

Памятка для родителей

«Как помочь ребенку не бояться врачей»

Уважаемые взрослые, представляем Вашему вниманию памятку, в которой представлена информация о том, как помочь ребенку не бояться врачей.

Почему дети боятся врачей?



Причиной боязни врачей у детей может быть их негативный опыт. Часто его формируют сами взрослые. Например, страх возникает, когда ребенок долгое время находится в стационаре, контактирует с медицинским персоналом и испытывает негативные эмоции. Также дети начинают бояться врачей, когда медицинские работники не хотят или не имеют возможности «подстроиться» под них, разговаривают строго или выражают грубость невербально.

Страх вызывают ситуации, когда врач начинает осмотр, но предварительно не предупреждает ребенка об этом. Врач нарушает его телесные границы и вызывает у ребенка неприятные ощущения, которые он запоминает. Причиной страха может быть также неумышленный обман со стороны медицинского работника – например, когда врач обещает не делать укол, но делает его.

Страх у ребенка провоцируют бурные реакции со стороны родителей – ситуации, когда мама слишком волнуется и сама боится, когда ребенку ставят прививку. Доверие ребенка подрывают также ложные обещания родителей, что «это не больно», когда на самом деле он испытывает боль от врачебных манипуляций.

Чтобы дисциплинировать детей, иногда взрослые обещают отвести их в больницу за плохое поведение. Неосторожные фразы типа «Будешь так себя вести, медсестра сделает тебе укол» также могут спровоцировать у ребенка страх.

Положительный образ врача, который сформируют у ребенка родители в детстве, позволит ему во взрослой жизни без страха и вовремя обращаться за медицинской помощью.

Как помочь детям?

Важно понимать, что необходимо постепенно формировать у детей положительный образ врача и больницы, преподносить информацию в игровой форме. Причем делать это нужно систематически, а не накануне похода к врачу. Обычные беседы не помогут ребенку справиться со страхом, если он уже имеет негативный опыт.

Чтобы познакомить детей с обстановкой в больнице, можно заранее показать им медицинские принадлежности, рассказать, для чего они, «полечить» с их помощью игрушки. Также полезно смотреть с детьми тематические мультфильмы, например, про доктора Айболита, предлагать раскраски, терапевтические сказки, рассказывать истории из личного опыта.

Перед приемом у врача нужно рассказать детям, что им предстоит. Если будет больно, взрослым следует объяснить, почему сейчас надо потерпеть. А если больно не будет – то рассказать о том, что у врача есть разные функции, например, он умеет делать приятный массаж.

В каждой конкретной ситуации нужно опираться на опыт ребенка, его возраст, эмоциональное состояние. Помогут в этом и терапевтическая сказка. Родители могут рассказать эту сказку детям.

ВАЖНО!

Положительный образ врача, который сформируют у ребенка родители в детстве, позволит ему во взрослой жизни без страха и вовремя обращаться за медицинской помощью.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

*Памятку подготовила воспитатель МБДОУ
«Металлурговский детский сад №1» комбинированного вида
Лилия Викторовна Великсар.*