

СТРАХ БЕЗ «ПРИЧИНЫ»

Мы снова говорим о детских страхах вообще и страхе стоматолога в частности. Тема нашей сегодняшней беседы — страх без «причины». Слова «причина» не просто так взято мною в кавычки, ибо мое личное мнение таково, что причина у страха есть всегда, но ее либо не хотят, либо не могут найти или находят причину-«отмазку». «Да он у меня робкий! Трусливый. Давайте я лучше сама...» Трусость, как черта характера очень не желательна. Формировать и развивать ее — нежелательно вдвойне. А вот списывать на нее все неудавшиеся поступки ребенка, а также корректировать поведение в сторону уменьшения самостоятельности — уже преступно!

1. Трусость — первый шаг к неудачам!

Мы многократно обсуждали два крайних полюса воспитания — гиперопеку и сверхтребовательность. В первом случае ребенка охраняют от любых переживаний, оберегают от самостоятельной деятельности: лучше оденем сами — чтоб было красивее, лучше покормим сами — чтоб было быстрее, и т.д. Таким образом, ребенок сосредотачивает всю свою любовь и привязанность на матери, отце или других членах семьи, с кем наиболее тесно контактирует и отказывается проявлять интерес к кому-либо еще. Они привыкают к мысли, что мир полон опасностей, неизвестностей, трудностей, с которыми ему никак не справиться, потому что он маленький, слабый. Никто не будет опекать его лучше, чем мама, никто не нужен, кроме мамы и потеря контакта с мамой уже на несколько минут приводит к нарастанию паники. Та же реакция будет наблюдаться при необходимости делить внимание мамы с кем-то еще, например доктором. Замкнутость, боязливость, отторжение чего-то нового, отказ идти на контакт со сверстниками, обособленность в играх — все это формирует комплекс неполноценности.

Сверхтребовательность, требование «чистого» выполнения задания: «Как ты держишь щетку? Возьми одной рукой!»; «Почему на тебе разные носки? Что это за пятна? Ты что клоун?»; «Ты что идиот, не знаешь, что дятел это птица? Где ты нарисовал его лапки?»; «Ты должен был решить все задачки! Почему ты хочешь, чтобы мне было за тебя стыдно?» Желание взрослых, чтобы ребенок сразу все делал ПРАВИЛЬНО, загоняет ребенка в безвыходное положение, так как он еще не знает как правильно, он только учится, но он постоянно подвергается критике и боится сделать что-то не правильно. Как результат, чтобы не ошибиться лучше ничего не делать. Комплекс неполноценности формируется «с другой стороны». Ребенок понимает, что бы он ни делал,

он не может быть в безопасности от новых неприятностей.

Что в первом, что во втором случае дети начинают избегать проявлять любопытство к чему-либо новому. В-первом — потому что новое может быть опасным, даже не так — новое ОБЯЗАТЕЛЬНО будет опасным, неприятным, страшным. Во-втором — уверенность, что новое будет сложным, непонятным.

Единый ярлык «трусливый» покрывает и оправдывает все естественные позывы любопытства. В случае сверхтребовательной формы воспитания любопытство может быть введено в ранг нежелательного, некультурного, проявления «детского» восприятия. Оно одергивается, обрывается, расценивается как отвлечение от ВАЖНОГО. Например, если рисуешь, то НЕЛЬЗЯ рассматривать, что на карандашах написано, и что означают эти буквы тоже спрашивать нельзя, нельзя пытаться скосырнуть краску, чтобы увидеть что под ней. В случае гиперопеки трусость — это повод еще большей опеки: трусость объясняет беспомощность, а беспомощность требует помощи! При попытке намекнуть родителям, что их ребенок просто трусит, родители благоговейно разводят руками и говорят: «А что тут поделаешь? Таким родился!»

Я не исключаю того, что у каждого закладывается свой тип темперамента, а так же то, что и во время внутриутробного развития, и в раннем детском возрасте ребенок мог быть подвергнут стрессу, который негативно отразился на его психике. Но укрепление и развитие характера лежит на совести тех, кто заботится о ребенке. Если прививать здоровое любопытство, желание познавать и умение критически оценивать риски и опасности — проблем будет меньше.

Сегодня мы говорим о детях 3-5 лет. Это период сформированного временного прикуса. Вопросы личной гигиены становятся перед маленьким человеком ребром, потому что он начинает посещать организованный коллектив — детский садик. И вот парадокс — мамы продолжают шнуровать ботинки, закидывать в рот котлеты, тащить за своими детьми ранцы и сумочки... Но хотя, чтобы он или она сами умели чистить зубы. Вот прямо так взяли и начали чистить — и пасту не ели, и щетку не роняли, и налет вычищали, и рот полоскали, и футболку не обливали, и все это с большим желанием, прямо с радостью и вообще не отвлекая родителей. А если вдруг возникла какая-то стоматологическая проблема — зуб там черненьким стал или заболел, то сразу говорили: «Мам, пап — у меня кариес в левом пятом зубе!». А лучше сами к стоматологу и записались, и пошли, и без проблем поехали. То есть ложку держать мы учились

сколько? А щетку раз и понеслись?

Не будет этого, если ребенок привык, как в ракушку прятаться в свои страхи при любом удобном случае. А заставлять силой ребенка подчиниться неизбежному (под «неизбежным», я понимаю поход к стоматологу) обречен на провал! Вы себя попробуйте заставить сделать то, что Вам не хочется! Сразу найдется масса причин, отговорок, объяснений, неотложных дел или просто Вы разрешите себе сделать ЭТО ПОТОМ, ЗАВТРА! А завтра, как Вы помните — никогда не наступает.

2. Серьезные последствия несерьезного отношения.

Приведу пример из книги Альфреда Адлера «Воспитание детей».

«Мальчика, не умеющего плавать, постоянно дразнили товарищи. Вскоре он не смог выносить насмешек и однажды бросился с трамплина в воду. Его с трудом удалось спасти. Вряд ли можно назвать правильным поступок, когда трус, опасаясь потерять престиж, совершает какие-либо действия, противоречащие его трусости. Это часто трусливый, бесполезный способ перебороть естественную боязнь, так, как это мы видели в приведенном выше примере. Настоящая трусость его состояла в том, что, опасаясь потерять авторитет среди друзей, мальчик побоялся признаться в неумении плавать. Отчаянный прыжок в воду не избавил его от трусости, а лишь еще раз доказал трусливую склонность уходить от признания очевидных фактов».

Поверьте моему опыту. Мне не раз встречались взрослые, которые «бросались» в стоматологическое кресло, как в воду с трамплина. Просили сделать все зубы сразу, под максимальным обезболиванием, а лучше под наркозом, невзирая на возможные риски и осложнения, настаивали на удалении там, где возможно было лечение... и ГЛАВНОЕ — максимально затягивали узел проблем, откладывая поход к стоматологу еще на денек.

Проблема начиналась в детстве, часто с помощью родителей, которые тоже не очень любили походы к стоматологу. Их легко было уговорить или надавить истерикой, паникой, резким нежеланием двигаться в сторону ненавистного кабинета. А почему ненавистного? Кто подсказал им, что можно реагировать на стоматолога именно так? Кто оправдывает любое поведение, потому что это ж реально страшно! Кто напрочь забыл «заветы» мамы Крошки Енота (немного перефразирую) — ДАЖЕ СО СТОМАТОЛОГОМ МОЖНО ПОДРУЖИТЬСЯ!

3. Подружись со своим страхом!

Дорогие родители, если вы боитесь стоматолога, то вам придется об этом забыть (желательно навсегда!), потому что Ваш страх даже на ментальном уровне передается ребенку. Вы должны быть свято уверены сами, что БОЛЬШИНСТВО стоматологических процедур не принесут никакого дискомфорта! Вы должны убеждать, что только СТОМАТОЛОГ и никто другой! Знает СЕКРЕТ ЗДОРОВОЙ БЕЛОЗУБОЙ УЛЫБКИ, КОТОРАЯ ТАК НРАВИТСЯ ДЕВОЧКАМ/МАЛЬЧИКАМ! Здоровые зубы — это вещь абстрактная, а вот комплимент от понравившейся девочки или мальчика — это аргумент!

Придите в кабинет «на экскурсию», «за компанию» с тем, кто не боится, и кому назначены профилактические процедуры. И не забывайте, что детская стоматология — это гигиена, герметизация и ремтерапия! В норме у Вашего ребенка не должно быть дырок с воспаленными нервами «обугленных» зубов и раннего удаления!!! Не давайте своему ребенку сверхзадач. Не формулируйте так: «Ты хорошо почистил зубы»? А Вы сами знаете, что значит «хорошо» в этом вопросе? Увлечите ребенка так, чтобы он начал СТАРАТЬСЯ. Делайте это вместе, в соревновательно-развлекательном ключе: «А у тебя скрипит зуб, если потереть его пальцем? А на что это похоже? А я как ди-джей, сейчас буду на зубах играть! А посмотри, у меня щетка в зубе отражается! Так он сверкает!» Пускайте зайчиков, плюйте водой, как кашалоты — делайте все, чтобы скучное, рутинное занятие стало веселым. И постоянно намекайте, что у стоматолога может быть еще

веселей, потому что и щетка там волшебная, и на кресле как покататься можно. Пусть Вы немного приврете, а может и нет. Может Вам пощастливиться обратиться к такому доброму и понимающему стоматологу, как я! В любом случае придите к врачу «в разведку» а не как на эшафот!

4. Лень или трусость? Что «покрывает»?

Любой ребенок желает быть в центре внимания, особенно в центре внимания любящих его людей. Трусость и лень не редко становятся тем «инструментом», который помогает ребенку добиться желаемого. О трусости мы говорили. Теперь о лени. Знакомый ответ на вопрос: «Ваш ребенок чистит зубы?». «Да, но очень неохотно, он ленится. Да он у нас вообще ленивый, трудно что-то заставить делать».

Дети, у которых мало уверенности в себе часто используют лень как ширму, за которой прячутся возможные неудачи. Гораздо проще представить себе, что ты мог бы сделать, если бы не был ленивым. НО: «Увы, я ленивый, так что уж как-то так...» Ленивых детей всегда ругают в более мягкой форме, это не так обидно, чем признание собственной неспособности. Любой «наганяй» — это подтверждение того, что и начинать дело не стоит. Как бы сильно и строго не был наказан такой ребенок он не превратится с ленивого в трудолюбивого. Поэтому практика «чистки зубов в слезах», часовое размазывание пасты по лицу не увенчается успехом. Ситуацию изменит только

неожиданный успех! НО следует не забывать, что взрослые часто используют тот же прием. Не желая «напрягаться» в поисках стимула для своего ребенка, в отсутствии веры в свои силы, они быстро объявляют себя ЗАНЯТЫМИ, а ребенка ТРУСЛИВЫМИ. «Не желает, не хочет, потому что лениться или боится. А что я могу сделать? Вы доктор — вы и разбирайтесь!»

5. Умение сотрудничать

На правах доктора позвольте дать несколько советов. Прекратите баловать своих детей. БАЛОВАТЬ и ЛЮБИТЬ это не одно и то же! Пресекайте любые соревнования среди родственников на тему «кто больше любит...». Не потворствуйте своим детям, ведите с ними открытый диалог как с равными себе. Ваша задача поделиться опытом и научить выносить ценные уроки из успехов, и неудач. Учите ребенка СОТРУДНИЧАТЬ с Вами, друзьями во дворе, учителями в школе, тогда он сможет сотрудничать и с доктором. Он не будет бояться того, кто друг, потому что так сказали родители. А родители — это авторитет! Будьте авторитетом для ваших детей. Ободряйте, но не перехваливайте. Иначе ребенок будет считать, что от него много ожидают, и он не справится. Укрепляйте уверенность в себе исподволь, не заметно, завлекая самим процессом, а не делая акцент на результате. Но закрепляйте полученный результат вниманием и любовью! Пусть ваши дети стремятся преодолеть свои страхи, чтобы Вы гордились тем, какие они смелые!



СОВРЕМЕННАЯ
ОРТОДОНТИЯ

АССОЦІАЦІЯ
СТОМАТОЛОГІВ
УКРАЇНИ

2014

ОТКРЫТА ПОДПИСКА НА ЖУРНАЛ
«Современная ортодонтия» на 2014 г.

Подписаться на журнал Вы можете во всех отделениях Укрпочты, подписной индекс – 99714

в офисе СП «Промед»:
Украина, 01034, г. Киев, ул. Лысенко, 4а, тел. 0(44) 278-73-64.

либо оплатив 240 грн. за годовую подписку (для Украины) на указанные ниже реквизиты
и сообщив свой адрес по тел. 0(67) 449-31-24

Одержувач: ФО-П Одеренко Віталій Сергеевич
Код ЄДРПОУ 2641700876
Банк одержувача: ПАТКБ «ПРАВЕКС-БАНК» м. Київ
Р/р 26002799975297
МФО 380838
Призначення платежу: передплата за журнал «Сучасна ортодонція» за 2014 р.

Подписка в странах СНГ:

Азербайджанская Республика

- ОАО «Гасид», г. Баку, ул. Джавадхана, 21, AZ-1102, тел.: (994-12) 493-14-06, 493-06-19;
- ПО «Азерметбуатяйымы», г. Баку, ул. Джейхуна Гаджибейли, 30, AZ-1007, тел. (994-12) 440-27-85.

Республика Армения

- ЗАО «Армпечать», г. Ереван, Площадь Сасунци Давида, 2, 375005, тел. (3741) 45-82-00;
- ООО «Пресс-Атташе», г. Ереван, Проспект Маршала Баграмяна, 45-10, РА-0019, тел. (37410) 270-222.

Республика Молдова

- ГП «Пошта Молдовей», MD-2012, Республика Молдова, г. Кишинэу, Бульвар Штефан чел Маре, 134, тел. (373-22) 251-213;
- АО «Молдпресса», MD-2012, Республика Молдова, г. Кишинэу, ул. 31 Аугуст, 85, тел. (373-22) 22-24-33;
- ТОВ «Vector V-N», MD-2001, Республика Молдова, г. Кишинэу, Привокзальная площадь, 2-А, тел. (373-22) 27-55-65;

- ГУЛ «ПОЧТА ПРИДНЕСТРОВЬЯ», MD-330, Приднестровская Молдавская Республика, г. Тирасполь, ул. Ленина, 17, тел.: (373-533) 8-97-09, 8-97-92.

Российская Федерация

- ЗАО «МК-Периодика», 111524, г. Москва, ул. Электродная, 10, Российская Федерация;
- ООО «Вся пресса», 127015, г. Москва, ул. Новодмитровская, 5а, оф. 807, тел. (495) 787-34-49.

Республика Беларусь

Каталог подписки РУП «Белпочта», раздел журналы Украины. Подписной индекс для индивидуальных подписчиков – 99714, для предприятий и организаций – 997142.

Россия

«Роспечать» каталог «ГАЗЕТЫ. ЖУРНАЛЫ»
Подписной индекс – 49405.