



Спокойное отношение начинается с родителей

Если вы сами напряжены или обеспокоены тем, что ребенок может испытать негативные эмоции, это состояние передается малышу. Визит к врачу должен быть такой же, как поход в супермаркет.



Говорите правду

Конечно, очень хочется придумать что-то, чтобы успокоить ребенка перед кабинетом врача или сказать, что «будет не больно». Однако ложь вызывает недоверие, которое делает будущие визиты к врачу хуже. Совершенно нормально признаться ребенку, что делать уколы немного больно, но успокойте его тем, что боль не будет длиться долго, и вы все время можете держать ребенка на коленях или на руках.



Объясните, почему уколы очень важны

Иногда дети сильно расстроены, потому что они не понимают, почему уколы нужны. Конечно, родители должны будут адаптировать это объяснение к возрасту своего ребенка. Объясните, что уколы делают ребенка здоровым и сильным – например, как употребление овощей и чистка зубов. Это может помочь при посещении врача.