

Мама-терапия - лечение маминой любовью

Каждая мама способна помочь ребенку справиться с любой трудной ситуацией, даже с тяжелой болезнью. Под руководством врача она может избавить малыша от страхов, бессонницы, заикания и прочих нервных нарушений. Наконец, мама может дать ребенку установку на счастье - и он станет счастливым и успешным человеком. У нас в стране в данном направлении работает известный детский психиатр профессор Борис Зиновьевич Драпкин; он расскажет, как необходимо общаться и взаимодействовать со своим ребёнком:

Сосуд для любви.

Ребенок - сосуд для маминой любви. Если малыш наполнен ею - он счастлив, нормально развивается. Недолюбленное дитя плохо себя ведет, становится непослушным, может начать заикаться, мочиться в постель; получив травму, подхватив инфекцию, выздоравливает медленно и плохо. Но стоит маме наполнить его своей любовью, и выздоровление идет гораздо успешнее.

Но как передать малышу свою любовь?

-Западные специалисты считают: прежде всего взглядом и прикосновениями. **Как можно чаще с любовью смотрите в глаза ребенка, поглаживайте, прижимайте, подкидывайте, шутливо с ним возитесь...**

-**Примерно до 2 лет мама вообще не должна расставаться с малышом.** Если в это время она выходит на работу или ведет светский образ жизни - часто ходит в гости, уезжает отдыхать, а ребенка оставляет на бабушку или няню, - поток любви прерывается, малыш начинает чаще болеть, хуже развивается.

И еще огромное значение для ребенка - не только младенца, но и дошкольника, и даже младшего школьника, - **имеет мамин голос.** Ребенок начинает слышать его с пятого месяца внутриутробной жизни, родившись, он узнает его, эмоционально реагирует, различает интонации. Мамин голос становится как бы внутренним голосом ребенка. Если мама предъявляет к маленькому много претензий, распекает, что он не такой, как хотелось бы, ребенку как бы задается программа неудач и болезней. И наоборот: если этот голос постоянно одобряет, поддерживает, дает установку на счастье, здоровье, то все психоэмоциональные процессы приходят в норму.



Во время болезни -**мама для больного малыша - лекарство сильнее таблеток, порошков и микстур.** Мама любит своего ребенка независимо от того, послушный он или нет, больной или здоровый. Ее любовь должна быть безусловной.

Установка на счастье.

Как можно чаще поддерживайте и одобряйте своих детей. Фразы, которые надо произносить, - не случайные. Каждое слово - продуманное и проверенное, менять их нельзя. Базовая часть внушения, состоящая из 4 блоков, полезна любому ребенку, даже самому здоровому и счастливому.

1-й блок - "витамин материнской любви": с помощью этих слов мама изливает свою любовь на ребенка.

"Я тебя очень-очень сильно люблю. Ты самое дорогое и родное, что у меня есть. Ты моя родная частичка, родная кровинушка. Я без тебя не могу жить. Я и папа тебя очень сильно любим".

2-й блок - установка на физическое здоровье. При легких недомоганиях одна эта "мама-терапия" может излечить без всяких лекарств.

"Ты сильный, здоровый, красивый ребенок, мой мальчик (девочка). Ты хорошо кушаешь и поэтому быстро растешь и развиваешься. У тебя крепкие, здоровые сердечко, грудка, животик. Ты легко и красиво двигаешься. Ты закаленный, редко и мало болеешь".

3-й блок - установка на нервно-психическое здоровье, нормальное психическое развитие

"Ты спокойный мальчик (девочка). У тебя хорошие крепкие нервы. Ты терпеливый, ты добрый, ты общительный. Ты умный. У тебя хорошо развивается головка. Ты все хорошо понимаешь и запоминаешь. У тебя всегда хорошее настроение, и ты любишь улыбаться. Ты хорошо спишь. Ты легко и быстро засыпаешь, ты видишь только хорошие добрые сны. Ты хорошо отдыхаешь, когда спишь. У тебя хорошо и быстро развивается речь".

4-й блок отражает народную мудрость. Издревле мама брала больного ребенка, прижимала к себе и своей внутренней силой очищала его от недуга: "Отдай мне свою болезнь!"

"Я забираю и выбрасываю твою болезнь и твои трудности. (Далее мама называет конкретные проблемы ребенка.) Я забираю и выбрасываю твой плохой сон (если ребенок плохо спит). Я забираю и выбрасываю твои страшные сны. Я забираю и выбрасываю твою плаксивость. Я забираю и выбрасываю твою нелюбовь к еде. (И заключительная фраза на мажоре...) Я тебя очень-очень сильно люблю".

Говорите эти слова вашим сладко спящим детишкам - и они обязательно вырастут здоровыми, умными и счастливыми.

Время и место.

Лучше всего заниматься новой методикой, когда ребенок спит. Он прекрасно запомнит, что мама говорила ночью. Итак, через 20-30 минут после того как малыш заснул, садитесь к его кровати с текстом в руках и трижды читайте каждую фразу: сначала мысленно для себя, потом мысленно - обращаясь к ребенку, затем вслух.

Делайте это каждый день: месяц, два - зависит от состояния ребенка. Ни высокая температура, ни другие проявления болезни противопоказаниями не являются. А вот если сама мама не в форме - заболела, взвинчена, - сеанс лучше отменить.

