу преодолеть страх перед очередным визитом ко врачу.

"Спокойствие, только спокойствие!"

В большинстве случаев ребенок испытывает беспокойство, подсознательно копируя поведение мамы. Поэтому прежде, чем пытаться успокоить малыша, обратитесь к своим чувствам. Ребенок отлично улавливает настроение родителей, и если они сами волнуются перед походом ко врачу, то значит и ему действительно стоит чего-то опасаться. Отсюда и капризы, и слезы. Успокойтесь и старайтесь приходить на прием к доктору в хорошем настроении.

По дороге и в очереди шутите, смейтесь, рассказывайте веселые истории. Ваша уверенность станет для малыша гарантией безопасности, ведь ни вам ни ему бояться действительно нечего.



Ни в коем случае не пугайте малыша фигурой врача!

Во всех ваших рассказах врач должен быть добрым, он помогает людям, лечит и избавляет от боли. А уколы и прививки - это всего лишь необходимые инструменты для того, чтобы все люди были здоровы.

Вспомните, а не говорили ли вы когда-нибудь малышу: "Не перестанешь дурачиться - придет врач и сделает укол!". Именно такие фразы травмируют детскую психику и воспитывают страх перед уколами и людьми в белых халатах.

Поиграйте с ребенком в больницу

Пусть ребенок будет доктором, а вы - пациентом. Игра в больницу, где активным участником является взрослый, может стать хорошим подспорьем в борьбе с боязнью врачей. Через игру вы поможете малышу больше узнать о работе врача. Пусть сначала на прием придет малыш, который плачет и очень боится, а врач его успокоит. А затем придет смелый и бесстрашный пациент. В игре вы сможете обсудить с малышом важные вопросы и проиграть разные ситуации. Играйте чаще, и результат вас удивит!

Готовьтесь к посещению врача заранее

Никогда не скрывайте от ребенка того, что вы отправляетесь в больницу. Лучше предупредите об этом малыша заранее. С вечера расскажите о том, куда вы идете, и что за врач вас ждет.

Не пытайтесь врать малышу, обещая что ему ничего не будут делать, если на самом деле ребёнку предстоит перенести очередную прививку либо укол. Никогда не обманывайте детей, иначе в следующий раз они вам ни за что не поверят. Вкратце опишите процедуры, которые предстоят ребенку. Но не переборщите с деталями! Длинные и долгие рассказы об уколах, шприцах и процедурах испугают кого угодно. Лучше плавно переведите разговор на другую тему, посмотрите мультики или поиграйте в интересную игру. Это отвлечет малыша от лишних раздумий.

Не забывайте о похвале!

После посещения врача обязательно обнимите малыша и скажите, что гордитесь им. Если ребенок не плакал и не капризничал, закрепите результат и подарите позитивные эмоции, посетив парк аттракционов или кафе-мороженое.

Напоследок запомните, что ни в коем случае нельзя ругать и наказывать малыша за слезы и капризы во время визита ко врачу. Ведь это лишь усилит его страх и справиться с ним в дальнейшем будет гораздо сложнее. Поддержка и понимание взрослого - это всё, что нужно сейчас ребенку!

