

На заметку мамам и папам!

УСПОКАИВАЮЩИЕ ПРИВЫЧКИ

Состояние стресса могут испытывать многие дети. В таких случаях вырабатываются естественные успокаивающие привычки. Привычки - это не обязательно плохо, в данном случае они способствуют лишь тому, чтобы ребенок чувствовал себя в безопасности.

Какие могут быть привычки:

- ❖ Сосание пальца;
- ❖ Накручивание волоса;
- ❖ Засыпание только с игрушкой;
- ❖ Растягивание ручками одежды и многое другое.

Как быть?

- ✚ Ни в коем случае не угрожайте и не пугайте («съешь» палец, порвешь платье и т.п.). Ещё большее привлечение внимания к проблеме вызовет у ребенка только дополнительное беспокойство;
- ✚ Попробуйте выяснить первопричину стресса, волнения, беспокойства и устранить их;
- ✚ Старайтесь отвлекать малыша. Будьте добры, ласковы и терпимы;
- ✚ Любите его и как можно больше времени проводите с ним вовлечено.