



Ребенок грызет
ногти – что
делать?

4

Шага
для родителей

Найдите причину

Поговорите с ребенком спокойным голосом.

Попытайтесь выяснить причину такого поведения.

Проанализируйте, что предшествовало этому.

В разговорах с ребенком делайте акцент не на том, что нельзя грызть ногти, а на том, что мы их попытаемся отрастить красивыми.

Исключите стресс

Нельзя

Кричать
на ребенка

Бить по рукам

Мазать
пальцы горчицей
и другими
веществами

Высмеивать
поведение
ребенка при
окружающих

Можно

Отслеживать
моменты,
когда ребенок
начинает
обкусывать
ногти

Договариваться
с ребенком

Поощрять

Пересмотрите режим дня

Стресс – это не только какая-то критическая ситуация, но и нерациональный режим дня.

Пересмотрите ежедневную нагрузку на ребенка.

Сократите количество дополнительных занятий, секций.

Отслеживайте время просмотра телевизора.

Вместо мультиков добавьте прогулки и физическую активность

Играйте вместе с ребенком

1. Сделайте несколько коробок с различными сенсорными игрушками и разложите их в разных местах квартиры.
2. Используйте латексные перчатки. В перчатки насыпьте крупу, горох, чечевицу или, например, крахмал, крепко завяжите и дайте ребенку для игры.
3. Наклейте полоски из бумажного скотча на игровую доску. Дайте ребенку возможность отрывать эти полоски.

Следите за состоянием ногтей у ребенка

Регулярно подстригайте ребенку ногти. Отрастающие ногти мешают ребенку. Они задевают за предметы и мешают играть.

Обрабатывайте кутикулы дезинфицирующим средством, если ребенок расковырял пальцы до крови.