

## **Консультация для родителей. ВСТРЕЧАЕМ НОВЫЙ ГОД ВМЕСТЕ С РЕБЁНКОМ**

Кто из нас, взрослых, не любит новогоднюю елочку и красивые, почти волшебные подарки под ней... Новый год – самый таинственный и чудесный праздник, любимый для большинства выросших детей. Единственный волшебный праздник в советскую эпоху. А ведь в тридцатые годы, когда в домах запрещалось ставить елочку, многие папы и мамы тайком под пальто проносили несколько еловых веточек, и, закрыв шторы, чтобы не увидели соседи, вешали на эти веточки чудом сохранившиеся игрушки. Потом власть смягчилась и новогодние елки вернулись в дома, навсегда заняв место в сердцах малышей. Новый год, Рождество, Старый Новый год – они расположены так близко, в стране новогодние каникулы, родители могут полностью посвятить себя детям и семье, сделать эти дни праздничными, насыщенными.

Только вот почему же к концу рождественских каникул так много бывает обращений к невропатологам, психологам, алергологам? Ответ прост – ребенка «перекормили». И сладостями, и впечатлениями. Хотелось бы поговорить о «технике безопасности» при проведении новогодних праздников.

Самые маленькие дети:

Это детки до двух с половиной лет. Эти малыши как правило еще плохо говорят, не помнят предыдущий Новый год – ведь они были еще совсем малы. Они если и слышали про деда Мороза, или видели его на картинке в книжках, то вживую с ним еще не встречались. И часто родители ждут – не дождутся, когда же ребенок встанет на ножки, чтобы познакомить его с Дедушкой Морозом. Но их двух или даже трехлетний малыш может не обрадоваться, а очень испугаться. Для самых маленьких детей важно, чтобы во время самого Нового Года и вообще рождественских праздников, жизнь не теряла своей понятности, предсказуемости. Слишком сильные впечатления нередко выбивают ребенка из колеи и приводят к поведенческим сбоям.

Итак, как сделать встречу с Дедом Морозом безопасной для ребенка. Время приглядеться:

Собираясь на детский праздник, или приглашая Деда Мороза домой вспомните золотое правило, относящееся к общению маленького ребенка с незнакомыми людьми. Для того, чтобы ваш малыш не испугался незнакомца, а тем более такого яркого в красном халате, ему нужно время, чтобы приглядеться, привыкнуть к присутствию незнакомца в комнате и привыкнуть к его необычному внешнему виду. Чем тише и камерней – тем лучше: Родителям, особенно тем, которые любят красочные и массовые зрелища не стоит забывать, что «каждому овощу – свое время». То есть то, что интересно и привлекательно для взрослого может совсем не подходить. Например, взрослые нередко являются любителями острой и копченной пряной кухни, которая однозначно не подходит маленькому ребенку. Так вот, режим впечатлений в новогодние праздники для малыша тоже должен быть «диетическим», иначе возможны разного рода «аллергии».

Например, маленькие детки могут так испугаться шумного, громогласного, огромного Деда Мороза, что потом долго еще любая фигура в красном кафтане будет вызывать у ребенка приступы паники.

Выбирая кандидата в Деда Морозы и планируя сценарий домашнего праздника нужно, прежде всего, дать Деду Морозу четкую инструкцию. Дедушка Мороз – главный персонаж новогодних и рождественских праздников: звать ли его домой.

«А глаза-то папины»: Даже самые маленькие дети, даже в самом лучшем костюме и гриме легко узнают собственного папу, дедушку, крестного или просто хорошего друга семьи. Раньше времени разрушать прекрасную легенду о деде Морозе я бы не советовала. Тем более, что ребенок может после такой раскрывшейся неправды перестать верить родителям и в чем-то другом. А это само по себе не полезно для отношений.

Где же настоящий Дед Мороз? Деткам постарше, которые уже хорошо понимают, что дедов Морозов много, и все они разные и костюмы тоже разные. В саду на празднике – один дед Мороз, в детском клубе – другой, а театре – третий, и все они разные, да еще в каждом супермаркете по деду Морозу, вполне можно объяснить, что настоящий дед Мороз – один, он невидимый простому глазу и именно он кладет подарки под праздничную елочку, а эти все деда Морозы – его помощники, потому, что один он не может успеть везде, на праздник в каждый детский сад. Вот и приходится посылать помощников – младших дедов Морозов. Сознание ребенка вполне готово именно к такой версии событий - вспомните русскую сказку «Два Мороза».

Стоит ли приглашать деда Мороза домой? Если речь идет о ребенке возрастом от 3 до 6 лет, то ответ на этот вопрос скорее всего будет положительным.

В этом возрасте дети уже достаточно большие, чтобы не слишком деда Мороза бояться, но еще достаточно маленькие и поэтому в то, что это действительно дед Мороз, а не дядя переодетый верят.

Для детей постарше, у которых уже начали меняться молочные зубы, а соответственно и магическое мышление начинает уступать место логическому, такой близкий, фактически индивидуальный, контакт с дедом Морозом, может раньше времени заронить сомнение в душе ребенка.

Выбираем Деда Мороза:

Идеальный дед Мороз для маленького ребенка должен быть:

А) трезвым. Вроде бы это условие для всех является очевидным, однако реальность такова, что далеко не у всех родителей, которые и сами в душе ждут деда Мороза, хватит решимости не пустить на порог долгожданного гостя, учуяв запах спиртного. Тем не менее, адекватность и трезвость деда Мороза - главное условие для вас и вашего ребенка.

Б) не очень громкий голос и не слишком шумное поведение.

В) способность учитывать возрастные особенности и менять сценарий визита в соответствии с реакциями ребенка.

Инструктируем Деда Мороза:

Первое и главное условие для ребенка, которому нет еще четырех лет – не трогать его руками, особенно руками в «морозьих» рукавицах, пока он сам этого не захочет.

Дети вообще чувствительны к тактильным контактам с незнакомыми людьми, а уж такая экзотическая фигура, как Дед Мороз может вызывать ужас, смешанный с восторгом.

Второе: не ждите от ребенка активности. Для маленьких детей совсем не обязательным является горячее желание рассказать Деду Морозу стишок, спеть песенку, или даже просто назвать свое имя. Ребенок может не вымолвить ни единого слова, но при этом он будет в полном восторге. Главное, не пытаться пробивать его молчание – это может обернуться слезами и полным отказом от контактов. Если малыш вдруг готов говорить с Дедом Морозом, и сам этого хочет – очень хорошо, радуйтесь и снимайте на видеокамеру. Если же он молчит и только внимательно смотрит – скажите себе, что это первый, а не последний Новый Год в его жизни, и все еще будет.

От 5-6 летних детей деда Морозы подчас просто не знают, как и отделаться, настолько сильное у этих подросших детей желание показать свои достижения – спеть песенку или рассказать стишок. Настраивайте себя на то, что через год, ну максимум через два, вы сможете с гордостью зафиксировать на фото и видео радость вашего дорогого ребенка при виде Деда Мороза. Постарайтесь вспомнить свои детские ощущения от праздника, впечатления от детсадовских утренников и массовых елок. Вспомните, каким огромным казался тогда вам Дед Мороз и какими волнующими были ваши переживания и сомнения. Детские воспоминания помогут вам гораздо лучше понять поведение вашего малыша, его робость или перевозбуждение.

Ожидание праздника:

Очень значимым, и фактически утерянным в советские годы из-за постоянной спешки работающих мам, фактором в подготовке к Новому Году и Рождеству является сам процесс подготовки праздника, «праздник ожидания праздника».

Что можно делать с ребенком вместе и для ребенка: Прежде всего для малыша, которому уже исполнилось 3 года я бы рекомендовала последние 10 дней - неделю вести «календарь ожидания» праздника. Нужно либо в определенное время суток, например перед сном, отрывать вместе с ребенком листочек у отрывного календаря, обращая его внимание на то, как мало осталось листочков, а значит и дней до конца старого года, а значит и начала Нового.

Правда, тут есть одно затруднение: мышление маленького ребенка во многом является магическим. И ваш малыш вполне может подумать, что чем скорее он оторвет все листочки, тем быстрее наступит праздник.

Дети дошкольники не вполне осознают ход времени и его длительность. И ваш «календарь ожидания» сможет им в этом помочь. Хороши также и самодельные календари, в которых можно по вечерам раскрашивать кружочки, или прорезать окошечки. В последние годы в Москве можно найти фабричные новогодние календари, в которых за каждым днем- окошком лежит маленькая шоколадка.

От детей, которым больше 4- 5 лет можно ожидать многократно повторяющихся вопросов: «мама, ну когда же наступит праздник?» Раздражаться на эти вопросы не следует, но нужно наполнить последние предновогодние дни спокойными предпраздничными приготовлениями. Например, можно вместе с малышом готовить подарки родственникам и друзьям и обязательно упаковывать вместе в нарядную бумагу. Дети постарше могут с удовольствием надписывать подарки и делать новогодние и рождественские открытки.

Хорошее предпраздничное занятие – выпечка специального пряного печенья, которое на нарядных ленточках можно повесить на елочку. Запах корицы и имбиря при этом у ребенка напрямую станет ассоциироваться с чем-то волшебным. Маленькие дети ведь очень чувствительны к запахам.

Обязательно стоит читать новогодние, рождественские, святочные истории и сказки, которые будут готовить сознание вашего ребенка к предстоящим праздникам. Можно также постепенно, в течении последних двух недель перед праздником украшать дом самодельными и покупными игрушками, рождественскими огоньками и фонариками. Рисовать на окошки картинки витражными красками.

И к Новому году дом должен постепенно преобразиться, желательно при непосредственном участии ребенка. Еще одна хорошая затея – письма и открытки Деду Морозу, которые кладутся в морозильник, откуда дед их сам забирает. В это верят даже младшие школьники. А написание письма – хороший способ узнать самые заветные желания ребенка. Только не подавайте вида, что вы это письмо прочли.

Сценарий, дизайн, логистика праздников.

Много «хорошо» уже не хорошо:

Чем больше праздников, тем хуже воспринимается каждый из них, особенно если они однотипные, с похожим сценарием похищения каких-нибудь атрибутов новогоднего праздника, типа мешка с подарками или снегурочки. Выбирайте мероприятия разноплановые. Общее правило такое: елок должно быть не больше, чем возраст ребенка минус один, включая домашние, детсадовские праздники.

А сколько «елок» нормально? По-хорошему, настоящий новогодний праздник должен быть один. А вот если у ребенка каждый день елка, на которую приходит дед Мороз, да еще и сценарии праздников во многом похожи – то ощущение волшебства может начать уступать место просто усталости.

Какие праздники выбирать? Чем младше ребенок, тем камернее должны быть праздники. Маленькие дети не любят шум, обилие новых лиц, новый запах, различных непредвиденных эффектов типа фейерверков и спецэффектов. Это их не радует, а скорее пугает. Также не подходят им праздники, где не предполагается присутствие родителей. Дети до 6-7 лет вряд ли смогут получать удовольствие от праздника, если рядом нет мамы. И испугаться они могут не в первый момент, когда нужно маму отпустить, а в самый эмоционально насыщенный момент спектакля, и поднять крик, а мамы рядом уже не будет. Ребенок-дошкольник довольно часто слишком серьезно воспринимает театрализованные представления и не ощущает разницы между сценой и зрительным залом. А вот если ваш ребенок уже ходит в школу – то тут чем страшнее и неожиданней – тем интересней. То есть предпочтения прямо противоположные.

Могут ли родители встречать Новый Год отдельно?

Это тот вопрос, который каждая семья решает индивидуально. Воспитание детей вообще свободное творчество, и каждый делает то, что считает нужным.

Царство новогодних подарков:

- Сколько, когда и как дарить:

На мой взгляд важно, чтобы к концу рождественских каникул ребенок не кривился при виде очередной упаковки с подарками, а мог бы проявлять радость и

живой интерес. Детки, которым еще не исполнилось трех лет, вообще не всегда понимают, что им что-то подарили, или бывают задарены настолько, что их реакция весьма смазана

- Не ждите мгновенной радости благодарности

Нередко хороший и действительно правильный подарок ребенок сможет оценить не сразу. Мгновенно оцениваются подарки яркие и броские, которые столь же быстро и забываются. Тем более, что яркие события, шум, суета и обилие впечатлений новогоднего праздника таково, что ребенку трудно бывает сохранить живость реакции. Не судите об удачности и неудачности подарка по первой реакции.

- Сладкие подарки:

Это проблема многих родителей, а особенно тех, у кого дети – аллергики. Традиция дарить сласти на Рождество древняя и идет со времен, когда сладкое являлось символом изобилия, сладкой жизни. Но тем не менее каждый год огромное количество детей к концу новогодних каникул покрываются аллергической сыпью от сладкого и цитрусовых. Да и поведение ребенка, которые съел слишком много шоколада, отличается повышенным уровнем возбуждения.

В нынешние времена лучше по возможности заменять сладости любыми другими приятными мелочами. Например, маленькие дети ценят мелкие игрушечки, бусинки, полудрагоценные камушки. Школьники обожают миниатюрную канцелярию и детскую парфюмерию. А сладкие подарки с массовых елок можно собирать, чтобы потом передать, например, в какой-нибудь детский дом. Там и вправду таким подаркам будут очень рады, а ваш малыш приучится думать и о других детках.

- Подарки для других:

Вообще же существовали до революции и возобновляются сейчас замечательные российские традиции помощи небогатым семьям и устройства елок для неимущих детей. Если ваш ребенок уже школьник, то после чтения святочных историй, где сюжет чудесной помощи бедным присутствует непременно, очень было бы хорошо сделать что-то реальное, в чем мог бы принять участие и ребенок. Тогда новогодние праздники из времени бесконечного потребления подарков и удовольствий превратятся во время, когда ваш ребенок сможет поучиться делать что-то и для других. Но, естественно, подобные вещи зависят от мировоззрения семьи

- кто же дарит подарки: не вредит ли ребенку миф о Деде Морозе.

Ребенку, который еще не отметил свой седьмой день рождения, легко и естественно думать, что подарки под елочкой появляются по волшебству, при непосредственном участии деда Мороза. Если сами взрослые не развенчивают этот миф, то он может сохраняться довольно долго, что ребенку совершенно не вредно.

Есть такой анекдот: мать и отец провожают сына в армию, поезд трогается, отец бежит по перрону и кричит: «Сынок, сынок, я давно хотел тебе сказать но не решался... - Что папа, что? - сынок, ты понимаешь, деда Мороза не существует!» Может быть так долго ждать и не надо, но и торопиться не рекомендуется. Чем дольше ребенок верит в добрые чудеса, тем сохраннее его психика.

Новый Год и Рождество: как сделать так, чтобы рождественский праздник не был второстепенным:

Ребенок воспринимает мир честно. Если елку ставят на новый год, и все подарки дарят на Новый год – значит этот праздник и есть главный. Тут уж все зависит от приоритетов семьи. Ведь для нас, нынешних родителей, Новый год и был главным и единственным праздником. И часто мы просто не знакомы с замечательными российскими традициями празднования Рождества и проведения Святков – то есть двух недель, следующих за Рождеством. И это очень обидно – в результате наши дети не получают лучшего, веками создаваемого народной традицией.

Если вам важно, чтобы ребенок воспринимал Рождество как праздник главный, или по крайней мере не уступающий по важности Новому Году – нужно соответствующим образом составить расписание праздничных событий и мероприятий.

Так получилось, что после перехода на юлианский календарь, совершенного после революции, Новый год празднуется сначала, а Рождество – потом. По старому стилю все ровно наоборот – и это очень созвучно детскому восприятию. Дети главным считают тот праздник, который идет первым.

Поэтому, желая выделить значимость Рождества, нужно всячески «приглушать» новогоднее буйство. Елку мы ставим на Новый Год – это так привычно, что редкие семьи отваживаются что-то тут менять. Но ведь можно перед Рождеством помимо шариков украсить елку сладостями, фруктами, печеньем, орешками в золотой и серебряной бумаге. Это будет так волшебно, что ребенок наверняка запомнит рождественское превращение елочки. И главные подарки тоже можно дарить на Рождество. В некоторых семьях детям говорят, что на Новый Год под елочку приносит подарки дед Мороз, а на Рождество – ангелы. Малыши верят всему, и кто же не обрадуется еще одному подарку.

Основные ошибки активных родителей:

- Желание успеть все

Помните, что даже для ребенка-школьника больше чем одно мероприятие в новогодние каникулы – это уже слишком. Что касается дошкольников, то перегрузка впечатлениями в праздники для них может обернуться серьезными сдвоями в поведении. Ведь если ты съел слишком много, то вместо приятной сытости ощущается тяжесть и раздражение. Кроме того, большое количество мероприятий почти всегда связано со спешкой родителей. А значит и с беспокойным эмоциональным фоном,

- Что такое «перестимуляция»:

Перестимуляция – это когда впечатлений и событий, пришедшихся на единицу времени слишком много. Как гипервитаминоз (избыток витаминов) опаснее авитаминоза (недостатка витаминов), также и перестимуляция гораздо хуже влияет на ребенка, чем недостаток впечатлений. Первым неблагоприятным последствием может стать общий фон перевозбуждения у ребенка, склонность к слезам и капризам.

Второе негативное последствие – снижение впечатлительности. Если ребенок систематически подвергается перестимуляции, он, чтобы не слишком уставать, просто начинает хуже воспринимать стимулы, поступающие извне. Это целиком защитное поведение, у ребенка, говоря бытовым языком, просто вырастают «бананы» в ушах. И до него становится трудно достучаться, даже когда

это очень нужно. Дети, которые систематически перегружаются впечатлениями менее восприимчивы.

- Невнимание к признакам переутомления у ребенка

Если вы хотите избежать скандала, а тем более нежелательного выброса эмоций в людном месте, будьте предельно внимательны к тем поведенческим проявлениям, которые предваряют крик и плач вашего ребенка. Когда дети сильно устают или перевозбуждаются – поведение их меняется.

- Выбор мероприятия не по возрасту ребенка

Общее правило – чем меньше возраст ребенка, тем меньше масштаб мероприятия. Особенное внимание должны вызывать дети, у которых если заикание или запинки в речи, или же другая неврологическая симптоматика. Также нужно поберечь детей, которые недавно пережили сильный стресс, или же просто от природы впечатлительны, или имеют большое количество страхов.