

Давайте обсудим...

Помощь дошкольнику в больнице

Если ваш ребёнок находится в больнице, лучший способ его поддержать – это оставаться с ним рядом, использовать простые слова для объяснения того, что происходит, а также поощрять игру и играть вместе с ним.

Как дошкольники мыслят:

- Они очень активны и любят делать всё сами.
- Они учатся через игру и часто задают вопрос «Почему?»
- Иногда они путают воображаемое с реальностью.

Что вызывает стресс:

- Разлука с семьёй.
- Чувство отсутствия у них контроля.
- Мысли о том, что больница – это «наказание».
- Боязнь уколов, незнакомых людей или аппаратов, издающих громкие звуки.

Как они могут реагировать:

- Ведут себя как дети более младшего возраста.
- Злятся и устраивают истерики.
- Постоянно «липнут» или слишком затихают.

С целью получения дополнительной информации или чтобы связаться с детским специалистом, пожалуйста, посетите сайт: <http://ucdavis.health/childlife>



Как вы можете помочь:

- **Используйте простые слова:** объясняйте происходящее простыми и понятными словами.
- **Давайте выбор:** предложите выбрать из двух вариантов, например: «Ты хочешь порисовать или почитать книгу?» Это помогаем ребёнку чувствовать контроль над ситуацией.
- **Будьте честны:** говорите, когда вы уходите и точно, когда вернётесь.
- **Создайте связь с домом:** возьмите с собой любимое одеяло, игрушку или мягкую игрушку ребёнка.
- **Играйте и отвлекайте:** используйте мыльные пузыри, музыку или искусство, чтобы отвлечь внимание от сложных моментов.
- **Это не вина ребёнка:** часто напоминайте, что он ничего плохого не сделал; он здесь просто для того, чтобы ему помогли медики.