

Вредные привычки у детей дошкольного возраста

Первостепенное значение для развития ребенка как социального существа имеет знание нормативов поведения. На протяжении раннего и дошкольного возраста ребенок через общение с окружающими его людьми (взрослыми, сверстниками и детьми других возрастов) усваивает социальные нормы поведения. Усвоение норм предполагает, что, во-первых, ребенок постепенно начинает понимать и осмысливать их значение, во-вторых, у ребенка в практике общения с другими людьми вырабатываются привычки поведения. Если ребенок действует, выходя за рамки привычного поведения, у него возникает ощущение дискомфорта, в-третьих, ребенок проникается определенным эмоциональным отношением к этим нормам. Внешний мир - мир социальных отношений - требует от ребенка нравственного развития, которое определяется следующими образующими: знанием норм, привычками поведения, эмоциональным отношением к нравственным нормам и внутренней позицией самого ребенка.

Эмоциональное и осознанное отношение к нравственным нормам и их выполнению развивается у ребенка через общение со взрослыми. Взрослый своим отношением к поступку ребенка санкционирует определенный тип поведения, он помогает ребенку осмыслить рациональность и необходимость определенного нравственного поступка. Именно на фоне эмоциональной зависимости от взрослого у ребенка развивается притязание на признание в сфере морального поведения. В процессе развития, личность ребенка легко формируется, но также и легко деформируется. Любое нарушение или дисгармония в окружении малыша или в отношении к нему может повлиять на его поведение. У ребенка быстро формируются стереотипы поведения, он легко приобретает некоторые привычки, которые, как на первый взгляд кажется родителям, неискоренимы никакими воспитательными мерами. Такое поведение или вредные детские привычки проявляются в том, что ребенок любит сосать палец, кусать ногти, вырывать себе волосы, ковырять в носу или тереть глаза, ритмично покачиваться из стороны в сторону.

Сосание пальца, потирания, почесывания и прочее - не что иное, как компенсаторные механизмы, с помощью которых ребенок пытается погасить свою тревожность, утолить недостаток внимания со стороны взрослых или же преодолеть свой страх.

Конечно, было бы хорошо, если бы ребенок избавился от вредных привычек сам. Однако, это практически невозможно, т.к. родителям прежде всего необходимо выявить причину таких проявлений в поведении и запастись терпением в процессе их коррекции. Сами родители с этой проблемой справиться не в силах, им, необходима

профессиональная помощь. В связи с этим, перед нами стал вопрос, как помочь таким родителям? Нами была собрана информация для родителей, организованы консультации узких специалистов. В этой статье мы перечислим некоторые наиболее часто встречающиеся вредные привычки ребёнка. Для того чтобы родитель имел возможность оградить своего ребёнка от появления у него привычек способных навредить его здоровью и благополучию.

Сосание предметов:

Что нужно делать?

1. Наполнить жизнь ребенка, заинтересовать новыми играми и увлечениями.
2. Помочь ребенку обрести настоящего друга.
3. Дома родителям необходимо проводить с ребенком, как можно больше времени, обязательно разговаривать и играть с ней в разнообразные игры. Когда мама и папа станут настоящими друзьями для малыша, необходимость в труппочке или мягкой игрушке, постепенно отпадет сама собой.

Чего делать нельзя?

1. Отбирать любимую вещь ребенка, к которой он так привязан. Даже если вы победите, напряжение ребенка только усилится, и нет гарантии, что не появится сосание пальца, ковыряние кожи или другая патологическая привычка.
2. Наказывать и всячески стыдить ребенка за такую привязанность.
3. Говорить о любимом предмете ребенка, то есть фиксировать словами, подчеркивать и закреплять патологическую привычку постоянными напоминаниями.



Сосание соски:

Привязанность к соске имеет компенсаторный характер, особенно ярко это проявляется при искусственном вскармливании ребенка.

Что нужно делать?

1. Перестать обсуждать проблему соски.
 2. Переключать внимание ребенка на более интересные занятия.
- Разнообразить жизнь ребенка.

Чего делать нельзя?

1. Акцентировать внимание ребенка на проблеме соски.
2. Ругать ребенка.

Сосание пальца:



Если ребенок сосет палец, бесполезно пытаться запретить ему это делать, необходимо понять, почему он это делает. Сосание пальца успокаивает и умиротворяет ребенка, как и сосание груди, сосание соски. Сосание - это удовольствие раннего детства, удовлетворяющее основную потребность ребенка в пище. Поэтому сосание для ребенка - это вернейший способ успокоиться, когда он беспокоится или не может уснуть. Сосание пальца может выступать как средство компенсации неудовлетворенного инстинкта сосания вследствие затрудненности грудного вскармливания. Сосание пальца уменьшает чувство беспокойства, успокаивает и заставляет на время забыть физическую и душевную боль. Во всех случаях сосание пальца создает ребенку иллюзию удовлетворения и успокоения.

Что нужно делать?

1. Необходимо понять, почему ребенок сосет палец (компенсирует недостающее внимание к себе, стабилизирует свое эмоциональное состояние и др.). 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, разумном пользовании соской в раннем возрасте.

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.



Кусание или грызение ногтей (онихофагия):

Обкусываться могут не только выступающие части ногтей, но частично и прилегающие участки кожи, что часто приводит к воспалительным явлениям. Обкусывание ногтей может сопровождаться их проглатыванием.

Что нужно делать?

1. Необходимо научить ребенка адекватным способам выражения агрессии. Позволять ребенку свободно, адекватными способами выразить свою агрессию, гнев. Для этого дома необходимо иметь, например, специальную "подушку для битья", используя которую ребенок сможет при необходимости выражать свои негативные чувства.

2. Нужно не просто отказаться от упреков, угроз и наказания, но и понимать то, что происходит с ребенком, переключать, отвлекать его в момент грызения ногтей. Уменьшите чрезмерные требования к ребенку со стороны воспитывающих взрослых. Нужно переключать пальцы малыша на более интересное и не менее приятное занятие всякий раз, когда замечаете у ребенка проявление этой привычки.

3. Необходимо настроиться на длительный период затухания этой привычки, который обычно примерно равен периоду ее протекания.

Чего делать нельзя?

1. Интеллектуально перегружать ребенка в ущерб другим сторонам психического развития.

2. Говорить ребенку про грызение ногтей, тем самым фиксировать словами в сознании ребенка эту привычку.

3. Всячески запрещать ребенку, грызть ногти, наказывать ребенка за эту патологическую привычку.