КОРИСНІ ПОРАДИ БАТЬКАМ

ПРО ЩО ГОВОРЯТЬ ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ ДІТЕЙ

Часом у малюків буває дуже багато шкідливих звичок, вони смикають волосся, мочку вуха, сутуляться, човгає ногами, гойдаються на стільцях, надмірно жестикулюють, колупають в носі ... Найчастіше, це справляє дуже неприємне враження на оточуючих. Як поводитися батькам у такій ситуації? Не діяти? Карати? Найкраще допомогти своїй дитині подолати цей «недуга».

Шкідлива звичка №1
смоктання пальців

Ще ненароджені дітлахи в животі у мами вміють смоктати пальчик. І це перш за все показник того, що малюк розвивається, вдосконалюються його координація та руху. У віці приблизно до трьох місяців дитина повинна вміти донести руку до рота, це теж ознака його нормального фізичного розвитку. Якщо малюк тягне пальчик або кулачок в рот, то це може означати, що він голодний, у нього не задоволений смоктальний рефлекс, що він нудьгує, турбується, його щось мучить. Деякі діти вже після року забувають про пальчик, інші смокчуть палець або соску аж до

трьох років. Все це нормально. Задуматися варто, якщо навіть і на четвертому році життя дитина продовжує смоктати палець або тільки починає це робити.

Поширеною помилкою батьків є те, що вони намагаються придушити звичку «агресивними» способами: карають, соромлять ... Але ж такі методи викликають абсолютно зворотну реакцію, дана шкідлива звичка у них тільки закріплюється.

Що ж робити? З'ясувати причину і усунути її. Встановіть з дитиною довірливі стосунки. Своєчасно помічайте, коли він наляканий, чимось стурбований, намагайтеся приголубити і заспокоїти його, поговоріть, відволікаючи ... І ніколи не скупіться на похвалу. Встановіть чіткі рамки дозволеного. Дитині не можна забороняти, потрібно намагатися пояснити (чому, наприклад, не можна брати посуд з плити, відкривати шафу з ліками і т.п.). Урізноманітніть життя малюка, зробіть її яскравою і насиченою. Нехай дитина вчитися взаємодіяти з навколишнім світом, спілкується з іншими дітьми. Контролюйте фільми і передачі, які дивиться ваш малюк. Він не повинен бачити жорстокість, насильство. Бойовики, трилери, жорстокі мультфільми також слід виключити. І вже, звичайно, не розповідайте дитині на ніч страшилки.

Шкідлива звичка №2
Звичка гризти нігті

Якщо дитина гризе нігті, то перш за все це говорить про те, що він розумово і емоційно перевантажений, а також про високий рівень тривожності малюка. Адже його можуть турбувати відставання від товаришів в рухливих іграх, ваші занадто суворі вимоги, страх отримати покарання за той чи інший вчинок.

Вихід? По-перше, не лайте дитину за звичку гризти нігті! Приділяйте йому більше уваги, частіше розмовляйте, цілуйте і обіймайте! Нікого не слухайте, ви не виростите «пестуни», «маминого синка» ... Навпаки, ваша дитина буде емоційно стійкий, так як з ним завжди буде усвідомлення того, що його люблять і цінують таким, яким він є. По-друге, зменшіть емоційну та інтелектуальну навантаження. Ні в якому разі не обговорюйте при дитині свої проблеми, труднощі. А фрази типу: «Через тебе я не змогла ..., не встигла ...» взагалі не повинні зустрічатися у вашій мові. І вже точно не потрібно змащувати пальці дитини гірчицею і застосовувати подібні методи. Це тільки посилить невроз.

Шкідлива звичка №3
Колупання в носі

Те, що це некрасиво розуміють всі. Але ж це ще й шкідливо. Діти, при колупання в носі, часто висмикують з ніздрів крихітні волоски, які служать природними фільтрами, що захищають від пилу і бруду вдихуваного повітря. А можна і до кровотечі доковиряться ...

Найпоширенішою причиною колупання в носі у дітей є сухість слизової, через яку дитина відчуває сильні подразнення і свербіж. Подбайте про те, щоб вдихаємо повітря був не надто сухим. Купуйте зволожувач повітря, розставте в кімнатах ємності з водою. Навчіть дитину користуватися носовичком.
Найчастіше, цього достатньо, щоб позбутися від неприємних відчуттів в носі, а відповідно і від шкідливої звички.

Шкідлива звичка №4
дитина ябедничає

Якщо малюкові немає ще й трьох років, то образливе слово «ябеда» по відношенню до нього вживати не можна. Просто в силу свого віку він ще не здатний прораховувати наслідки своїх вчинків. Своєю скаргою він ділиться з вами побаченим. У старшому ж дошкільному віці дитина цілком уявляє, яка реакція послідує за його словами. Якщо дві дитини не поділили іграшку, і той, який програв у суперечці, видає батькам: «Саша бігає по калюжах», для того, щоб таким чином все-таки заволодіти бажаною іграшкою, то це вже справжнісіньке ябедництво.

Перш за все, потрібно пояснити дитині різницю між доносом і повідомленням про що-небудь. Наприклад, розповісти про те, що хтось потрапив у біду - це відповідальний вчинок. Діти повинні розповідати дорослим про те, що хтось поранився, комусь загрожує небезпека. Адже це повідомлення спрямоване не на заподіяння неприємностей іншій людині, а на запобігання біди.

Навчіть дитину НЕ ябедничати, нехай це буде одним з основних правил для нього. Малюк повинен розуміти, що ви будете слухати тільки корисну інформацію.

І ще, намагайтеся, щоб дитина вчилася самостійно справлятися з проблемами. Однією з причин «ябедництва» якраз таки є те, що діти не знають, як їм впоратися з проблемою, тому і звертаються до дорослих.