



## Кто боится Айболита?

Ваш малыш куксится с самого утра, узнав, что ему предстоит идти в поликлинику? Он каждый раз отчаянно рыдает перед дверью медицинского кабинета? Давайте разберемся, что можно предпринять, чтобы визит к врачу не превратился для вас и вашей крохи в настоящее мучение.

### Пока вы дома

- Прежде всего никогда и ни при каких обстоятельствах не пугайте малыша доктором, уколами, больницей и т.д. Визит к врачу – не наказание, не воспитательная мера, а недомогание – не вина ребенка.
- Дети гораздо охотнее воспринимают мысль об их добровольном согласии на лечение, нежели о том, что их насильно «оздоравливают». Иначе говоря, чем приказывать малышу: «Одевайся, пойдешь на прививку», лучше осторожно скажите ему: «Ведь мы хотим быть крепкими, здоровенькими, целые дни гулять и заниматься интересными делами...»
- Собираясь на прием, постарайтесь доступно объяснить малышу, что его ожидает у врача. Можно даже проиграть сценку «на приеме у врача» с его любимыми игрушками. Говорите ребенку только правду. А если спросит напрямую, будет ли ему больно, отвечайте честно. Обман выручит раз или два, а вот доверие ребенка к себе вы подорвете на всю оставшуюся жизнь.
- В том случае, если ребенок любит покрасоваться, оденьте его в самую нарядную одежду. Можно даже нарисовать к этому случаю картинку или разучить какое-нибудь четверостишие. За сборами ребенок, как правило, отвлекается от терзающих его опасений.

### **В поликлинике**

- Оказавшись в поликлинике, сохраняйте спокойствие и присутствие духа. Даже если вам придется трижды сбегать из регистратуры в кабинет педиатра и назад в бесплодных поисках медкарты, а потом провести час в холле, не показывайте раздражение ребенку. Представьте: взвинченная мама громко возмущается: «Безобразия, они над детьми издеваются, такую очередь создали!», - а малыш уже изрядно напуган и громко всхлипывает. Гораздо мудрее отвлечь малыша тихой беседой, чтением сказки, спокойной игрой или импровизированной экскурсией по поликлинике.

### **На приеме**

- До, во время и после осмотра желательно не прекращать физический контакт с маленьким пациентом: держите ребенка за руку или на руках, нежно смотрите ему в глаза, ласкайте, гладьте по головке. Мамины прикосновения успокоят даже самого пугливого малыша, утешат самого расстроенного. Но чтобы добиться нужного эффекта, вам придется продемонстрировать «эмоциональную устойчивость». Если, к примеру, вы пришли на элементарную прививку, не стоит слишком жалеть ребенка: видя болезненную тревогу в маминых глазах, он подумает, что его и вправду ждет нечто ужасное. Помните: ваш психологический настрой – главный ориентир для поведения малыша.
- Не требуйте, чтобы малыш сам отвечал на вопросы врача, если он стесняется. Ни в коем случае не ругайте ребенка и не проводите воспитательные беседы в присутствии медиков.
- Ну а когда все будет позади и вы покинете поликлинику, на обратном пути не скупитесь на похвалы и подарки – маленький герой их вполне заслужил! Прочитав эти слова, вы наверняка представили карамельку, шоколадку или другие сладости? Но ведь можно дарить и практичные вещи. Например, за то, чтобы сынишка не кричал во время прививки, можно купить ему зубную щетку, которую рекламируют по телевизору. Ребенок будет счастлив!