

unicef 
Детский Фонд ООН



Министерство
здравоохранения
Республики Беларусь



unicef 
Детский Фонд ООН

Представительство Детского
Фонда ООН (ЮНИСЕФ)
в Республике Беларусь
e-mail: unicef@tut.by

МЫ ИДЕМ К ВРАЧУ

Очень часто родители сталкиваются с тем, что дети не хотят идти на прием к врачу, любыми способами стараются отменить поход в поликлинику. Они могут пытаться изменить ваше решение. Это плач, истерика, крик, агрессия, злость. Как правило, вы пытаетесь сначала уговорить своего ребенка, затем начинаете применять более жесткие меры (угрозы, наказания, иногда крик), а когда это не помогает, используете ремень и т.д.

ПРИЧИНЫ ТАКОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ МОГУТ БЫТЬ РАЗНЫМИ:

- 1) страх, сформированный самими родителями;
- 2) страх, вызванный предыдущими посещениями врачей;
- 3) страх остаться одному в незнакомом месте с незнакомыми людьми.



Часто родители сами формируют страхи у своих детей. Когда ребенок не хочет засыпать, есть, делает что-то не так, родители, пытаясь приструнить его, начинают запугивать: позвоним доктору, он приедет и сделает укол или заберет тебя в больницу.

Этого нельзя делать ни в коем случае!

У ребенка может сформироваться устойчивое представление о том, что врач – это больно, это страшно, это наказание. Став взрослым, ваш ребенок, опираясь на свой опыт из детства, будет стараться уклониться от посещения врача и наверняка передаст свое отношение своим детям.



Страх может быть сформирован прошлым посещением врача. Ваш ребенок мог быть напуган: обстановкой, людьми в белых халатах, болью от медицинских процедур, плачем других детей и т.д. Естественно, что потом он не захочет оказаться там, где ему было плохо. Как правило, мальчики боятся врачей, боли, крови больше, чем девочки. Страх остаться одному формируется как защита с самого рождения. Ребенку необходимо находиться вместе с родителями – это естественная потребность (инстинкт самосохранения).



ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

Перед посещением врача необходимо поговорить с ребенком о том, куда вы хотите с ним пойти, что ему будут делать. Если необходимо пройти какие-то процедуры, вы можете попросить врача или медперсонал показать вашему ребенку кабинет, в котором это будет происходить.

Желательно проиграть с ребенком предполагаемую процедуру, обсудить его страхи. Можно проиграть с использованием разных персонажей, с участием мягких игрушек, кукол. Проиграть надо несколько раз, при этом обязательно меняясь ролями (поочередно). В процессе игры отмечайте положительные изменения в поведении ребенка. Хвалите его.

Обязательно нарисуйте рисунок (или несколько), где будет отображено поведение ребенка, сопровождающее страх. Эти рисунки можно положить в специальную папку или отдать кому-нибудь из взрослых. После этого необходимо дойти до прорисовки желательного поведения ребенка во время процедуры. Поместите эти рисунки на видное место – как образец желаемого поведения.

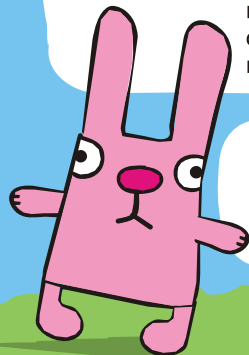
Обязательно применяйте поощрения, которые будут подкреплять нужное поведение (похвала, просмотр любимого мультфильма, прогулка и т.д.).

Расскажите или придумайте вместе с ребенком сказку, в которой на примере известных персонажей, сказочных героев по сюжету страх будет побежден.



Например, если ваш ребенок боится идти к врачу, вы можете рассказать ему сказку о маленьком зайчонке, который боялся идти к доктору Айболит, чтобы сделать прививку (так как всем маленьким зверятам уже сделали). Прошло несколько дней, и у зайчонка стал сильно болеть животик, поднялась температура. Родители срочно отвезли его к доктору.

Айболит поставил ему градусник, заставил выпить горькое лекарство, сделал укол и запретил зайчонку ходить гулять на улицу с другими зверятами, смотреть мультки и есть любимое мороженое. Целую неделю зайчонок был дома, ему пришлось пить горькие лекарства, которые он совсем не любил. Другие зверята, которым сделали прививки, продолжали играть во дворе, ходили в кино, катались на качелях и, конечно же, ели мороженое. Зайчонок выздоровел и пошел к доктору Айболиту. Он пообещал, что в следующий раз он обязательно сделает прививку, как и остальные зверята.



Возможно, что одной попытки будет недостаточно. Повторите еще раз, найдите специалиста, который сможет помочь вам и вашему ребенку.