

Дзіця і шкодныя звычкі

Дзіця не цаўка! Нельга па імгненні чароўнай палачкі ўкласці ў яго ўласныя думкі, пачуцці, погляды. Замест "добрага і вечнага" можна пасеяць страхі, неўрозы, агрэсію.



Як дапамагчы дзіцяці пазбавіцца ад шкодных звычак, якія хітрасці можна выкарыстоўваць дарослым для гэтага?

Звычка-гэта перыядычна паўтаральнае неўсвядомленае дзеянне, якое мае сваю прычыну і выконвае пэўную ролю.



У аснове ўсіх шкодных звычак ляжыць недахоп увагі з боку бацькоў. Нярэдка з'яўленне шкодных звычак правакуе стрэс, змена звыклай абстаноўкі, нерэалізаваная патрэба ў грудным кармленні.

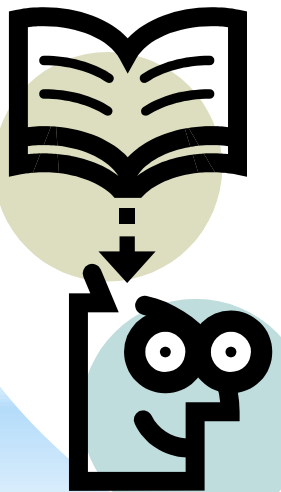
Навошта ж патрэбныя звычкі?

Звяртаючыся да звычак, дзіця неўсвядомлена імкнецца пазбегнуць адмоўных эмоцый, незадаволенасці, пачуццё страху, няўпэўненасці ў сабе, трывогі. У момант турботы малы знаходзіць у пэўных дзеяннях абарону і суцяшэнне.



Звычайка қалунаць у носе

Гэта адна з непрыемных звычай, якая можа вырасці разам з дзецьмі і стаць прычынай насмешак і здэкаў з боку аднагодкаў. Акрамя таго, існуе рызыка занесці ў арганізм інфекцыю, так як увесь час ўсачыць за станам рук дзіцяці немагчыма і падобныя дзеянні часта наносяць шкоду здароўю.



З пачатку прасачыце на колькі часта ваша дзіця цягнецца да свайго носа і пацікаўцеся прычынай такіх дзеянняў. Магчыма, у яго цяжкое дыханне і такім чынам ён спрабуе яго палегчыць. Калі прычына крыецца ў гэтым, не зацягвайце з візітам да лекара, які пазбавіць вашага дзіцяці ад непрыемных адчуванняў.

Звычайка калупаць у носе



У некаторых жа гэтая звычайка з'яўляецца ў выніку павышанай чысціні і тады прычына крыецца ў падсвядомасці дзіцяці.

Тут важна знайсці да яго правільны падыход і адцягваць увагу дзіцяці пры кожнай наступнай спробе залезці пальцамі да сябе ў нос.

Пры адсутнасці неабходнасці хутка гэтая звычайка пройдзе.

Звычайка плакаць, ныць і хныкаць

Калі дзіця аматар пахныкаць, тады навакольным яго можна паспачуваць і пажадаць назапасіцца вагонам цярпення. Таму што звычайкі даваць канцэрты не вылечыць дзіця за адзін дзень. Прычыны хныкання могуць быць рознымі:

- дзіця па натуре слязлівы;
- ён стаміўся;
- яму цяжка засяродзіцца на адной справе.



Прывычка плакаць, ныць і хныкаць

Але магчыма, што дзіця-маніпулятар

Галоўнае - не паддавацца спакусе прыняць крайнія меры. Такая рэакцыя дзіцяці нічому не навучыць, толькі перавядзе яго агрэсію з актыўнага стану ў пасіўнае, гэта значыць яшчэ больш пагоршыць сітуацыю.

Паколькі ныючы дзіця кажа неразборліва, можна растлумачыць яму, што пакуль ён не супакоіцца і не зможа казаць нармальна, яго ніхто не зможа зразумець.

Калі дзетачка "ўперлася рогам і завяла Дуду" па магчымасці старайцеся не звяртаць на яе ўвагі. Хітруны вельмі добра ведаюць, калі іх капрызы будуць задаволеныя, а калі ім плакаць а няма чаго.

Звычайка трымаць палец у роце

Калі дзіця трымае палец у роце - ён адчувае ўнутраны дыскамфорт. Часта гэтую звычайку набываюць дзеці, якім надаецца мала ўвагі. Спецыялісты раяць пачаць наступныя крокі.



1. Размаўляць з дзіцём перад сном, патрымаць за ручку, бо гэта як раз той час, калі паміж бацькамі і дзецьмі ўзнікае найбольшая блізкасць.

2. Калі вам даводзіцца ненадоўга расстацца, пацалуйце па чарзе ўсе яго пальчыкі і скажыце захаваць пацалунак да сустрэчы.

3. Паклаўшы дзіця ў ложкачак, можна расказаць якую-небудзь казку, але абавязкова з добрым канцом. А затым нагадаць яму пра ўсе яго добрыя учынкi. Затым скажыце, што пара спаць, пажадайце спакойнай ночы, паспрабуйце ўключыць ціхую музыку.

Звычайка кусацца

Адной з прычын агрэсіўных паводзін дзяцей да блізкіх людзей, з'яўляецца падсвядомая рэакцыя на патрабаванні дарослых, нежаданне іх выконваць. Але, магчыма, гэта спроба прыцягнуць да сябе ўвагу.

Можа быць і тое, што дзіця варожа настроены і хоча ўсім вакол зрабіць балюча. У такім выпадку варта вызначыць, ці звязана гэта толькі з яго амбіцыямі або ў аснове ляжаць нейкія сямейныя праблемы.

Звычайка кусацца

Спецыялісты прапануюць:

➤ Навучыце драчуна дамаўляцца, адстойваць сваю думку, пацвярджаць сваю правату словамі. Калі дзіця кусаецца, відавочна, такія паводзіны ў сям'і не будуць без наказа або, нягледзячы на асуджэнне, прыносіць яму жаданы вынік.

➤ Калі дзіця выпадкова зрабіў вам балюча, абавязкова скажыце яму пра гэта. Калі вы самі, маючы зносіны з дзіцём, ніколі не звяртаецеся да метадаў фізічнага ўздзеяння, абмяркоўваеце вострыя сітуацыі і шукайце кампрамісы, ён прымае гэтую пазітыўную ўстаноўку.



Звычайка лаяцца

Вы ў шоку! Ваша дзіця прамаўляе зусім ня дзіцячае выраз. Рана ці позна з гэтай праблемай сутыкаюцца ўсе бацькі. Гэта з'ява можна растлумачыць наступнымі прычынамі.

- З ранняга дзяцінства на дзяцей абвальваецца велізарны паток інфармацыі.
- Слухаючы гаворку навакольных, дзіця прайгравае новыя словы і выразы, капіючы дарослых.
- Калі для дзіцяці "нядобрыя" словы не маюць сэнсавага нападнення, значыць, бацькі змагаюцца з ветракамі.

Звычайка лаяцца

Што можна параіць дарослым у такіх выпадках

➤ Гаваруна перапаўняюць разнастайныя пачуцці, але яму катастрофічна не хапае слоў, каб іх выказаць. Падшукваючы выразы, ён пачынае дадаваць дужыя слоўцы. Калі не завастраць на гэтым увагу дзіцяці, захапленне лаянкамі праходзіць само сабой па меры ўзбагачэння яго слоўнікавага запасу.



➤ Калі рэагаваць на лаянка бурна, дзіця з задавальненнем будзе іх паўтараць зноў і зноў толькі дзеля таго, каб атрымаць асалоду ад вашым абурэннем або абурэннем навакольных людзей.

➤ Калі ваш дзіця стане старэй, пагаворыце з ім а душах і пераканаеце яго, што фарсіць тэнарматыўнай лексікай не вельмі-то прыгожа.

Дзіця-ябеда

Некаторым дзецям ўласціва паклёпнічаць. Гэту якасць таксама можна аднесці да ліку шкодных звычак, бо з гадамі жаданне данесці на каго-небудзь ці паскардзіцца ўзмацняецца. Дзіця не проста дзеліцца з вамі сваімі ведамі і назіраннямі, а свядома ідзе на гэты крок.

Ніколі не падтрымлівайце такія паводзіны, хоць часам атрыманая ад дзіцяці інфармацыя і аказваецца вельмі карыснай.

Надавайце належную ўвагу свайму дзіцяці, не пакідайце яго сам-насам са сваімі шкоднымі звычкамі.

Знаходзьце правільны падыход і дапамагайце я пераадольваць любыя складанасці, толькі тады ён буд упэўненым у сабе, здаровым і жыццярадасным.



Наступныя практычныя рэкамендацыі дапамогуць зрабіць пазбаўленне ад звычкі больш эфектыўным і дзейсным

- Ніколі не варта сароміць малога за няўдачу, падганяць.
- Перад сном рэкамендуецца ўключаць ціхую спакойную рытмічную музыку.
- Даволі эфектыўны вынік дае захапленне дзіцяці нейкай новай дзейнасцю.
- Варта часцей браць яго на рукі, рабіць масаж і абдымаць.
- У момант, калі дзіця зноў заняўся сваёй звычайкай, неабходна проста ненадакучліва адцягнуць яго ўвагу чымсьці больш карысным і цікавым

Правілы для дарослых пры выхаванні дзіцяці

1. Нельга зневажаць дзіця.
2. Ніколі не трэба пагражаць.
3. Не варта вымагаць абяцанняў.
4. Ня трэба дапякаць, апякаючы.
5. Не разумна патрабаваць неадкладнага падпарадкавання.
6. Нельга патураць дзіцяці і слепа ісці ў яго на падставе.
7. Каб дасягнуць разумення, трэба быць паслядоўным.

