«Дети святы и чисты.

 Нельзя делать их игрушкой своего настроения»

А.П.Чехов

 Что такое психоматика? **Психосоматика** (др.-греч. ψυχή — душа и σῶμα — тело) — направление в медицине (**психосоматическая** медицина) и психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение, течение, исход соматических (телесных) **заболеваний**. В рамках психосоматики исследовались и исследуются связи между характеристиками личности (конституциональные особенности, черты характера и личности, стили поведения, типы эмоциональных конфликтов) и тем или иным соматическим **заболеванием**.

 Платон писал: «…. Тело нельзя лечить без души. Ибо от души идет всё :как доброе, так и злое, как на тело так и на всего человека, Душа должна лечиться особыми целебными разговорами».

Только в последние годы стало возвращаться понимание тесной связи между физическим и психическим состоянием.

 Наверняка вы не раз сталкивались с подобными ситуациями .Родители вечером грубо поговорили с ребенком или дома был какой то конфликт, тот ночью плохо спал, на утро у ребенка поднялась температура. Ребенок очень хорошо подружился и нашел наконец то себе друга по интересом, но его друг вчера приболел и не может посещать детский сад, на этой почте у другого ребенка начинается болеть живот, чтобы тоже не ходить в детский сад.

 Некоторые дети подсознательно умеют вызывать болезнь, чтобы только родители обратили на него внимание. Ребенок это делает неосознанно: у него действительно что- то начинает болеть. Малыши очень часто включают свое яркое воображение, когда стирается грань между вымышлены, то м и реальным. Если не хочет идти в детский сад, чтобы мама была рядом , то «создает» болезнь- она необходима ему, чтобы не делать то, чего так не хочется.

 Психосоматическое расстройство- довольно болезненное состояние, при котором стрессы негативно влияют на работу всего организма. Нервная система неправильно среагировала – тело дала ответ, в результате те все болячки .Та, обыкновенные эмоций к казалась бы, но могут стать проблемой.

 Если же речь идет о психосоматическом расстройствах ребенка, мы чаще всего отказываемся, это принимать, а зря. Ребенку сложнее, чем взрослому одолеть свои волнения и стресс, по причине того, что он просто не знает, как это сделать и не всегда может внятно передать свои ощущения. Более того. Эмоций ребенка кратковременные, но очень бурные. Иногда даже воспоминание о травмирующих событиях из прошлого может ухудшить состояние.

 Как не допустить эту болезнь у ребенка?

**Несколько главных советов:**

1. Любить ребенка просто так, а не за поступок.

2. Не кричит, иначе никогда не научитесь слышать.

3. Почаще целуйте ребенка и будьте с ним ласковым.

4. Принимайте детей такими какие есть, даже если они очень необычные.

5. Дайте ребенку свободу: Разрешайте дружить с кем хочет.

6. Не требуйте быть лучше всех.

7. Читайте сказки и обсуждайте их.

8. Смейтесь вместе чаще!

