

НАСТРОЙ РЕБЁНКА НА ПОЕЗДКУ

Чтобы ребенку было легче и проще адаптироваться, просим Вас подготовить ребенка к поездке. Дети скучают по дому и это нормально независимо от возраста, особенно те, которые поехали в Санаторий впервые. Подобная разлука детей с родителями — это возможность стать более самостоятельным и взрослым. Воспользуйтесь этим и расскажите, чему новому и полезному он сможет научиться за это время, как будет гордиться собой потом.

1. Опишите преимущества санатория;
2. Обсудите детали быта, проиграйте с ним некоторые возможные ситуации. Поинтересуйтесь, как он будет вести себя в той и иной ситуации, а потом откорректируйте его видение, дайте советы.
3. **Если ребёнок робкий** и трудно сходится с людьми, вместе с ним разработайте план, как лучше познакомиться с ребятами. **Главное – напомнить ему, что каждый ребёнок в его группе чувствует то же, что и он.**
4. Прививайте своему ребёнку навыки самообслуживания, поддержания гигиены и умения выполнять элементарные бытовые операции (заправить кровать, постирать носки, погладить какие-то вещи и т. п.), потренируйтесь с ним дома.

Мы надеемся на Ваше понимание и участие в подготовке ребёнка к поездке в санаторий.

Не заставляйте своего ребенка ехать в Санаторий!

Пребывание в детском коллективе без родителей помогает развить личность ребенка, но, в то же время, принуждение ребенка к поездке, может только усилить тоску по дому и нивелировать весь положительный эффект от санаторного лечения. Поговорите открыто с ребенком о том, что его волнует и пугает в предстоящей поездке. Когда вы поймете причину его беспокойства, то сможете разубедить его и показать, что Санаторий – это отличное место, где он сможет поправить здоровье, найти новых друзей и развить новые навыки. Убедите его, что он проведет время с пользой и ваша с ним связь не прервется, не смотря на расстояние.

Практикуйте короткие выезды из дома!

За несколько дней или недель до поездки родители могут использовать новую практику. По возможности отпустите ребенка к Вашим родным или друзьям, где ребенок сможет находиться, без присутствия родителей. Пусть даже если это будет всего на несколько часов. По возвращении домой, обязательно обсудите с ребенком его опыт самостоятельного пребывания. Одна из причин, тоски детей по дому – особенно в первое время – это то, что они не знают, чего ожидать от пребывания в незнакомом месте без родителей.

Объясните необходимость соблюдения режима!

Многие дети не знают или не понимают, что такое режим дня. Необходимость соблюдения распорядка дня, режима лечения и питания в новой обстановке тоже способствует появлению тоски по дому. Объясните ребенку, что в Санатории все будет по расписанию: подъем, лечение, обучение, питание, музыкальный досуг, прогулки, игры, сон. Попробуйте ввести режим дня в повседневную жизнь ребенка за несколько дней до начала заезда.