Психологические причины часто болеющих детей и при чём тут родители?

*«Часто болеющим ребенком» называют малыша, который болеет **более 6 раз в год, а период его выздоровления длится более 10 дней**. Предлагаем обратить ваше внимание не только на медицинские причины, но и психологические.*

Есть такое понятие в психологии, как «вторичная выгода», это некая польза, которую не видно сразу. На первом плане, на поверхности никакой выгоды нет, высокая температура, болит горло, кашель т.д., что же может быть тут хорошего, какая еще выгода! Но… как только малыш заболевает, мама, конечно же, уделяет повышенное внимание ребенку, его состоянию. И как это ни странно, именно в этот момент ребенок может чувствовать себя любимым.

Что происходит в отношениях, когда ребёнок заболевает:

- Уделяют много времени (Мама берет больничный, сидит рядом, ходит в поликлинику)

• Часто прикасаются (Мама трогает голову, проверяя температуру, делает протирания, чтобы сбить ее, наносит мази и т.д.)

• Заботятся (Заболевший ребенок получает от мамы многое: мама дает лекарства, готовит морсы, готовит любимую пищу, укрывает, укутывает малыша, и все это забота)

• Говорят приятные слова (Наполняясь жалостью к заболевшему ребенку, мамы, конечно же, говорят много ласковых слов и ребенок наполняется в эти моменты любовью)

• Дарят подарки (Некоторые мамы еще и начинают покупать разные вкусности, игрушки, делая болезнь все более и более «привлекательной»)

Другими словами болезнь ставит ребёнка в особые отношения с окружающими. Заболевший малыш оказывается в центре внимания. Когда он был здоров, взрослые занимались своими делами и уделяли ему не так много внимания. Теперь же они только им и заняты. Ребенок начинает ощущать себя центром вселенной, что педагогически очень опасно. Мудрое чадо понимает: меня так любят потому, что я болен. Значит, болеть хорошо! Естественно, никто из детей сознательно такого вывода никогда не делает, однако подсознание малыша «рассуждает» именно так. Ребенок «находит себя» в ситуации болезни! Она начинает ему нравиться!

Если болезнь дает малышу какое-то удовлетворение, которого он в обычное время лишен (например, ему все прощают, усиленно ласкают), то уже лишь из-за этого болезнь может затянуться. Ребенку уже хочется болеть. Ведь так приятно, когда все тебя любят!

Так же, когда взрослые открыто испытывают беспокойство, часто при малыше делятся своими тревогами, щупают детский лобик, говорят взволнованно и не подозревают, что все это сильно влияет на ребенка. Обеспокоенность взрослых ясно сигнализирует подсознанию малыша: «Со мной что-то не в порядке! Я какой-то не такой! Дело плохо!» И ребенок поддается этому внушению. Он начинает безотчетно беспокоиться, что лишь усугубляет его состояние. Педиатры при своих юных пациентах держатся бодро и никогда не выказывают беспокойства! Конечно, для мамы или бабушки это не так просто. Но нельзя и постоянно «заражать» малыша отрицательными переживаниями.

Хотя, разумеется, избежать такого печального педагогического результата можно, и вовсе не трудно. Если вы понимаете, что описанные ситуации имеют отношение и к вашей семье, я предлагаю вам обратить внимание на следующие моменты:

1. Следите за наполненностью любовью тогда, когда ребенок здоров! Ведь если ребенок чувствует себя любимым и у него нет дефицита, тогда нет необходимости заболевать.

2. Учите вашего ребенка напрямую просить то, в чем он нуждается: «Погладь мне спинку», «Посиди со мной перед сном» и т.д. Главное, предоставлять ребенку возможность получать мамино и папино внимание позитивным способом.

3. Выполняя просьбы малыша следите, чтобы это было не формально, для галочки, а с единственной целью наполнить ребенка, насытить, предупредить образование дефицита.

4. При первых признаках недомогания ребенка сохраняйте спокойствие, не паникуйте и не кричите: «Вот, опять кашель! Когда же это кончится?» Вместо этого спокойно, как бы невзначай, спросите малыша: «А чего бы хотелось моему солнышку?» Ответ может прозвучать так: «Собирать с тобой конструктор!» И это прольет свет на скрытую природу недугов ребенка.

5. Важно не количество времени, проведенное с ребенком, а его качество. У тебя всего полчаса в день на общение? Наполни их сильными эмоциями. Это могут быть игры, где и мама, и ребенок испытывают одинаковый азарт, разговоры по душам... Важно, чтобы ребенок чувствовал: эти полчаса мама с

ним всем своим существом, а не решает мысленно рабочие вопросы в то время, как бросает ему яркий мячик.

6. Следите за тем, чтобы в дни болезни ребенку не было позволено то, что запрещено, когда он здоров, например, больше мультфильмов. Пусть он усвоит: в недуге нет абсолютно ничего привлекательного!

7. Если вы замечаете, что болезнь становится «привлекательной» для вашего ребенка, стоит подчеркивать недостатки болезни, создавать ограничения, чтобы ребенок скорее хотел выздороветь. Т.е. ребенок во время болезни должен осознавать, что он лишается важных для него преимуществ — возможности гулять и т.д. В то же время важно стараться поддержать в нем хорошее настроение, т.к. оно крайне положительно влияет на иммунитет, заботясь о здоровье понимать все процессы, о которых мы говорим.

В детстве человек учится многому, в том числе здоровью или болезненности. Ведь в будущем кто-то будет смело купаться в проруби, а кто-то — постоянно бегать по врачам. Одни решают проблемы просто, другие предпочитают уйти в болезнь и даже инвалидизируются (получая выгоды в виде льгот и определенного положения в обществе). То, как будет вести себя ваш ребенок в будущем, зависит от его воспитания и его отношения к здоровью и болезни.