

Вредные привычки детей.

Что с ними делать?



Педагог-психолог
Абдульманова Гузель Зафировна

Что такое «вредная привычка»?

Вредная привычка — это отрицательная склонность, ставшая потребностью и выражающаяся в действиях, в поведении.

То есть это — некий стереотип поведения, мешающий ребенку нормально жить и развиваться.



Бороться с привычкой или оставить все как есть?

Нельзя бороться с вредной привычкой, потому что она — следствие некоей неудовлетворенной потребности.

Но, с другой стороны, вредную привычку **нельзя игнорировать**, потому что она, опять же, следствие некоей неудовлетворенной потребности.



Какие основные потребности у ребенка?

- ✓ Потребность в любви,
- ✓ в безопасности,
- ✓ в родительском внимании,
- ✓ в уважении.





Сосание пальца

Что нужно делать?

Чтобы понять, почему ребенок сосет палец, прежде чем пробовать отучить ребенка от сосания пальца, необходимо подумать, что можно предложить ребенку взамен этой привычки, доставляющей удовольствие.

2. Установить доверительный контакт с ребенком, позаботиться о своевременном успокоении ребенка и снятии беспокойства.
3. Создать условия для разнообразия впечатлений ребенка и использования при взаимодействии с ребенком подвижных, эмоционально насыщенных игр.



Чего делать нельзя?

1. Всячески пытаться запретить ребенку сосать палец, тем самым, привлекая к этой патологической привычке негативное внимание малыша.
2. Излишне ограничивать действия и проявления ребенка, способствуя усилению его напряжения и беспокойства.



Привычка грызть ногти.

Что нужно делать?

1. Объясните ребенку, что «разрядиться» можно другим способом (например, попинать подушку, покричать в пустой комнате).
2. Переключите его внимание на другое действие, чтобы разорвать связь между беспокоящей его ситуацией и его реакцией на нее.
3. Подумайте, с чем могут быть связаны детские переживания, и устраните причину.



Привычка кусаться

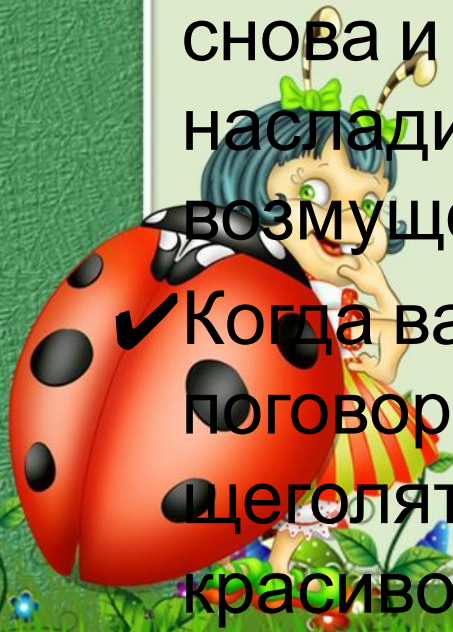
Что нужно делать?

- ✓ Научите драчуна договариваться, отстаивать свое мнение, подтверждать свою правоту словами.
- ✓ Агрессора с раннего детства надо учить контролировать себя, уважать и любить своих родителей.



Привычка ругаться

- ✓ Не заострять на этом внимание ребенка, как правило, «увлечение» ругательствами проходит само собой по мере обогащения его словарного запаса.
- ✓ Если реагировать на ругательства бурно, ребенок с удовольствием будет их повторять снова и снова только ради того чтобы насладиться вашим негодованием или возмущением окружающих людей.
- ✓ Когда ваш ребенок станет постарше, поговорите с ним по душам и убедите его, что щеголять ненормативной лексикой не очень-то красиво.



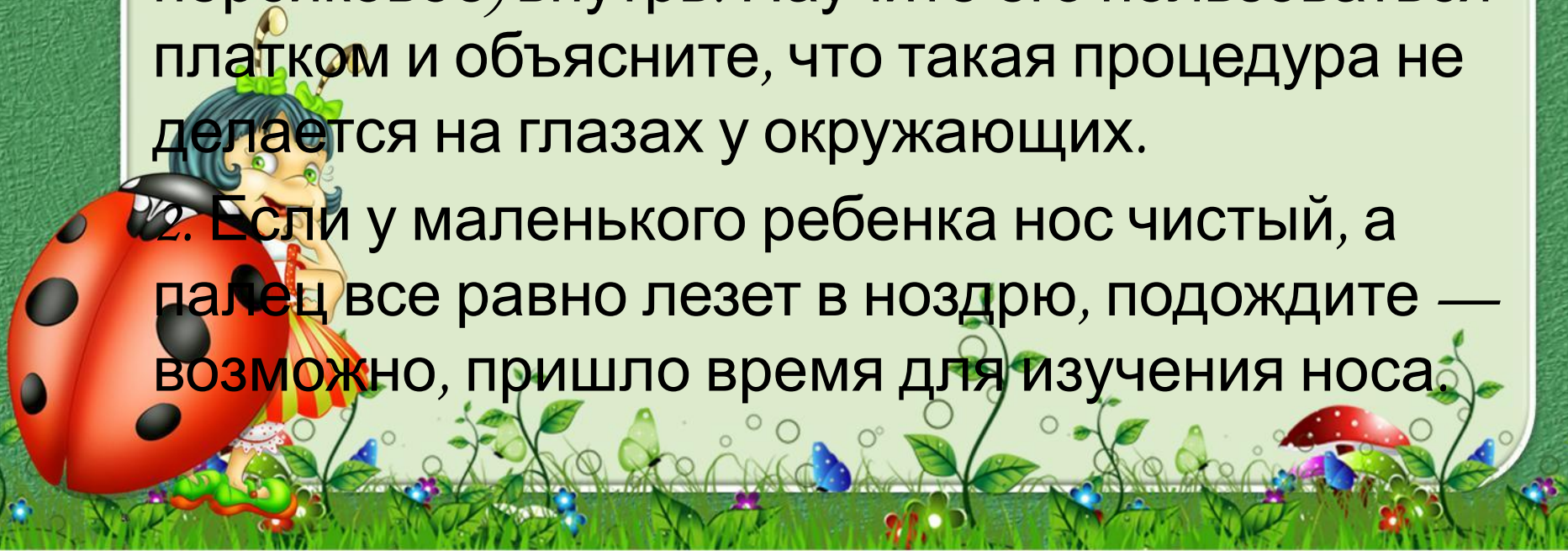


Поковыряемся в носу?

Что нужно делать?

1. Если ребенок ковыряется в носу, возможно, он просто совершает физиологически оправданную процедуру — чистит носик. Можно закапать масло (подсолнечное, персиковое) внутрь. Научите его пользоваться платком и объясните, что такая процедура не делается на глазах у окружающих.

2. Если у маленького ребенка нос чистый, а палец все равно лезет в ноздрю, подождите — возможно, пришло время для изучения носа.



«Игры» с гениталиями.

Онанизм – способ самоудовлетворения, когда ребенок доводит себя до эмоциональной разрядки (перед сном, спрятавшись в укромном месте) и делает это регулярно, вот тогда можно говорить о патологической привычке.

В открытой, заметной для взрослых форме эта привычка встречается у 5% мальчиков и у 3% девочек дошкольного возраста

(по А. И. Захарову).



Предпосылки возникновения онанизма

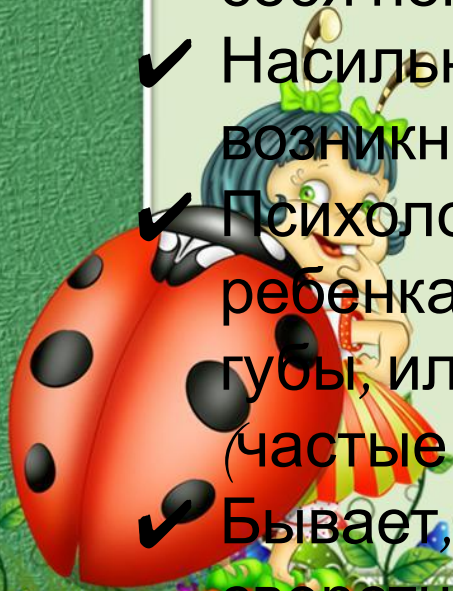
Физиологические

- ✓ Активный, неукротимый темперамент (холерик) и как следствие повышенная потребность в разрядке психического напряжения.
- ✓ Если девочка не любит играть с куклами, предпочитает дружить с мальчиками; если у мальчика ярко выражены девчачьи черты поведения.



Психологические

- ✓ Неправильное воспитание: излишняя строгость, ограничение активности, большое количество запретов, физические наказания.
- ✓ Проблемы эмоционального контакта с родителями: недостаток ласки, внимания, положительных эмоций, раннее отлучение от матери .
- ✓ В семье появляется 2-й ребенок, и старший ощущает себя ненужным, нелюбимым.
- ✓ Насильное кормление тоже способствует возникновению онанизма.
- ✓ Психологическое заражение – взрослые часто берут ребенка к себе в постель, излишне ласкают, целуют в губы, или излишне тщательно соблюдают гигиену (частые подмывания и т.д.).
- ✓ Бывает, что ребенок повторяет увиденное у сверстников или по телевизору.



Клинические

- ✓ Проявление невропатии – расстройство сна, плохое засыпание - приводит к накоплению беспокойства, которое таким образом устраняется.
- ✓ Излишнее укутывание, тесная одежда.



Что еще может спровоцировать появление онанизма?

- ✓ Единственный ребенок в семье, изолированный от детского общества.
- ✓ Высокая эмоциональность ребенка.
- ✓ Повышенная возбудимость.
- ✓ Патологии беременности, нежеланная беременность.
- ✓ Когда родители хотели ребенка одного пола, а “получился” - другого.
- ✓ Чрезмерная принципиальность родителей.
- ✓ Импульсивность, несдержанность отца.
- ✓ Холодность матери.



Как помочь ребенку?

- ✓ Прежде всего, выясните причину возникновения привычки
- ✓ Ни в коем случае не стыдите, не наказывайте, не ругайте.
- ✓ Можно даже не говорить с ребенком на эту тему, но в корне поменять воспитательные методы, отношение с малышом.
- ✓ Предоставьте ребенку больше свободы, возможности самостоятельно действовать.
- ✓ Чаще хвалите.
- ✓ Обстановка в семье должна быть спокойной, доброжелательной.



Как помочь ребенку?

- ✓ Если ребенок хочет бегать, прыгать, не удерживайте его, а, наоборот, обеспечьте физическими нагрузками (прогулки на свежем воздухе, спортивная или танцевальная секция).
- ✓ Поощряйте ребенка в выражении чувств и эмоций, если он не умеет адекватно реагировать на негативные эмоции – учите.
- ✓ Чаще общайтесь на нейтральные темы, избегая нотаций, поучений.
- ✓ Вовремя лечите потницу, диатез, глистные заболевания; урологические и гинекологические заболевания.



Как помочь ребенку?

- ✓ Одежда должна быть чистой, свободной, не натирающей тело.
- ✓ Не пугайте малыша страшными последствиями его “грязных” действий! Это приведет к возникновению комплекса неполноценности, что в будущем выльется в проблемы с познанием своего тела, проблемы с сексом во взрослом возрасте.
- ✓ Не унижайте ребенка допросами, осмотром, обсуждением этой темы при посторонних.
- ✓ Пересмотрите питание (меньше сладкого, острого, соленого).





Помните! Онанизм – способ разрядки нервного напряжения. Если справиться с напряжением, онанизм “уйдет”.

Любите своего ребенка! Чаще всего онанизмом страдают дети в детских домах, которые никому не нужны, никем не любимы, не имеют возможности самовыражения.

Делайте вывод!!!



Если у ребенка появилась вредная привычка, действуйте по следующим правилам.

1. Попробуйте понять причину возникновения привычки.
2. Не запрещайте в ультимативной форме ребенку вести себя подобным образом.
3. Не ругайте и не наказывайте ребенка в тот момент, когда проявляется вредная привычка.
4. Не акцентируйте внимание на его действиях.

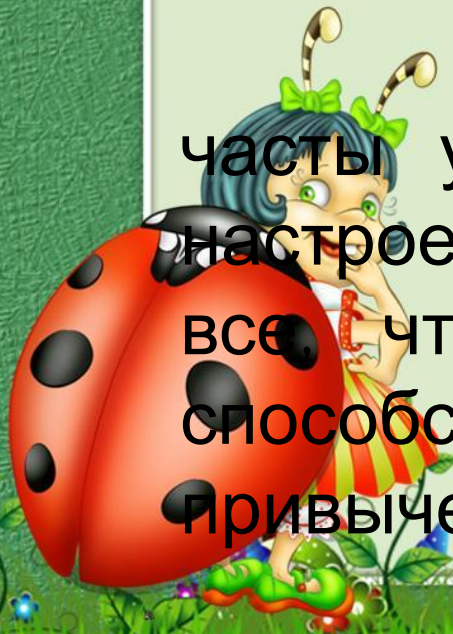


5. В момент, когда проявляется вредная привычка, постарайтесь переключить внимание ребенка на что-нибудь другое.

6. Окружите ребенка любовью и лаской, не конфликтуйте друг с другом в присутствии ребенка.

7. Подумайте, соответствует ли интеллектуальная и физическая нагрузка возможностям ребенка.

8. Помните, что вредные привычки часты у детей, имеющих сниженный фон настроения, склонных к депрессии, и поэтому все, что вызывает хорошее настроение, способствует и устранению вредных привычек.



Для устранения дурных привычек нет единого рецепта. Основное правило хорошего воспитания, предупреждение дурных привычек – усиление внимания к ребёнку, заполнение его дня интересными занятиями с игрушками, книгами, картинками. Ни в коем случае нельзя применять силу, угрозу, грубость, доставлять детям неприятные ощущения, боль, бить при онанизме, мазать горчицей ногти при их кусании.

Всё это вызывает отрицательные эмоции у ребёнка, раздражает, нервирует, закрепляет отрицательную привычку.



Благодарю за внимание!

