

7 Σεπτεμβρίου 2020

Πώς θα σταματήσει να «τρώει» τα νύχια του;

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Κοινωνιολογικά (κοινωνική πρόνοια & οικογενειακά θέματα)
/ Υγεία και ιατρικά θέματα



Βοηθήστε το παιδί να διακόψει την κακή συνήθεια της ονυχοφαγίας, από την νηπιακή ακόμα ηλικία.



Πολλά είναι τα παιδάκια που ήδη στην σχολική ηλικία έχουν την συνήθεια να «τρώνε» τα νύχια τους, φαινόμενο το οποίο μπορεί να εκδηλωθεί ακόμα και από την νηπιακή ηλικία. Η συνήθεια της ονυχοφαγίας δεν θεωρείται απαραίτητα ανησυχητική ή ένδειξη ύπαρξης άγχους. Ωστόσο καλό είναι να παρατηρήσετε πως και πότε εκδηλώνεται προκειμένου να γνωρίζετε περί τίνος πρόκειται και να βοηθήσετε το παιδί να το ξεπεράσει. Ορισμένες πρακτικές συμβουλές που μπορείτε να δοκιμάσετε περιλαμβάνουν:

1. Κόψτε κοντά τα νύχια του

Διατηρώντας τα νύχια του παιδιού κοντά δεν του αφήνετε πολλά περιθώρια για να τα δαγκώσει, γεγονός που αυξάνει τις πιθανότητες να μην το κάνει. Την ίδια φροντίδα θα πρέπει να αφιερώνετε και στην επιδερμίδα γύρω από τα νύχια για να μειώσετε τις πιθανότητες να δαγκώσει τα πετσάκια. Τα πιο κοντά νύχια δεν αποτελούν «πειρασμός», ειδικά για τα μικρότερα παιδιά που δεν μπορούν ακόμα να καταλάβουν ότι αποτελεί μια ανθυγιεινή συνήθεια.

2. Φορέστε του γαντάκια

Εάν το παιδί προσπαθεί να δαγκώσει τα νύχια του, ακόμα και αν είναι κοντά, τότε η χρήση γαντιών μπορεί να είναι η επόμενη λύση για να δοκιμάσετε. Φορώντας γάντια, το παιδί δεν μπορεί καν να φτάσει στα νύχια ώστε να τα δαγκώσει.

3. Επιβραβεύστε την καλή συμπεριφορά

Μερικά νήπια ανταποκρίνονται καλά σε ένα τύπο συστήματος επιβράβευσης. Αν

διαπιστώσετε ότι το μικρό σας δεν δαγκώνει τα νύχια του, δοκιμάστε να το επιβραβεύσετε με κάτι που αγαπά, όπως είναι τα αυτοκόλλητα ή ένα νέο σετ ζωγραφικής. Όποια και αν είναι η ανταμοιβή, πρέπει να είναι κάτι που θα δελεάσει το παιδί ώστε να είναι πιο σημαντικό από το να επιλέξει να δαγκώσει τα νύχια του. Αφήστε το παιδί να εκφράσει τις επιθυμίες του και έπειτα συμφωνήστε από κοινού, ορίζοντας έναν αριθμό ημερών που δεν θα δαγκώσει τα νύχια του για να πάρει την επιβράβευσή του.

Πηγή: imommy.gr