*Болезни*

Каждый четвертый ребенок реагирует на посещение детского сада частыми простудными заболеваниями. В детском саду дети «обмениваются» инфекциями, но основная причина частых болезней кроется в другом. Резкая смена привычного образа жизни, привычной обстановки ослабляют иммунитет малыша, из-за чего он и подхватывает болезнь с такой легкостью. Далее, ребенок бессознательно усваивает: когда болеешь — в садик не водят, оставляют дома и мама сидит рядом и заботится, как раньше, до садика. Значит, болеть лучше, чем быть здоровым.

Поймите правильно: ребенок не «симулирует» болезнь - он болеет по-настоящему. Но его бессознательное «запоминает» механизм: болезнь помогает избавиться от стресса, связанного с посещением детского сада.

Значит, решать проблему частых болезней нужно комплексно. Во-первых, конечно, укреплять физическое здоровье малыша; причем желательно позаботиться об этом прежде, чем ребенок пойдет в детский сад. Собственно, ничего сверхъестественного от вас не требуется: закаляйте ребенка, следите, чтобы он полноценно питался, побольше гулял и хорошо спал.

Во-вторых, необходимо помочь малышу справляться со стрессом как-то иначе, чем посредством болезни. И прежде всего, конечно, постараться уменьшить сам стресс. Если ребенку плохо в детском саду, потому что у него не складываются отношения с воспитателями, нужно стараться наладить эти отношения — или искать другой садик. Может быть, стоит еще какое-то время оставлять его в саду только на полдня, устраивать ему дополнительный выходной посередине недели. Если вы чувствуете, что он еще психологически не готов к посещению детского сада, приложите все усилия к тому, чтобы оставить его дома еще на полгода или год — ведь здоровье малыша дороже, чем ваш немедленный выход на работу.

Если ваши старания не приносят результата, не стесняйтесь обращаться за помощью к специалистам — детским психологам. Игровая или сказка-терапия поможет ребенку обрести новые, более здоровые и адаптивные средства выражения и переживания своих эмоций.