

ГАЗЕТА ДЛЯ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫХ РОДИТЕЛЕЙ

ВЫПУСК №2

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ

«Истерики»

«Чтобы кроха не видела плохо»

Истерики

Совсем маленькие дети закатывают истерики потому, что им часто не хватает слов, чтобы выразить свои нужды. Неудовлетворенность от непонимания накапливается и выливается в слезах и криках.

Ребёнок дошкольного возраста, который регулярно закатывает истерики, и который не страдает задержками языкового и умственного развития, возможно, находится в стрессовом состоянии.

Причин этому может быть множество - слишком высокие или слишком низкие требования взрослых, пренебрежение к его потребностям или жёсткие наказания, раздор в семье, физическое недомогание, связанное сильными болями, чрезмерная избалованность или нехватка социальных навыков.

Как предотвратить проблему

- * Подумайте, как предоставить детям достаточно возможностей для выхода чувств и эмоций.
- * Эмоциональных срывов будет меньше, если вы дадите ребёнку возможность действовать по собственному плану и разумению (с вашей поддержкой и присмотром), т.е. не будете подавлять его инициативу и самостоятельность.

Как справиться с проблемой, если она уже есть

* Старайтесь не обращать внимания на истерики, только следите чтобы проблема осталась в пределах безопасности. Помните, что цель такого поведения - добиться желаемого или "выпустить пар". В любом случае, если вы обращаете на истерику внимание (неважно, позитивное или негативное), вы способствуете тому, чтобы такие вещи происходили чаще.

* Если своей истерикой ребёнок приводит в замешательство окружающих, то быстро отведите его в сторону подальше от "зрителей". Спокойно скажите ему: "Бывает так, что человек очень сильно сердится и это нормально. Но совсем НЕ нормально, когда этот человек начинает мешать всем остальным. Когда ты почувствуешь, что ты успокоился, можешь вернуться к нам (к детям)".

* Попросите, чтобы вместе с вами за ребёнком наблюдали более опытные люди, - возможно, вы сами того не ведая, делаете нечто такое, что провоцирует ребёнка на истерики.

* Обсудите возможные причины такого поведения с другими членами семьи. Вместе подумайте над тем, как решить эту проблему.



Чтобы кроха не видела плохо



Формирование и развитие зрительных функций у детей происходит до 6 лет.

Глаза ребенка в это время особенно подвержены влиянию неблагоприятных факторов. Поэтому в этот период очень важно **охранять зрение у детей.**

Важнейшим принципом гигиены зрения является **достаточная освещенность помещения**, где находится ребенок. При слабой освещенности ребенок быстро утомляется, а слишком интенсивное освещение вызывает ослепленность.

Дома для занятий детей должно быть **определенно светлое место у окна.**

Вечером ребенку нужно обеспечить **достаточное искусственное освещение** при помощи настольной лампы. Свет должен падать **слева** на рабочую поверхность, а глаза оставаться в тени. Ребенку нельзя долго смотреть телевизор. Необходимо ограничить просмотр

