

MAŽŲ VAIKŲ REIKALAI PAS GYDYTOJUS: vaistai, skiepai, kraujo tyrimai, dantistai ir kt. vaikų „siaubai“.

KAIP BŪTŲ GALIMA PADĖTI VAIKUI ĮVEIKTI ŠIUOS IŠŠŪKIUS?

Mes negalime apsaugoti savo vaikų nuo šių medicininių procedūrų sukeliama skausmo. Gyvenimas tiesiog nutinka... Kartais vaikučiui tenka ir ligoninėse gulėti, vaistukus leisti, atlikti tyrimus ir pan. Tai tikrai nemalonu, skausminga, o jeigu dar vaikutis jautresnis, tai tampa tikru iššūkiu vaikui ir galvos skausmu tėvams. Tačiau tai nereiškia, kad jiems visiškai negalime niekuo padėti.

Štai keletas patarimų, kaip būtų galima palengvinti vaikams šiuos išgyvenimus:

***Pripažinkite vaiko jausmus.

Neteisinga reakcija: „Baik čia, nieko tokio, nėra taip blogai. Tiesiog leisk sėselei tai atlikti ir viskas bus baigta“. „Neverk. Tu juk didelis berniukas“.

Rekomenduojama reakcija: „Tikrai gali būti baisu galvoti, kad kažkas tau durs į ranką“. „Tai skausminga. Tau gali nepatikti“.

***Pasitarkite vaizduotę, kai tam tikri dalykai neįmanomi realybėje.

„Aš norėčiau, kad vaistus būtų galima patalpinti į ledinuką. Tu juos suvalgytum kartą savaitėje ir niekada nebesirgtum“.

***Pasiūlykite pasirinkimą.

„Į kurią rankytę norėtum, kad skiepytų – dešinę ar kairę?“
„Ar tu nori sėdėti šalia manęs ar ant mano kelių?“.

***Suteikite informacijos apie tai, kas laukia procedūros metu.

„Šis skiepas bus greitas. Jis truks tiek laiko, per kiek aš suplošiu du kartus. Stai taip – suploti du kartus“.
„Šio skiepo metu į tavo kraujuką įleis kovotojus, vadinamus antikūnais. Jie kovos prieš ligą, taigi, tu nesusirgsi“.



„Tai, kaip kalbame su savo vaikais, tampa jų vidiniu balsu“. — Peggy O'Mara

*** Išbandykite problemų sprendimo metodą.

Tėvai: „Kas tau galėtų palengvinti išbūti šią procedūrą? Gal būtų naudinga į ką nors žiūrėti procedūros metu?“.

Vaikas: Ar galėčiau turėti M&M saldainių? Aš galėčiau suvalgyti kelis žalius iš karto po skiepo.

Tėvai: „Tai taip ir padarom“.

***Būkite žaismingi.

„Aš matau kaip vaistukai keliauja per tavo gerklytę, link skranduko. O štai dabar jie juda link tavo kojų“.

***Imkitės veiksmų be įžeidinėjimų ir pan.

„Aš paimsiu tave ant savo kelių, kol gydytoja tau atliks procedūrą. Aš žinau, kad tau tai nepatiks“.

Tėvystė yra menas, o ne mokslas. O vaikai yra labai skirtingi. Todėl konkrečios priemonės gali tikti vienam vaikui, bet netiks kitam. Tik, mes tėvai, geriausiai pažindami savo vaiką, galime nuspręsti kada ir kiek leisti vaikui kontroliuoti situaciją. Būkite kūrybingi ir žaismingi.

Paruošė Klaipėdos PPT psichologė Ugnė Kundrotienė

pagal Faber, Joanna; King, Julie. How To Talk So Little Kids Will Listen. A Survival Guide to Life with Children Ages 2–7. Bonnier Publishing Fiction.