**ЕСЛИ ВАШ РЕБЁНОК БОИТСЯ ВРАЧЕЙ**

1. **Прежде всего возьмите за правило никогда не пугать ребёнка врачом, больницей или уколами. Рассказывая ребёнку страшилки, в которых доктор предстаёт в образе мучителя маленьких детей, вы закладываете прочный фундамент для страхов.**
2. **Если в сознании ребёнка врач уже приобрёл черты злодея и остаться с ним один на один для малыша – то же самое, что встретиться с разбойниками или Бабой – Ягой, - это не повод для родителей опускать руки. Всё ещё можно исправить. Почаще рассказываете истории о том, как добрый доктор спасал людей и зверушек. Объясните, что врач никогда не вредит, а наоборот, помогает людям. Если малыш в кабинете всё-таки испытывает страх, держите его на коленях. Так он будет чувствовать себя увереннее.**
3. **Многие дети убеждены, что как только они войдут в поликлинику, им сразу же начнут делать уколы. Но это же не так! Предупредите ребёнка, что именно будет делать врач: посмотрит горлышко, послушает сердечко, проверит рост и т.д. Страх перед шприцем, конечно, победить невозможно и предупреждать об уколе заранее не стоит. Постарайтесь сократить время период ожидания, не оставляйте ему времени на испуг. Боль от укола, как правило, не велика. Основная причина заключена именно в «предвкушении» неприятного момента.**
4. **Объясняйте, для чего нужны приборы в кабинете врача, и они перестанут ему казаться орудиями пыток. Каких только ужасов не представляет себе перепуганный ребёнок при взгляде на обычные весы или хирургический молоток…**
5. **Не ругайте ребёнка, не просите его «взять себя в руки» и «быть большим (ой) мальчиком (девочкой)». Вы сами могли бы в его возрасте усилием воли усмирить свой страх? Зачем же требовать этого от ребёнка?**
6. **Не забывайте, что для ребёнка очень важно ваше эмоциональное состояние. Если на лице у вас тревога, то она наверняка передастся и ему. Улыбайтесь, разговаривайте с врачом, как со своим лучшим другом. Но не требуйте от ребёнка общительности. Для него это будет дополнительным стрессом.**

**Педагог-психолог: Гончарова И.И.**