

РЕБЕНОК ГРЫЗЕТ НОГТИ

Рекомендации для родителей

Что нужно делать:

1. Любите, обнимайте и ласкайте своего ребенка – это лучший способ снятия нервного напряжения.
2. Лучше всего отучать ребенка незаметно для него. Увидев, как малыш тянет руку ко рту, переключите его внимание. Вложите ему в ладонь какой-либо предмет и попросите отнести его на указанное место. Или возьмите его руки в свои, приласкайте, похвалите за что-нибудь.
3. Когда ребенок начнет волноваться, попросите его быстро сжимать и разжимать кулачки. Ухаживайте за руками ребенка, подстригайте ногти. Ни в коем случае не высмеивайте ребенка за обгрызанные ногти. Не надо делать из этого и «всемирную трагедию». Увидев, как сильно вас это расстраивает, он начнет еще больше нервничать. В итоге – новый стресс – и потребность вернется с прежней силой. Может получиться и так, что малыш в ответ на ваши замечания будет использовать эту привычку в качестве протеста каждый раз, когда вы его одергиваете.
4. Обеспечьте ребенку щадящий режим – менее шумные игры, чем обычно, больше ласки и заботы, больше спокойных прогулок на свежем воздухе, больше отдыха.
5. Исключите на время возбуждающие мероприятия.
6. Не забывайте о том, что вашему ребенку, как и всем детям, необходимо чувствовать защищенность и принятие со стороны родителей. Говорите в его адрес добрые слова, хвалите за малейшее достижение, будьте к своему ребенку внимательны и терпимы.
7. Нельзя ругать и наказывать ребенка за данную привычку.
8. Разнообразьте игрушки.
9. Ни в коем случае, ни при каких обстоятельствах не обсуждайте эту привычку с другими людьми в присутствии ребенка. Не фиксируйте излишнее внимание на этой особенности поведения, иначе привычка может приобрести, помимо снятия внутреннего напряжения, еще один смысл –

станет безотказным способом привлечения вашего внимания к себе и своим проблемам.

Что делать нельзя:

1. Говорить ребенку про грызение ногтей, тем самым фиксировать словами в сознании малыша эту привычку.
2. Раздражаться и злиться на ребенка.
3. Забинтовывать пальчики или мазать их неприятными веществами.