

Ребенок и больница: как себя вести?

1. Ребенок боится неизвестности. Никогда не обманывайте ребенка.

Не нужно скрывать от него, что Вы идете в поликлинику на прием к врачу. Иначе малыш будет думать, что раз Вы ему не сказали об этом, значит, с ним там будут делать что-то страшное. Детская фантазия может нарисовать настолько ужасные картины предстоящих осмотров, что лучше подробно рассказать малышу, что и как произойдет с ним в поликлинике. Если ему должны сделать прививку или забор крови - скажите, что ему может быть больно, но совсем недолго.

2. Ваша уверенность и спокойствие передадутся вашему сыну или дочери.

Запретите себе установку: "Больница - боль, страх, опасность". Замените ее на "Больница - помощь, облегчение, выздоровление". Формируйте позитивное отношение как к улучшению состояния здоровья, так и к работе врачей.

3. Ни в коем случае не боритесь со страхом ребенка с помощью насилия!

Некоторые родители считают, что накинуться всей семьей на малыша, который извивается и кричит, "обезвредить" его брыкающиеся ручки и ножки, схватить голову и насильно влить в рот микстуру - это единственная возможность вылечить ребенка. Бесспорно, вам такое удастся, но не больше, чем однажды. Помните, что это - насилие, а насилие при лечении - худший вариант, так как оно только лишь усугубляет детские страхи и разрушает доверие, которое испытывает к вам ребенок.

4. Постарайтесь нарисовать для малыша положительный образ врача.

Отлично должна помочь сказка "Айболит", после нее детки обычно проникаются уважением к врачу, который помогал маленьким зверюшкам. Поищите также другие книжки или мультики, в которых заботливый доктор помогает своим маленьким пациентам. Как вариант - можно купить малышу набор доктора. Это может быть как игрушечный, так и настоящий, самостоятельно собранный набор: фонендоскоп, шприц без иголки, пипетка, вата, бинтик.

5. Объясните ребенку, зачем нужно принимать лекарства, проходить процедуры, идти на осмотр к врачу.

Малыши не могут понять, зачем им нужно лечиться. Обычно родители говорят, что это "так надо", либо же "чтобы ты был здоровеньким". Такие варианты не годятся. Объясните, зачем и как нужно избавляться от болезни, которая беспокоит Вашего ребенка. Расскажите какую-нибудь сказку о заболевшем зайчике (слонике, котенке и т.д.) и, который вылечился благодаря процедуре, которую нужно совершить. Чем увлекательнее будет Ваша сказка, тем лучше!

6. Ни в коем случае не приучайте ребенка к осознанию того, что таблетка - это конфетка, и если ребенок ее съест, то ему будет хорошо.

Это опасно! Ребенок может наестся таблеток, чтобы ему «стало хорошо», или потому, что они «вкусненькие».

7. Не заставляйте ребенка быть храбрым, не бояться процедур.

Если Ваше чадо поведало Вам о своих страхах, не заставляйте его "быть храбрым" или "хорошим мальчиком". Объясните ему, что бояться - это нормально, но сделать процедуру необходимо и вы всегда его поддержите. Если кроха будет знать, что он может заплакать от страха или боли, и за это не будет отруган или наказан - ему будет гораздо легче перенести укол или осмотр ушек или горлышка.

8. Не сравнивайте ребенка с другими малышами.

Ребенок прекрасно понимает, что есть дети, которые не плачут и не боятся. Говоря об этом, приводя таких детей в пример, вы только умножаете страх ребенка, увеличиваете его нерешительность и неуверенность в себе.

9. Не запугивайте ребенка!

Запугиванием вы ничего не добьетесь, только усугубите ситуацию. Ребенок не только не избавится от существующих страхов, но и приобретет новые. Тем более, ваши запугивания беспочвенны - уколы ребенку, кроме врача, больше никто не пропишет, в больнице вы его не оставите... Будьте честны, так ребенку будет проще понять вас.

10. Не убеждайте его в том, что он сам виноват в своей болезни, травме и т.п.

Этим вы усилите чувство вины и страха, следствием которых могут стать нежелательные психологические осложнения. Конечно, бывают ситуации, когда важно обсудить с ребенком, насколько его неправильное поведение явилось причиной болезни. Но очень важно, чтобы результатом вашей беседы явилось не чувство вины, а понимание причинно-следственной связи между неправильным поведением и болезнью.

11. Разговаривайте с ребенком о происходящем.

Каждый раз объясняйте, что произошло и что ждет ребенка. Не списывайте его непонимание на возраст. Любой малыш способен понять речь мамы - самого близкого ему человека: и в год и в два и в семь лет ребенок понимает и доверяет маме, которая общается с ним на равных. Также обязательно поговорите с ребенком после выписки о том, что он пережил. Похвалите его за терпение. Примите все его страхи и жалобы, согласитесь с ним и порадитесь тому, как врачи помогли ему стать здоровым.

Самое главное для ребенка - это Ваша забота и любовь.

Распространенные ошибки:

- Не плачь! Будешь плакать, тебе будут еще больше уколов ставить!
- Ешь хорошо! Будешь плохо кушать, я тебя оставлю здесь, а сама домой уйду!
(уколов попрошу поставить, к врачу поведу ...)
- Будешь себя так вести, тебя никогда из больницы не выпишут!
- Нет, тебе не будут делать эту процедуру, посмотри туда! (в это время неожиданно ребенку ставят укол или делают другую болезненную манипуляцию)
- Ну не плачь! Ох уж эти врачи, им бы только уколы ставить!
- Что же ты плачешь! Посмотри: никто не плачет, только ты один тут рыдаешь!
- Не плачь, а то пойдешь на процедуры с чужой тетей!