

Психологические причины привычек

Воспитатель

БДОУ «Красноярский детский сад №2»

Стафеева Елена Сергеевна

В процессе формирования личности ребенка огромную роль играют привычки, которые ребенок будет воспроизводить в течение всей своей жизнедеятельности.

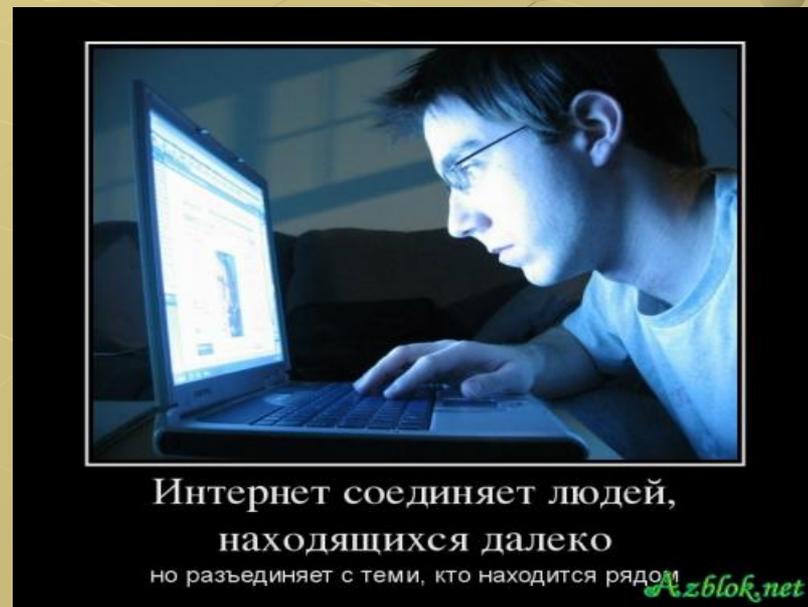


Привычка— сложившийся способ поведения, осуществление которого в определённой ситуации приобретает для человека характер потребности, которая побуждает совершать какие-либо действия, поступки.



Привычки

- Положительные/полезные
(они важное условие производительности труда, соответствия поведения общественным нормам, условие охраны здоровья)
- Отрицательные/вредные
(они дезорганизуют личную и общественную жизнь человека)



«Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу!»



Как формировать полезные привычки?

- Приступая к выработке привычки, нужно доходчиво объяснить, зачем она нужна. Если ребенок не соглашается действовать – успех не гарантирован.
- В процессе формирования привычки должен быть организован тщательный контроль, который со временем перейдет в самоконтроль.
- Вначале надо добиваться точности выполнения действий и только потом быстроты.
- Каждый успех должен быть замечен и эмоционально подкреплен.
- Нельзя формировать более двух-трех привычек одновременно, поэтому следует выбрать наиболее предпочтительные.



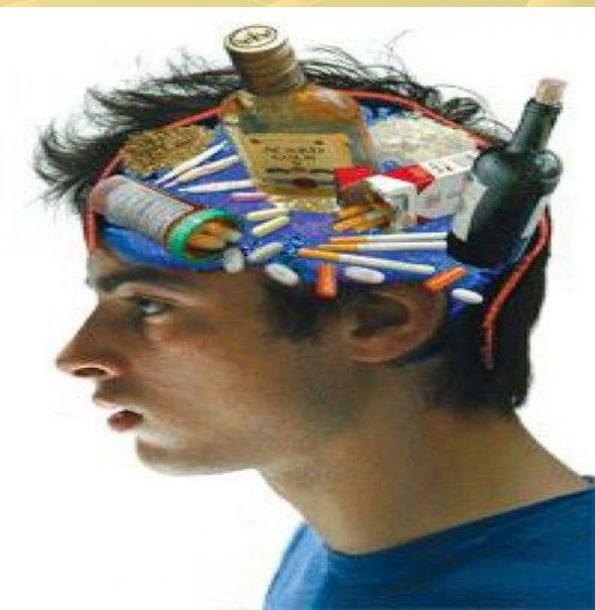
Методы и формы воспитания культурных навыков и привычек у детей могут быть разными, но самые прекрасные дети вырастают, как правило, в счастливых семьях.



Культурные привычки у детей.



Вредные привычки



Царство вредных привычек



сквернословие

игромания

наркомания

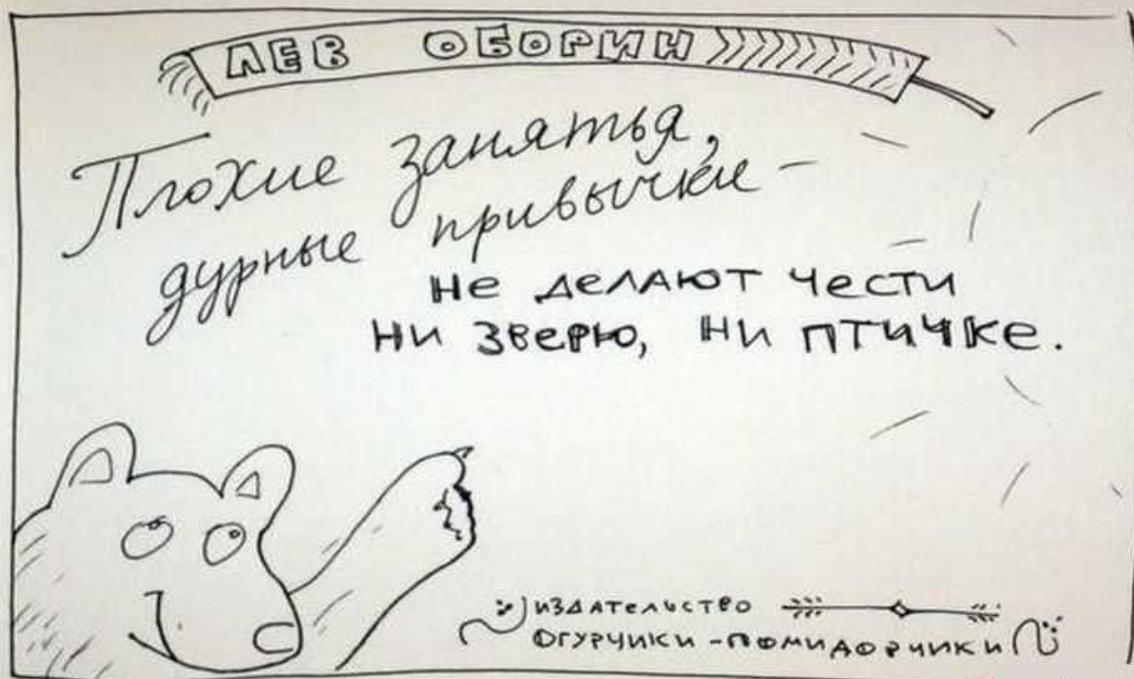
пьянство

курение



Для того, чтобы избавиться от привычки необходимы три вещи:

- РЕШИТЕЛЬНОСТЬ – для того, чтобы заставлять себя снова и снова отказываться от привычки.
- МУЧЕНИЯ – нужно четко знать, что избавляясь от привычки, вы избавляетесь от комфорта, а это принесет мучения.
- ВРЕМЯ – 21 день – ровно столько требуется, чтобы вылупился цыпленок и умерла привычка.



Избавление от привычек у детей в семье

- Поощрение
Вызывает положительные эмоции, поэтому поступки, за которыми оно последовало, закрепляются на физиологическом уровне

- Наказание
Влечет за собой отрицательные эмоции, оказывающие тормозящее действие



Любое поведение –
это удовлетворение
каких либо
потребностей.

Плохих
потребностей не
бывает, есть лишь
неправильные,
неадекватные
способы их
удовлетворения!



Отучайтесь от плохого,
привыкайте к хорошему!



Спасибо за внимание!