

- Recompensa y elogia control propio. Cada bes cu bo yiu domina su gana pa chupa dede of come huña, elogi'e y dun'e compliment. Si bo fiha solamente riba e habito, e por bira pio. Si bo muestra atencion cada bes cu bo yiu domina su mes, e habito por disparce den tempo cortico.
- Involvi bo yiu den e proceso di stop cu su habito. Motiv'e pa traha riba dje conscientemente.



Ki ora un habito no ta "djis un habito" mas?

- Si e habito ta afecta un mucha den su relacion cu otro hende of mucha.
- Si e habito ta stroba e mucha pa hunga of ta activo.
- Si e habito ta haci daño fisico (infeccion na huña, problema dental, problema cu articulacion of sangramento di nanishi)
- Si e mucha sigui cu e habito pa hopi tempo sin ningun cambio.

Conclusion

Mayoria biaha habitonan ta disparce segun cu e mucha crece. Tene pasenshi. Mescos cu un habito ta tuma tempo pa desaroya, e ta tuma tempo pa kibra cu ne tambe. Si bo ta preocupa pa cualke habito di bo yiu, ta bon pa busca ayudo profesional na Wit Gele Kruis, Jeugdgezondheidszorg of bo dokter di Cas.

Habito ta iritante?

Pa mas informacion por aserca:



Cumana 2,
Tel.: 583 4247 of 588 0856
Fax: 583 5658
Website: www.fpnm.aw
E-mail: info@fpnm.aw

Adaptacion di:
articulo

"Your child's habits" - Parenting and Child Health

Coreccion:

Fundacion pa nos Muchanan

Ilustracion:

Anita Prici

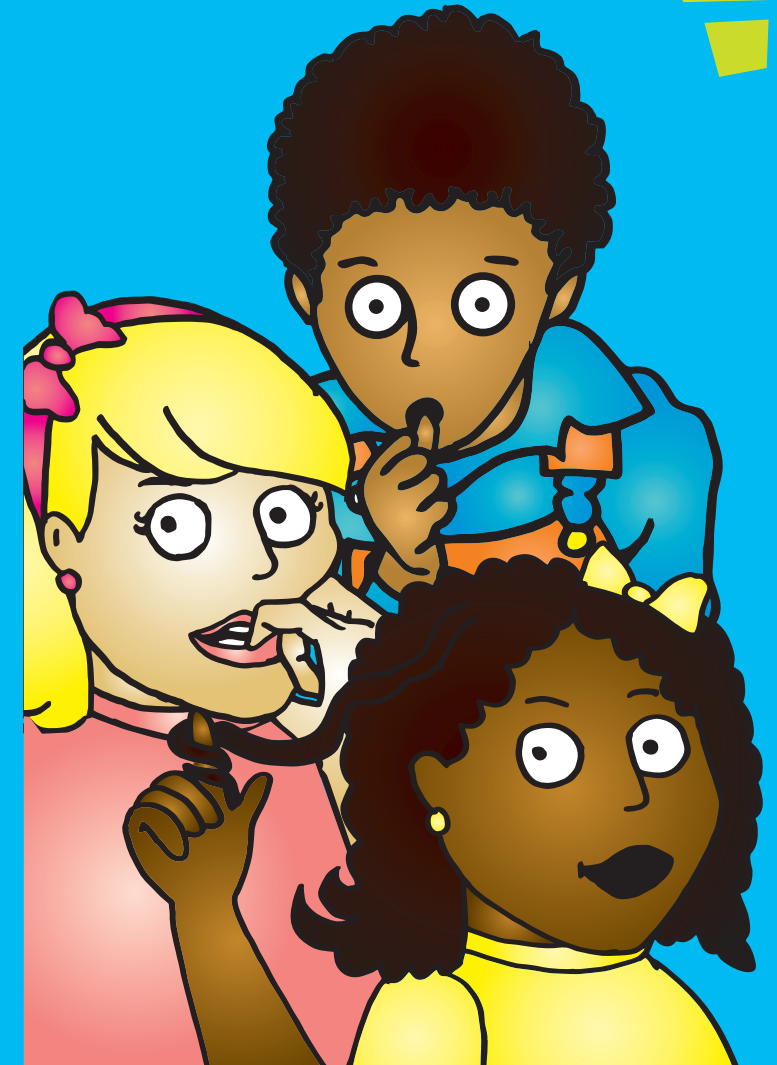
Layout:

iD - creative marketing people

Financia pa:



Gobierno di Aruba



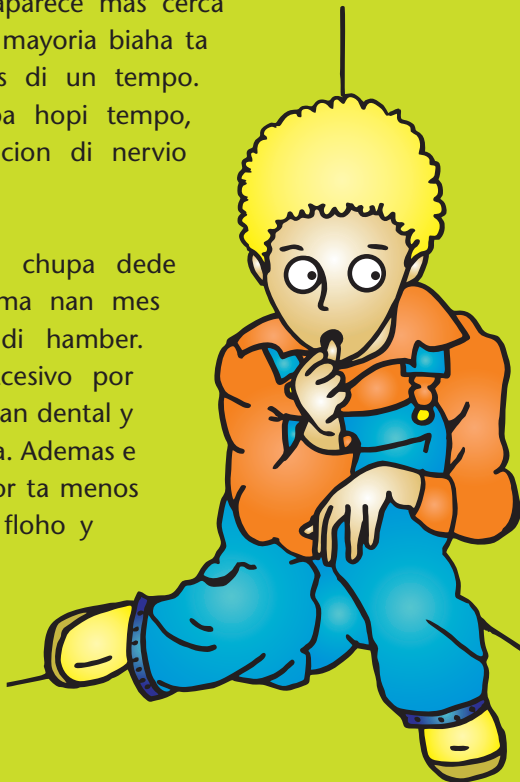
Introduccion

Hopi mucha tin habitonan cu pa otro hende por ta iritante! Maske e habito di bo yiu por irita bo, den mayoria caso e ta djis un fase den e proceso normal di desaroyo y nada pa bati alarma.

Kico ta un habito?

Un habito ta un comportacion cu ta ripiti, maske e persona mes no ta consciente di dje. Hopi biaha un mucha tin mas cu un habito pareu, manera chupa dede y troce cabeï na mesun momento. Un di e habitonan mas comun bou mucha ta come huña. Entre 30% y 60% di mucha ta come huña. Mayoria biaha mucha hombernan ta sigui cu e habito aki. Troce cabeï ta aparece mas cerca mucha muher y mayoria biaha ta disparce despues di un tempo. Si esaki sigui pa hopi tempo, e por ta indicacion di nervio of depresion.

Hopi mucha ta chupa dede of duim pa calma nan mes of pa motibo di hamber. Chupa dede excesivo por causa problemanan dental y infeccion na huña. Ademas e muchanan aki por ta menos activo, ta parece floho y por bira victima di termento.



Kico ta causa un habito?

Un habito ta un comportacion cu ta ripiti pa motibo cu e ta duna resultado positivo y satisfaccion inmediato. Sea e ta yuda e mucha calma su nervionan, pega soño of simplemente e ta dun'e algo di haci. Si bo ripara ki ora un mucha ta come huña lo bo mira cu hopi biaha ta ora e ta nervioso of ta bou di stress. E habito ta yud'e alivia e tension maske e mes no ta mucho consciente di dje.

Tambe tin mucha cu ta chupa dede of troce cabeï ora nan ta cansa of cuminsa haya soño. Esakinan por ta habitonan cu a keda tras for di e tempo di infancia y cu ta asocia cu satisfaccion di cuminda of soño.

Tin biaha un habito ta simplemente algo cu e mucha a hereda di su mayor. Alabes e por ta un manera pa haya atencion of pa manipula e mayor. Den caso asina e mucha ta desaroya e habito pasobra ela ripara cu haciendo esey e ta provoca atencion di e mayor.

Con pa anda cu habitonan di mucha?

Mayoria biaha habitonan ta disparce di mes. Segun e mucha crece, e tin menos necesidad pa e satisfaccion ey of simplemente ta pasa over di e fase.

Pa yuda bo yiu kibra cu un habito, por tene cuenta cu e siguiente puntonan;

- Conscientisa bo yiu di su habito. Na un manera suave, splica bo yiu (3-4 aña) cua comportacion ta irita bo y dicon. Bis'e cu bo no ta gusta e comportacion y cu e no ta necesario. No grita, critica of tenta e mucha. Esaki por haci e habito bira pio.
- Papia cu bo yiu di e habito. Si bo yiu di 5 aña ta yora pasobra otro mucha ta tent'e ora e chupa dede, comprende cu e mester di bo yudansa. Puntra bo yiu si e kier stop di chupa dede y si e kier pa bo yud'e. Splik'e cu tin cos cu e por haci na cas pero no ora e ta den hende. Bo por hala su atencion ora e haci'e y ofrec'e un alternativa, por ehempel bisa un mucha cu ta come huña pa na luga di come huña pone su mannan hunto, dede riba dede of laga su dedenan cana riba mesa.

