

## ПУТЕШЕСТВИЯ С ДЕТЬМИ

**Заранее зарезервируйте** место в отеле, чтобы избежать кошмара от езды поздно ночью, под грозой, от отеля к отелю, везде встречая одно и то же объявление: «Свободных мест нет».

**Делайте почаще небольшие** остановки, чтобы детишки могли побегать. Захватите с собой мяч для игры во время таких остановок.

**Используйте таймер, чтобы** дать знать вам и детям, что пришло время для остановки на еду или отдых. Помните, что маленькие дети не понимают, что такое минуты или часы.

**Имейте под рукой смену** белья или другой детской одежды для маленьких детей. Детское «обмундирование» занимает так мало места, а всякого рода инциденты обязательно случаются.

**Упакуйте детскую одежду** в количестве комплекта на один день плюс пару запасных на непредвиденные случаи в специальные пластиковые чемоданы на «молнии», с прозрачной крышкой, чтобы дети могли одеваться сами, без вашей помощи.

**Когда вы прибываете на место назначения**, вовсе не грех, не всегда и не все делать вместе, всей семьей.

**Для детей от двух до пяти лет** организуйте простые занятия. Одно—два мероприятия за день—это чаще всего все, с чем они могут справиться. Угоститесь чем-нибудь в номере или возьмите напрокат видеофильм, если ребенку нужно «передохнуть».

**Выясните, какие есть** дополнительные услуги, которые помогают сэкономить вам время в парке развлечений.

**Сохраняйте сувениры и** памятные вещицы после поездки. Дети любят собирать вещи, которые иногда даже ничего не стоят, например, салфетки, почтовые открытки, маленькие камни, билеты.

**Извлеките как можно** больше уроков из своего отпуска: соберите после возвращения семейный совет, чтобы обсудить все путешествие, сделать альбом с фотографиями.

**Помните, что ваше восприятие** поездки и самых интересных моментов может сильно отличаться от впечатлений ребенка.

**Примите тот факт, что может быть**, вы и не сумеете обеспечить «качественное время препровождения», независимо от того, куда вы поедете и сколько денег истратите; и осознайте, что «качество» проведенного времени, естественно, определяется «количеством» времени, которое вы провели всей семьей, любя ваших детей и доставляя им удовольствие.

**Вопрос:** Мы с женой согласны, что ездить куда-нибудь всей семьей необходимо. Нам пришлось придумать новое «расписание» жизни на пять дней—это оказалось далеко не легкой задачей, но, наконец, мы с этим справились. Теперь мы думаем, как осуществить все наилучшим образом, так чтобы этот отпуск стал праздником для всех! Подскажите мне, как сделать наше путешествие интересным и запоминающимся для всех?

**Ответ:** План, план и еще раз план, и не забудьте захватить с собой терпение, чувство юмора и позитивный взгляд. И помните, что теперь для вас слово «отпуск» означает совершенно не то, что означало тогда, когда у вас не было детей, и в основном потому, что если вы с женой в отпуске, то все равно вы оба работаете—исполняете родительские обязанности двадцать четыре часа в сутки, семь дней в неделю. Поэтому постарайтесь ограничить свои ожидания и вовлеките детей в планирование поездки. И самое главное—отнеситесь ко всему легко! Постарайтесь расслабиться и получайте удовольствие, в конце концов, ведь именно это—цель вашей поездки.

**Проведите несколько семейных советов** перед поездкой, чтобы спланировать ее и обсудить, какое поведение ожидается от детей и какие должны быть последствия за плохое поведение.

**Привлеките старших детей** к сбору открыток, путеводителей по району, куда вы собираетесь. Для этого можно пользоваться библиотеками, материалами турагенств, Интернетом, где вы можете найти информацию даже об автострадах, дорожном покрытии и других мелочах, которые очень могут помочь вам в путешествии по новому месту.

**Сядьте все вместе** и обсудите все собранные вещи.

**Планировать отдых** надо даже в том случае, если вы будете проводить его в одном месте. Такие отпуска вовсе не плохи. Хотя современные дети не против того, чтобы каждый год посещать новые места.

**Как только выбрали место для отдыха**, расскажите детям куда вы поедете, сколько времени пробудете там, что будете делать. Если у вас есть открытки с видами этого места, покажите их детям.

**Пусть дети внесут свой вклад**, сказав, что им нравится, а что нет, рассказав о своих надеждах и ожиданиях, а вы расскажите о своих. Для детей это будет ценным жизненным уроком, они поймут, что все мы идем на какие-то компромиссы, и никто, даже мама с папой не могут поступать только как нравится им, не считаясь с интересами других, по мере возможности подключите всех членов семьи к принятию решения относительно отпуска. Хотя маленький ребенок обычно не участвует в выборе места поездки, обсуждая с ним заранее чем вы будете там заниматься и что увидите, вы добьетесь того, что он с нетерпением будет ждать этого. Планирование становится удовольствием!

**Возьмите с собой из дома** какие-либо любимые вещи, чтобы помочь ребенку почувствовать себя «как дома».

**До начала отпуска съездите** с ребенком в аэропорт, на вокзал или на автобусную станцию, чтобы он познакомился с суетой, беготней в этих новых местах для него. Это поможет минимизировать страхи плохое поведение в день отъезда.

**Создайте во время отпуска** «рутинный распорядок» и придерживайтесь его; четкая налаженность быта и предсказуемость способствуют послушному поведению ребенка. По мере возможности установите тот же режим питания, сна, какой был дома.

**Пусть даже двухлетние дети** попытаются сами упаковать свои рюкзачки. Пусть дети выберут несколько любимых игрушек.

**Сделайте дорогу до места назначения** интересной; задавайте детям интересные вопросы, пойте их любимые песенки, играйте, чтобы они не скучали и изводили вас бесконечно повторяющимся вопросом: «Мы уже приехали?».

**Предлагайте детям перекусить**—жующие путешественники вряд ли будут драться.

**Установите разумные ограничения**, учитывая возможности маленького путешественника, на то, сколько времени в день можно ехать в машине.

**Время от времени меняйтесь** местами в машине. Это не всегда удобно взрослым, но иногда стоит попробовать.