

Обратная связь

Здравствуйте, уважаемая редакция! Моему сыну 6 лет, он перестал слушаться взрослых.

Иногда выходит из-под контроля. Подскажите, что делать?

Мама Никиты С.

Современная жизнь сложна и насыщена, и даже самые милые ребятки могут испытывать непреодолимое желание продемонстрировать характер своим близким и окружающим. Ничего не поделаешь, эта проблема была, есть и, наверное, будет...

Однако нельзя считать, что ничего поделать нельзя.

Что делать если ребенок не слушается:

❖ Помните, сильнее воспитывают не слова, а поступки. Необходимо тщательно контролировать свои отношения в семье.

❖ Стоит помнить, что если взрослый не признает авторитет учителя или начальства, то он не сможет добиться авторитета от собственного ребенка.

Не стоит обсуждать их недостатки в присутствии маленьких членов семьи и показывать своим поведением плохой пример.

❖ Ребенок имеет право на защиту. Родители должны защищать его не только от опасности, но и от вредной информации извне, чтобы не провоцировать негативных эмоций.



❖ Мама и папа должны быть последовательны в своих решениях, отменить их можно только в редких случаях. Это же касается и соблюдения единства в вопросах воспитания. Тогда ребенку не придет в голову искать лазейки между доброй мамой и злым отцом или наоборот.

❖ Плохие поступки не должны остаться безнаказанными. И это совсем не физическое наказание. Стоит лишить чадо любимой игры и тем самым дать ему понять, что он поступил плохо.

❖ Постоянный командный тон – не самое лучшее решение. Не надо усложнять жизнь маленького человека слишком трудными заданиями и несправедливостью.

❖ Исключить фамильярное отношение к взрослым членам семьи и нецензурную брань. Даже самый отъявленный хулиган требует ласки и любви. Мало того, всегда можно найти то, за что его стоит похвалить. А доброе слово может делать настоящие чудеса.

Из всего сказанного можно сделать вывод, что неприятную ситуацию лучше предупредить, чем потом с ней справляться. Только умное и последовательное поведение со стороны взрослых людей сможет свести к минимуму все возможные негативные бунтарские проявления их собственных детей. Хвалите их, любите их и все обязательно будет хорошо.

Здоровье, физкультура, спорт

Профилактика гриппа: как защитить ребенка от вирусов?

Во избежание инфицирования внутри семьи, всем ее членам рекомендуется проводить как специфическую (вакцинация), так и неспецифическую профилактику гриппа и ОРВИ.

Вакцинация. Раз в год, осенью, всей семье рекомендуется сделать прививку против гриппа. При выборе вакцины врачи будут учитывать возраст прививаемых и противопоказания к применению. Эффективность вакцинации у детей составляет 70-100%.

Витаминная профилактика гриппа и у детей, и у взрослых повышает устойчивость организма к инфицированию респираторными вирусами.

Противостоят неблагоприятным воздействиям окружающей среды, в том числе и вирусам, помогает **соблюдение правил гигиены и активный, рационально организованный образ жизни**, а именно:

Поддержание гигиены кожи и слизистых верхних дыхательных путей (полоскание горла, промывание носа, частое мытье рук с мылом и регулярные водные процедуры).

Соблюдение гигиены жилища (регулярные проветривания, поддержание температуры в пределах 20-24°C и влажности 30-35%).

Полноценное сбалансированное питание, включающее достаточно овощей и фруктов, а также продуктов, обогащенных бифидобактериями.

Систематическая физическая активность на воздухе или в проветренном помещении.

Оптимальный режим труда и отдыха.

Если ребенок заболел:

Не надейтесь на собственные силы - это опасно для здоровья и жизни ребенка. Вызывайте врача - только он может поставить верный диагноз и назначить эффективный курс лечения.