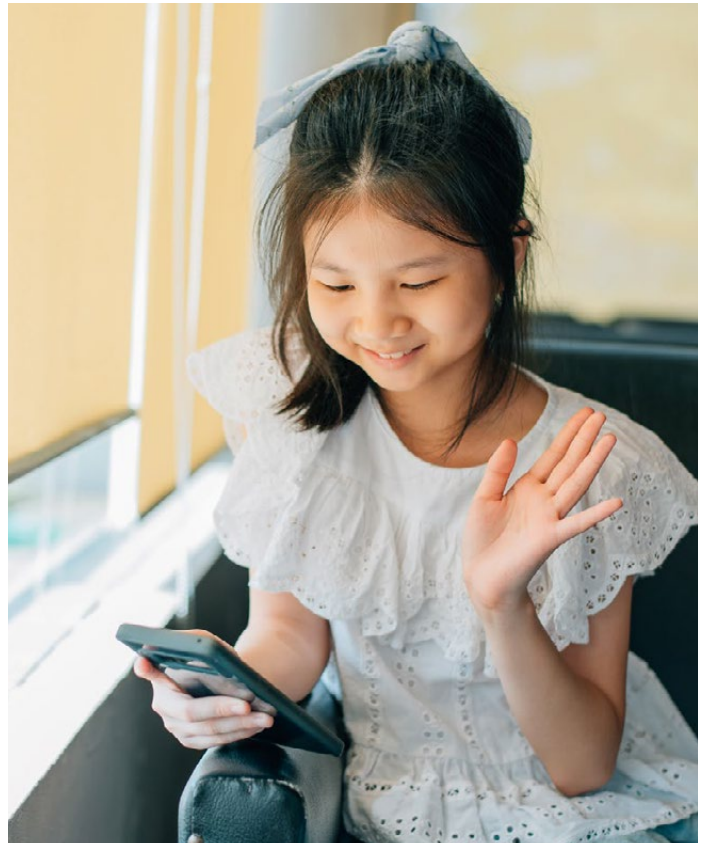


# Давайте обсудим...

## Поддержка ребёнка дома

Когда ребёнок находится в больнице, это затрагивает всю семью. Вот несколько способов оказать помощь:

- **Поддерживайте связь:** попросите ребёнка дома сделать открытки или плакаты для украшения больничной палаты. Помогайте братьям и сёстрам общаться по телефону или видеосвязи.
- **Поделитесь частичкой дома:** дайте ребёнку возможность держать рядом что-то от брата или сестры, например футболку, подушку или семейную фотографию.
- **Сохраняйте привычный распорядок:** старайтесь поддерживать дома привычный ритм жизни. Сообщите учителям или тренерам о ситуации, чтобы они могли помочь. Привычный режим помогает детям чувствовать себя в безопасности.
- **Находите время друг для друга:** запланируйте регулярное время для звонков домой, например перед сном. Читайте вместе по видеосвязи или сделайте аудиозапись того, как вы читаете любимую книгу.
- **Демонстрируйте заботу:** отправляйте записки домой, чтобы ребёнок знал, что вы о нём думаете. Планируйте совместные приятные занятия вне больницы.
- **Сосредоточьтесь на чувствах:** обращайтесь внимание на чувства вашего ребёнка. Поощряйте его играть, заниматься творчеством или спортом, чтобы выражать свои эмоции. Всегда напоминайте ему, что любите его и скучаете по нему.



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