**Wskazówki dla rodziców: węch**

**Wskazówki dla rodziców dziecka z nadwrażliwym węchem.**



* Staraj się dostosować otoczenie do potrzeb dziecka – unikaj intensywnych zapachów i zatłoczonych pomieszczeń.
* Nie gniewaj się na dziecko, jeśli nie będzie chciało spożywać posiłku, ponieważ „dziwnie pachnie”. Staraj się dotrzeć do przyczyn – rozmawiaj, zachęcaj, ale nie zmuszaj!
* Pozwalaj dziecku wąchać różne przedmioty – rozwijaj w nim naturę badacza ciekawego świata.
* Dbaj o to, by posiłki zawierały cenne dla Twojej pociechy składniki, uwzględniając preferencje zapachowe i smakowe.
* Jeśli dziecko ma trudności z rozróżnianiem zapachów, organizuj zabawy i wyraźnie nazywaj produkty/przedmioty. Pomóż dziecku powiązać nazwę z danym zapachem.
* Pamiętaj, że zapachy mogą się także kojarzyć dziecku z różnymi emocjami i doświadczeniami. Wykorzystaj te informacje, by aranżować nowe sytuacje węchowe.
* Jeśli jesteś palaczem, absolutnie nie pal przy dziecku! Dym papierosowy osłabia pracę części receptorów, przez co wrażenia zmysłowe mogą być gorzej odbierane.
* Często wietrz pomieszczenia. Możesz także zastosować nawilżacz powietrza, który poprawi nawilżenie błon śluzowych nosa.
* Nie naznaczaj negatywnie produktów żywnościowych. Zamiast mówić: To brzydko pachnie lub To jest niedobre, lepiej powiedzieć: Spróbuj, może Tobie będzie smakować. Jesteś największym autorytetem dla swojego dziecka, to, co powiesz, ma dla niego ogromną wartość.
* Stwarzaj sytuacje badawcze dla nosa dziecka. Najprostsze wycieczki (do piekarni po świeże pieczywo, na targ warzywno -owocowy, do lasu, ogrodu botanicznego) są często źródłem ciekawych doświadczeń dla analizatorów zmysłowych.