

Первые дни ребенка дома

Первые дни ребенка в новом доме - это большое событие для всей семьи. Но, в первую очередь, это важнейший этап в жизни самого ребенка. Вы должны знать, какие трудности могут возникнуть, и как их преодолеть на этом этапе.

В данной памятке мы постараемся объяснить их причины и дать некоторые рекомендации, как сгладить возможные проблемы и упростить ребенку привыкание к семье и ее укладу.



Дело в том, что резкое изменение распорядка дня, расширение круга контактов, отрыв от привычной обстановки может спровоцировать беспокойство, расстройства сна, аппетита, появление моторных расстройств и неадекватные реакции на Ваши действия и слова.

Помните:

- У каждого ребенка был определенно сформированный режим, старайтесь менять его не сразу, а постепенно. Выясните, какой был режим у ребенка в этом учреждении, как он реагировал при условии его изменения (режим питания, режим сна).

- Выясните, чем он питался, его предпочтения в еде. Не настаивайте, если ребенок будет отказываться от каких-то ценнейших, на Ваш взгляд, продуктов питания, например, рыбы, фруктов, зелени. Не беспокойтесь, со временем он все это начнет есть сам.

- Не стоит вываливать на него горы новых игрушек, не обязательно они вызовут у него бурю восторга, а маленького ребенка непривычные игрушки и вовсе могут напугать. Если возможно, попросите в учреждении игрушку, к которой он больше всего привык.

- Не перегружайте ребенка эмоциональными впечатлениями. Первое время ограничьте встречи с другими взрослыми и детьми. Гости и родственники вполне могут подождать неделю, пока ребенок немного адаптируется и почувствует себя в дома увереннее.

- Устраните новые для ребенка резкие и громкие звуки, сильные запахи. Вынесите из его комнаты, сильно пахнущие растения, косметические средства.

■ Если у Вас есть домашние животные, будьте особенно аккуратны и осторожны, постарайтесь, чтобы знакомство произошло плавно и в доброжелательном ключе, при хорошем настроении всех участников процесса.

■ Если что-то ребенку особенно нравится в еде или удовольствиях, не старайтесь выдавать это все и в максимальных количествах. Принцип «один раз и до отвала» здесь не срабатывает, все это может привести к серьезным расстройствам или аллергическим реакциям у ребенка. Важно проявлять в это время умеренность и постепенность.

■ Не спешите к увеличению познавательных нагрузок. Старайтесь не перегружать ребенка на самом первом этапе. Необходимо, чтобы ребенок почувствовал себя в доме защищенным, а главное здесь стабильность и отсутствие избыточной новизны.

■ Не надейтесь, что ребенок сразу выкажет положительную эмоциональную привязанность, скорее он будет ярче проявлять беспокойство.

■ Первое время старайтесь быть с ребенком как можно чаще вместе, разговаривайте с ним, обращаясь «глаза в глаза». Говорите с ним о том, что ему интересно, внимательно слушайте все, что он рассказывает, но старайтесь резко не реагировать на страшные рассказы, нецензурные слова. Не останавливайте его, если он рассказывает ужасы своей прежней жизни, играет в игры, где представляет себя жертвой. Накопившийся негатив требует выхода и не может быть забыт за один день. Проявите терпение. Лечит время, внимание и любовь.

Чтобы было проще представить, что происходит с ребенком во время первых дней освоения нового дома, попробуйте вообразить себе, что Вы неожиданно оказались на чужой планете, где море новых непонятных ощущений, а каждый незнакомый шорох содержит угрозу и единственный, кто может помочь ему почувствовать себя в безопасности - это ВЫ!