

TIRNAK YEME

Çocukların % 35'inde tırnak yeme davranışı görülür. Bu oran erken ergenlik çağına kadar sürer. Ergenlik çağında tırnak yiyen çocukların sayısı % 40-45'e yükselir. Yani ergenlik çağına kadar çocukların hemen hemen yarısı tırnak yeme davranışı gösterir.

Nedenleri

- Güvensizlik,
- Aile içinde aşırı baskı ve otoriter bir eğitimin uygulanması,
- Kıskançlık,
- Öğrencinin sürekli azarlanarak eleştirilmesi,
- Yeterli ilgi ve sevgi göstermeme,
- Sıkıntı ve gerginlik başlıca nedenlerdir.
- Anne-babanın yaşantısı da önemli bir etkidir.
- Anne-baba geçimsizlikleri, kavgaları, ailedeki sorunlar çocuklarda tırnak yeme gibi davranışlara neden olur.
- Bunun yanı sıra anne-babanın aşırı kaygılı olması, çocuğu aşırı derecede koruyup kollaması, çocuklar arasında ayırım yapması kıskançlığa neden olur. Bu da kendini tırnak yeme olarak gösterir.



ANNE-BABAYA ÖNERİLER

- ✓ Çocuğu azarlamak, korkutmak, ona ceza vermek gibi zorlayıcı yöntemlerin uygulanması yararlı olmamaktadır. Hatta kimi zaman daha ağır duygusal problemlerin çıkmasına neden olabilir.
- ✓ Çocukları korku ve kaygı yaratacak durumlardan uzak tutmak gerekir.
- ✓ Kaygı ve korku verici televizyon programlarını izlemeleri, şiddet ortamlarında bulunmaları çocuğu heyecanlandıracağı için sakıncalıdır.
- ✓ Parmak ve tırnağa acı fakat zararsız bir sıvı sürülebilir. Bu hem hatırlatıcı hem de tırnağını ağzına götürdüğü zaman acı ile birleştğinde terk etmeye yardımcı olabilir.
- ✓ Çocukları başarılarından dolayı ödüllendirmek, bazı durumlarda yarar sağlayabilir. Ancak bunun kısıtlı ve uygun şekilde kullanılması gerekir. Aksi takdirde çocuk yeni ödül almak için bunu kullanabilir.
- ✓ Tırnak derin kesilebilir.
- ✓ Tırnak yemenin ve ısırmanın çok kötü bir alışkanlık olmadığı ve bunu isteyenlerin kolaylıkla terk edebilecekleri anlatılmalıdır.
- ✓ Çocuk buna inandırıldığı zaman bu alışkanlığından vazgeçmek için çaba harcayacaktır.

