

Шпаргалка для родителей.
Свирская Л. «Работа с семьёй:
Необязательные инструкции».

ЕСЛИ РЕБЁНОК ПЛОХО ЕСТ

Время еды должно быть периодом отдыха и удовольствия для всех. Тем не менее дети часто именно во время еды втягивают нас в конфликты и начинают самоутверждаться самым неподходящим способом.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМУ

Вы являетесь для ребёнка главным примером поведения за столом, поэтому должны есть вместе с ним и то же, что и он.

Малышу следует предложить поесть, но ни в коем случае не заставлять есть насильно.

Можно сказать: «Пожалуйста, скушай по маленькой порции каждого блюда, иначе это будет невежливо».

Ребёнок должен иметь право отказаться съесть «даже по маленькому кусочку». Если на него не давить, то рано или поздно он начнёт есть нормально. Спокойный подход к еде способствует установлению здорового отношения к ней.

Во время еды вовлекайте ребёнка в неторопливый разговор.

Почаще что –нибудь готовьте вместе.

КАК СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ, ЕСЛИ ОНА УЖЕ ЕСТЬ

Если ребёнок слишком быстро заглатывает пищу, накладывайте еду в тарелку понемногу, но обязательно скажите малышу, что приготовили еды достаточно и можете дать ему добавки.

Объясните ребёнку, что пищу нужно жевать медленно, чтобы организм мог взять из хорошо прожёванной пищи больше полезных веществ, это помогает человеку расти высоким, красивым и сильным.

Если ребёнок ест слишком вяло, накладывайте в тарелку пищу понемногу, постепенно добавляя её. Объясните ему, что с маленькой порцией справиться гораздо легче. Не заостряйте на этой проблеме слишком много внимания, чтобы не усугубить ситуацию.

Если ребёнок слишком привередлив в еде, для начала давайте ему новую еду очень маленькими порциями. Не заставляйте есть насильно. Постарайтесь задать за столом спокойный благожелательный тон, продемонстрируйте своё положительное отношение к конкретной еде.

Шпаргалка для родителей.
Свирская Л. «Работа с семьёй:
необязательные инструкции».

ЕСЛИ ДЕТИ БАЛУЮТСЯ.

Этот тип поведения довольно распространён среди младших дошкольников, особенно среди четырёхлетних. Если дети дурачатся слишком часто или в неподходящее время, то это может вызвать серьёзные проблемы.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМУ

Предоставляйте детям больше возможностей баловаться и даже поощряйте их к этому в специально отведённое время. Если они будут дурачиться именно в это время, скажите им, что они поступают хорошо, потому что никому не мешают, взрослым весело на них смотреть.

Иногда сами предлагайте побаловаться, помогая детям понять, что это вовсе не плохое поведение, если никому не мешать и не портить вещи.

КАК СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ, ЕСЛИ ОНА УЖЕ ЕСТЬ

Может оказаться так, что ребёнок, который слишком много дурачится или строит из себя шута, на самом деле пытается уйти от каких-то серьёзных проблем в своей жизни.

Он прячется под «МАСКУ», пытаясь избежать непосильного напряжения. Такого же рода поведение может развиться и вследствие того, что он видит внимание, восхищение других детей и некоторых взрослых.

Обсудите вместе с другими членами семьи и воспитателями, что может скрывать ребёнок за «МАСКОЙ ШУТА», что пытается заглушить таким поведением.

Если увидите, что ребёнок спокоен и серьёзен, используйте эту возможность, чтобы поговорить с ним о том, что его тревожит и беспокоит. Предложите ему нарисовать картинку, которую не увидит никто, кроме вас двоих.

Если ребёнок начинает баловаться в неподходящий момент и вам нужно прервать его фиглярство, твёрдо обратитесь к нему со словами: «Сейчас очень важно, чтобы ты побыл серьёзным. Через 10 минут мы закончим работу, и ты сможешь баловаться, сколько пожелаешь».

ЕСЛИ РЕБЁНОК КУСАЕТСЯ

Чаще всего дети кусаются в возрасте от 12 до 24 месяцев. Причиной «КУСАЧЕСТИ» может быть прорезывание зубов, возбуждение, гнев. Иногда ребёнку не хватает слов, и, пытаясь завладеть игрушкой, он кусается, считая это хорошим способом добиться своего. Чаще всего это происходит как мгновенная реакция, импульсивное действие, ребёнок слишком мал, чтобы продумать какие-то другие, более приёмы действия.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМУ

Помогайте детям выражать свои чувства и потребности словами: «Катя говорит: «Дай, дай». Это значит, она хочет поиграть с этой игрушкой. «Катя скажет: «Нет, нет». Это значит, Катя не хочет кушать.

Если вы видите, что ребёнок чем-то расстроен, не спешите занять его нужными вам делами. Сначала помогите успокоиться – подержите на руках, поговорите с ним, добейтесь улыбки.

Позаботьтесь, чтобы у ребёнка было достаточно безопасных предметов для режущихся зубов.

КАК СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ, ЕСЛИ ОНА УЖЕ ЕСТЬ

Дети ясельного возраста, как правило, ещё слишком малы, чтобы соотносить между собой то, что они кого-то укусили, и то, что взрослый сердится. Поэтому в такого рода ситуациях наказание, как правило, мало помогает. Лучше утешьте того, кого укусили, и достаточно резко скажите «кусаке»: «Это же больно!». Ваше лицо должно быть строгим, чтобы ребёнок видел, что вы его не одобряете. Будьте лаконичнее, чтобы «кусака» не получил от вас слишком много внимания.

Внимательно наблюдайте и попробуйте выяснить, в чём причина «кусачести». Если удастся, попробуйте поймать тот момент, когда малыш ещё только вознамерится укусить. Остановите его и скажите: «Нельзя! Будет больно!»

Если ребёнок готов кусаться от отчаянья – у него отняли игрушку, остановите его и помогите «озвучить» нужду: «Скажи ему: «Дай».

Если ребёнок кусается в какое-то определённое время (перед сном или обедом) – подумайте, что можно изменить в режиме. Например, перед обедом дайте ему кусок морковки, кочерыжки.