

Консультация для родителей (законных представителей) «Плохие привычки хороших детей»

Дети - наша гордость. В них все нам мило и дорого, и, пожалуй, нет таких родителей, которые бы не прикладывали стараний, чтобы их ребенок выглядел привлекательно. Не всегда ли мы задумываемся над тем, что привлекательность ребенка не только в красоте его внешнего вида?

Главное в другом - как подрастающий ребенок ведет себя? Как держится на людях? Каковы его манеры - мимика, жесты, движения, осанка? А ведь во всех этих проявлениях огромную роль играют привычки.

Достаточно присмотреться, чтобы понять: человек может выглядеть либо привлекательным, либо отталкивающим, вызывать осуждение от того, какими привычками он обладает. Недаром подмечено: Привычка - это визитная карточка культуры человека.

Одиночество, тоска, недостаток внимания, страх, тревожность, - сколько еще причин для появления нежелательных вредных привычек.

Не проще ли в разговоре с ребенком выяснить причину его вредной привычки.

К вредным привычкам относим:

1. Брать в рот несъедобные предметы.
2. Грызть ногти.
3. Сосать палец.
4. Ковырять в носу.
5. Привычка говорить неправду.
6. Привычка хвастаться.
7. Привычка перебивать.
8. Привычка капризничать, хныкать.

У многих детей есть странная *привычка брать в рот что-то совершенно несъедобное*. Отучить ребенка от такой привычки довольно сложно. Дети грызут кончики карандашей, ручек, палок. Причина такой привычки – нервность.

Дети, которые тянут в рот палки, карандаши или собственные грязные руки делают это потому, что чем-то сильно встревожены, обеспокоены.

Привычка грызть или сосать что-либо помогает им успокоиться. Родителям необходимо поговорить с ребенком о том, что его беспокоит. Их задача помочь ребенку справиться со всеми его переживаниями.

Привычка грызть ногти: считается, что дети грызут ногти, когда сильно нервничают из-за чего-то. Эта привычка нередко возникает у школьников, когда они испытывают трудности с учебой или отстают от товарищей в подвижных играх.

Иногда дети приобретают привычку грызть ногти, если родители слишком строги с ними или угрожают им через чур суровыми наказаниями.

Глупо наказывать, это не поможет отучить детей грызть ногти. Нужно понять, что ребенка здесь не за что наказывать: он и сам бы рад отучиться грызть ногти, даже не замечая этого.

Лучший способ избавиться от привычки грызть ногти – это долгая, дружелюбная и откровенная беседа с ребенком. Нужно поинтересоваться, что ребенка беспокоит в детском саду, дома, в школе.

Родители способны понять, что мучает ребенка и должны быть готовы помочь ему. Если удастся уладить основные проблемы, то привычка грызть ногти пройдет сама.

Привычка ковырять в носу: что же заставляет ребенка это делать? Чаще всего чрезмерная сухость оболочки носа. Из-за сухости в носу возникают раздражение и зуд. Чтобы этого избежать, нужно обеспечить увлажнение воздуха в квартире, особенно в спальне.

Привычка сосать палец: большинство детей к 4-5 годам избавляются от привычки сосать палец, однако, у некоторых детей она сохраняется и потом.

Со временем эта привычка проходит сама собой, но все-таки от нее лучше избавиться как можно раньше. И бесполезно заставлять ребенка носить варежки или мазать палец чем-нибудь горьким, наказывать, ругать, высмеивать.

Это не поможет ему избавиться от привычки, лишь заставит прятаться где-нибудь и сосать палец там, где никто не увидит. Нередко ребенок продолжает сосать палец, но при этом чувствует себя виноватым, становится нервным и раздражительным, или же наоборот вялым, заторможенным и отказывается играть с другими детьми, но палец сосать все же продолжает.

Ребенка, который сосет палец, врачи советуют оставить в покое. Вместо того, чтобы делать замечание, взрослые должны позаботиться о том, чтобы ребенок все время был занят чем-нибудь увлекательным и полезным.

Пожалуй, нет такого ребенка, который отказался бы поиграть в веселую игру, заняться танцами или рисованием, а продолжал бы сидеть и сосать палец.

Привычка ковырять в носу: что же заставляет ребенка это делать? Чаще всего чрезмерная сухость оболочки носа. Из-а сухости в носу возникают раздражение и зуд. Чтобы этого избежать, нужно обеспечить увлажнение воздуха в квартире, особенно в спальне.

С вредной и глупой привычкой ковырять в носу иногда очень трудно расстаться. Известны случаи, когда люди начинали ковырять в носу в раннем детстве и не смогли отучиться, даже когда стали взрослыми.

Нужно приучить ребенка к тому, чтоб в следующий раз, когда появится желание залезть пальцем в нос, он воспользовался носовым платком.

Привычка говорить неправду: в большинстве случаев причину детской лжи выявить довольно легко. Чаще всего это страх перед наказанием. Есть и ряд других причин. Например, дети считают, что родители верят в них, ждут от них блестящих успехов абсолютно во всем. А дети любят своих родителей и ни за что не хотят их огорчать. И чтобы убедить родителей, что они у них действительно лучшие, они говорят неправду. Другими словами, дети стараются изо всех сил порадовать родителей, но выбирают для этого неправильный путь.

В любом случае без беседы с ребенком не обойтись, нужно внушить детям, что только вместе можно справиться с проблемой, уверить ребенка, что вам все равно, какое место он займет в соревновании – первое или двадцатое, лишь бы ему самому было хорошо.

Самое неприятное во лжи то, что она быстро закрепляется в привычку, а с привычкой этой бороться нелегко.

Привычка хвастаться - очень распространено среди детей. В школах, детских садах, на детских площадках можно наблюдать детей, которые выделяются среди других тем, что хвастаются игрушками, одеждой, гаджетами, путешествиями... (список можно дополнить по собственному желанию). Родители особого значения этому не придают. «Ну что такого, подумаешь? Ребенок похвастается и перестанет».

Возможно, так и есть. Появится другая вещь, которой также захочется похвастаться. Какова причина такого поведения? У ребенка есть желание придать себе значимости в глазах других не за счет каких-либо своих черт личности или талантов, а за счет вещей, которые можно «пощупать и потрогать».

Это происходит из-за того, что самоуважение и самооценка ребенка подорваны.

Привычка перебивать.

Как бы парадоксально это не звучало, но *привычка перебивать* связана с внутренней неуверенностью ребенка. Также ребенок может испытывать неприязнь к тому, кого он перебил и попыткой контролировать ситуацию.

Чаще эта привычка проявляется с близкими людьми и направлена на того члена семьи, к которому у ребенка негативные чувства.

Привычка капризничать, хныкать – это способ, которым ребенок выражает свою потребность в любви и помощи со стороны значимых людей.

У детей «вечно занятых» родителей больше вероятности развития этой привычки, чем у родителей, которые не смотря на работу и домашние дела уделяют своим детям хотя бы 15-20 минут качественно проведенного времени.

Если обратить внимание на все эти вредные привычки, то можно безошибочно выделить, что причина у всех одна - нервное напряжение, беспокойство, страх, тревожность, недостаток внимания, любви, ласки.

Что же мы, взрослые, сможем сделать, чтобы помочь нашим детям справиться с этими привычками?

Начать с себя. Пересмотреть свое отношение к ребенку, достаточно ли ему нашего внимания, любви, заботы. Не перестарались ли мы с ограничениями, упреками. До конца ли ребенок откровенен с нами.

Разобравшись в себе, мы вполне можем оказать помощь своему ребенку.



