

Trudne dziecko



zaufaj specjalście

suplement diety
eye q

eye q[®]
suplement diety

zaufaj specjalście

Sposób stosowania:

Kapsułki: powyżej 3 roku życia, płyn: dla dzieci i osób dorosłych. Suplementacja inicjująca: przy stosowaniu eye q po raz pierwszy, aby zapewnić nasycenie organizmu, zaleca się przyjmować 6 kapsulek (2 x 3 kapsułki) lub 3 łyżeczki płynu (3 x 5 ml) dziennie podczas posiłku przez pierwsze 3 miesiące. Suplementacja podtrzymująca: po 3 miesiącach od rozpoczęcia stosowania porcję dzienną można zmniejszyć do 2 kapsulek lub 1 łyżeczki płynu (5 ml) dziennie.

Opakowanie dostosowane do wieku i preferencji dziecka:

- eye q płyn 200 ml o smaku cytrynowym lub waniliowym
- eye q kapsułki do żucia o smaku truskawkowym 60 sztuk lub 180 + 60 sztuk gratis
- eye q kapsułki 60 sztuk, 180 + 60 sztuk gratis, lub 360 + 40 sztuk gratis

Więcej informacji na stronie www.eyeq.pl



eyeq_trudnedziecko_01.11.2017

Qpharma



Qpharma Sp. z o.o.
ul. Wichrowa 7F/10, 04-682 Warszawa
tel: 22 590 57 00, faks: 22 590 57 01
qpharma@qpharma.pl, www.qpharma.pl
www.eyeq.pl

Zaczynamy się oddalać



Adrian od kilku miesięcy w ogóle mnie nie chce słuchać, po prostu diabeł w niego wstąpił. Wszystko na „nie”! A jak się rozłości, to trzaska drzwiami, wyzywa jak najgorszy chuligan. Już dwa razy wzywali mnie do szkoły, nauczyciele nie dają sobie z nim rady. Tak popchnął kolegę, że mu krew z nosa leciała. Adrian wszystkiego się wypierał, ale ja mu już nie wierzę, on potrafi kłamać w żywe oczy! Po prostu nie poznaję własnego dziecka...



U co dziesiątego dziecka lub nastolatka występują tak zwane zachowania opozycyjno – buntownicze. Dziecko nie tylko uporczywie odmawia posłuszeństwa rodzicom i nauczycielom; umyślnie neguje zasady, celowo zaczepia i prowokuje innych. Wymyśla różne sposoby, żeby sprawić innym przykrość. Jednocześnie jest przewrażliwione, z byle powodu wpada we wściekłość, a wtedy nierzadko niszczy przedmioty, przeklina i obraża innych.

Niektóre „trudne” dzieci z czasem mogą pójść jeszcze dalej; następnym krokiem może być jawny sprzeciw wobec norm. Rozpoczynają się ucieczki z domu i szkoły, sięganie po alkohol i narkotyki; w końcu pojawiają się kradzieże, włamania czy agresja wobec innych. **Wtedy mówimy o zaburzeniach zachowania.** Niestety dalszą konsekwencją może być kolizja z prawem i wykluczenie społeczne.

Nadmierne tempo życia powoduje coraz mniej czasu na rozmowy z dzieckiem, zainteresowanie jego życiem i problemami. Dziecko osamotnione, pozbawione wzorców zachowania, łatwo ulega wpływom telewizji lub internetu. Potrzeba wyróżnienia się i poszukiwanie własnej tożsamości, przy braku umiejętności społecznych może wyzwalać u dziecka agresję. Pewne dysfunkcje biologiczne, w tym związane z nieprawidłową dietą sprzyjają występowaniu problemów z koncentracją uwagi, nadpobudliwością i impulsywnością dzieci.

Praca z trudnym dzieckiem wymaga ciężkiej, wspólnej pracy rodziców, psychoterapeutów i pedagogów. Podawanie preparatu eye q może być cennym uzupełnieniem działań terapeutycznych u dzieci i młodzieży z niewłaściwym zachowaniem lub agresją.

Bardzo ważne jest jak najszybsze wychwycenie niepokojących sygnałów i podjęcie działań terapeutycznych jak najwcześniej, zanim rozwinie się i utrwali nieprawidłowa osobowość nastolatka.

I co ja mam z nim zrobić?

Zacznij od siebie: **zachowaj spokój**, nie daj się prowokować. Nie reaguj na krzyk, histerię. Jeżeli trzeba, spokojnie powtórz kilkakrotnie polecenie.

Spróbuj **wejść w świat** młodego człowieka – co lubi oglądać? Jakiej muzyki słucha?

Ustalaj zasady, dziecko ich potrzebuje. Wyzywające zachowania to często wołanie dziecka o zainteresowanie.

Nastaw się na **zawieranie kontraktu**, a nie jedynie dyktowanie warunków. Jeśli pójdziesz na pewne ustępstwa, łatwiej dziecko zgodzi się zmienić swoje zachowanie.

Próbuj realizować **najpierw mniejsze cele**, ciesz się częściową poprawą. Pracuj nad jednym zachowaniem, a nie kilkoma naraz.

„Rozbrajaj bomby” - unikaj dużych kłótni, zanim się rozpoczną. Czy czasem nie jest lepiej po prostu zignorować zaczepkę? Nie stosuj przemocy fizycznej - przemoc rodzi przemoc.

Dostrzegaj pozytywne zachowania, **pochwal dziecko** – od razu, bez czekania na okazję. Pamiętaj o właściwej kolejności: najpierw praca domowa, a potem granie na komputerze; inaczej praca będzie karą, a granie nie będzie nagrodą.

Przyzwyczaj dziecko do **konsekwencji** za zachowanie, a nie do karania. Konsekwencja pomaga wychowywać; kara często zależy od Twoich złych emocji w danej chwili. Jeżeli kara jest konieczna, powinna być niezwłoczna. Wyrządzoną szkodę trzeba naprawić, a ofiarę przemocy przeprosić.

Ograniczaj samotne przebywanie dziecka przed ekranem komputera, smartfona lub telewizora. Inwestuj w dziecko, nawet jeżeli początkowo nie widzisz efektów. **Poświęć dziecku czas i uwagę!**

