

detkityumen.ru

Как при помощи чтения убедить ребенка чистить зубы и ходить к стоматологу

Чего только порой не перепробуют родители, прежде чем убедить ребенка чистить зубы и уж тем более пойти в стоматологию. На все уговоры упрямый маленький человек отвечает твердым и решительным "нет". В такой ситуации помощь придет из довольно неожиданного источника. Речь о детских сказках, но не о простых, а терапевтических, чья задача – направить детское поведение в нужное русло. Как работает сказкотерапия, рассказываем на примере детских книг из "Библиотеки Чеширского кота" стоматологии "Доктор Альбус".

Давно доказано, что сказкотерапия или "лечение сказками" – один из наиболее действенных способов коррекции детского поведения. Не зря с древних времен подрастающее поколение воспитывали на волшебных историях. Полагают, что без этого фольклорного, а теперь и литературного жанра у детей формируются ошибочные жизненные ценности, установки и приоритеты. Особую значимость сказка играет в самом раннем возрасте, когда ребенку так важно научиться отличать добро от зла. Это своего рода подсказка, как лучше поступить, какой путь избрать и где найти выход из сложившейся ситуации. Считается, что дети, которым читают сказки, меньше сталкиваются с проблемами социализации, определением своего предназначения и места в жизни.

Терапевтическая сказка оказывается эффективной и там, где взрослый человек порой оказывается педагогически бессильным. Ее отличительная черта – мягкое воздействие на сознание ребенка, способность снять тревогу и успокоить, придать уверенности в собственных силах. Любая сказка содержит в себе определенный жизненный сценарий, конфликт интересов и, самое главное, примеры того, как справляться с разными жизненными трудностями. В действующих лицах терапевтических сказок дети легко узнают себя, а в историях, происходящих с вымышленными персонажами, угадывают личные переживания и тревоги. Ассоциируя себя с героями книг, дети вместе с ними побеждают страхи и укрепляют свою уверенность в том, что любые проблемы решаемы.

Важно, что такие книги написаны при участии детских психологов и ученых, которые не просто сочиняют веселые приключения, но и закладывают в сказки более глубокий смысл. Такие поучительные истории позволяют раскрыть детские страхи, понять, чего боится ребенок, и минимизировать его негативные ощущения и эмоции. Этот момент особенно важен, когда речь заходит о лечении зубов, которое у большинства детей вызывает беспокойство и волнение. Читая терапевтические книжки вместе с родителями, ребенок незаметно для себя настраивается на предстоящий поход к стоматологу, меняет отношение к уходу за зубами и к лечению.

Как работает сказкотерапия, рассмотрим на примере нескольких литературных историй.

"Котенок Пух и зубная фея". Автор Анна Купырина

История про котенка Пуха и его молочный зуб, который в один прекрасный день начал шататься, заинтересует как малышей двух лет, так и школьников начальных классов. В лице главного героя – котика-сладкоежки, чье любимое лакомство – овсяное печенье с молоком, дети с легкостью угадают себя и своих друзей. А узнав, будут следить за развитием событий с особым интересом.

Ситуация, в которую попадает котенок Пух, дает родителям возможность обсудить со своими детьми такие вопросы, как зубная гигиена, профилактика кариеса, вредное и полезное питание, молочные зубки и особенности ухода за ними, визит к стоматологу и удаление зуба. На примере общения главного героя с мамой ребенок видит, что нет таких тем, которые нельзя было бы обсудить с родителями, что значимо для формирования доверительных отношений в семье.

Не менее важный момент – то, что котенок Пух, олицетворяющий собой всех маленьких детей, которые столкнулись с непривычной и поэтому пугающей ситуацией, открыто говорит с родителями о своих тревогах. Несмотря на то, что герой книги – мальчик, мама не призывает его вести себя как храбрый рыцарь без страха и упрека, а, наоборот, помогает сыну пережить все эмоции. Сначала дает возможность проговорить их вслух, а потом увидеть пути их преодоления. Таким образом детские переживания не обесцениваются, не принижаются взрослым, а проживаются ребенком в полной мере. И уже после того, как маленький человек открыто заглядывает в лицо своему страху, он смело и, что немаловажно, добровольно соглашается на визит к стоматологу. Пусть это решение и подкреплено желанием ребенка заработать подарок от зубной феи, оно не становится от этого менее свободным и конструктивным. Герой книги приобретает положительный опыт общения с доктором и в качестве награды получает подарок, который помогает закрепить позитивный результат.

"Микроб Иннокентий и черная дыра". Автор Мария Мамкаева

Эта книга о жизни невидимых глазу существ интересна уже тем, что принадлежит перу настоящего ученого – микробиолога Марии Мамкаевой. Мария является автором образовательных детских программ по биологии, художником и мамой троих детей. Именно нежелание младшего сына автора книги побудило Марию придумать детективную историю про мальчика Ярика и микроба Иннокентия.

Оказывается, микробы не так примитивны, как могут показаться на первый взгляд. Они, как и люди, общаются между собой, отличаются друг от друга характером и темпераментом, имеют свои занятия и хобби. Именно любимое развлечение микроскопических друзей Кеши и Гарри – катание на больших белых горках, а по-нашему зубам, столкнуло их с Кариесом, разрушающим их аттракционы. Справиться со злодеем микробам Кеше и Гарри оказалось не под силу. И тогда на помощь друзьям пришел стоматолог, который убрал кариес, поставил спасительную пломбу и навел во рту мальчика чистоту и порядок.

Книга "Микроб Иннокентий и черная дыра" содержит множество познавательных научных фактов, рассказанных доступным для детей младшего школьного возраста сказочным языком. Где живут и как распространяются микробы, чем они питаются, в каких условиях чувствуют себя плохо, а в каких – как рыба в воде, почему самый привлекательный курорт для них – человеческий рот. После прочтения книги ребенок поймет, зачем человеку необходимы зубы, а зубам, в свою очередь, – чистота. Почему не стоит увлекаться сладким, а щетку нужно менять регулярно, и уж никак не раз в три года.

Эта история – наглядная иллюстрация того, что происходит во рту человека, который не следит за зубами, зато увлекается сладостями и компотом. На примере героя книги – мальчика Ярика юные читатели осознают важность гигиенических процедур и регулярных визитов к стоматологу. Благодаря книге щетка и паста станут верными друзьями ребенка, даже если до этого он наотрез отказывался чистить зубы.

"Тося-Бося и пир у Зубной феи". Автор Лина Жутауте

Тося-Бося, главная героиня книги – наглядный пример того, что ребенок не воспринимает нотации и увещевания взрослых. Дырки в зубах, вставные челюсти, которыми страшат родственники, – это же так весело! А вот чистить зубы, наоборот, скучно. И переубедить упрямыцу не в силах ни ее семья – мама, папа, бабушка и собака Чуча, ни друзья – волшебные персонажи, населяющие сказочный мир Тоси-Боси. Понять свои ошибки и вынести из них опыт девочке помогает "потерянное на почте" приглашение на пир Зубной феи. Чтобы попасть на праздник, Тосе-Босе предстоит пройти нешуточные испытания: преодолеть Болото забытых зубных щеток, вулкан с кипящей зубной пастой, ров с эликсиром от кариеса и забраться по веревке из зубной нити во дворец, где проходит пир. Только столкнувшись с последствиями своего упрямства, Тося-Бося понимает, что была не права

и зубы все-таки следует чистить, причем как следует.

Эта история, написанная легко и увлекательно, будет интересна как малышам, которые только привыкают к зубной щетке и пасте, так и детям постарше. В книге про Тосю-Босю много забавных иллюстраций, а текст написан крупным шрифтом, поэтому следить за приключениями милой проказницы смогут даже начинающие чтецы. История Тоси-Боси подтверждает тот факт, что к каждому ребенку требуется свой подход. Так, если кому-то достаточно серьезного разговора с родителями об опасности плохой гигиены, то на кого-то рациональные доводы не имеют никакого влияния. И тогда на помощь придет легенда о Зубной фее, которая, как оказывается, не приглашает к себе на пир тех, кто не любит чистить зубы.

"Врач. Детская академия". Автор Стив Мартин

Терапевтическая книга – это не обязательно сказка. В такой роли может выступать и обучающее научное пособие, призванное рассказать детям о профессии врача. Пример такой книги – мини-энциклопедия из серии "Детская академия", которая знакомит со множеством любопытных фактов: как доктора спасают жизни, оказывают неотложную медицинскую помощь, ставят правильные диагнозы, проводят осмотры и операции.

Каждая страница книги – погружение в мир медицины. С помощью рентгеновских снимков и экскурсии в операционную ребенок может заглянуть внутрь человеческого тела. По информации о симптомах частых заболеваний – поставить диагноз. Усиливают вовлеченность в познавательный процесс интерактивные приемы: карточка студента-врача, которую владелец экземпляра книги заполняет сам, нарисованный им же плакат на тему "Здоровый образ жизни", опросы с вариантами ответа и верными подсказками.

В "Детской академии" дети проходят настоящую учебу и в результате получают удостоверение выпускника врачебного курса. За каждое выполненное задание "студент" получает оценку – наклейку и переходит на следующую обучающую ступень.

Безусловным плюсом издания являются полезные советы, к примеру, о том, почему нельзя принимать лекарства без ведома взрослых или почему профилактика эффективнее лечения. Детей привлекает и практическая часть книги: следуя пошаговым инструкциям, ребенок может измерить свой пульс и объем легких. Наглядно и убедительно детям объясняют, почему не стоит пугаться уколов и что делать, если вывихнул плечо.

Автор книги подчеркивает важность для этой профессии эмпатии, умения работать в команде и общения с людьми в самых разных состояниях, ведь врачи должны быть добрыми, отзывчивыми, чуткими и понимающими. Благодаря этой мини-энциклопедии ребенок получит представление о необходимых доктору знаниях, навыках и личных качествах, поймет, что главная задача врача – помочь каждому пациенту. Поэтому бояться ситуаций, когда предстоит визит в больницу или поликлинику, совершенно точно не следует.

Обращаясь к книжке за терапевтической помощью, родители должны понимать, что одного прочтения поучительной истории может оказаться недостаточно, чтобы изменить настрой ребенка или его мнение. После знакомства со сказкой ее нужно обязательно разобрать: обсудить сюжет, развитие событий и развязку. Поговорить о жизненных ценностях, которые книга пропагандирует. Главное – донести до юного чтеца, что для любого поступка необходима внутренняя сила. Она есть у каждого человека, правда иногда скрыта от глаз переживаниями и неуверенностью. Нужно победить свои страхи, и тогда эта сила поможет в любой ситуации.

Семейная стоматология "Доктор Альбус"

<http://doctor-albus.ru>

+7 (3452) 398-338 </p><p> +7-982-770-43-33

ул. Олимпийская, 6

ул. Гранитная, 4

Адрес на сайте «Детки!» detkiyumen.ru/biblio/category135/category137/4819/