***« Вредные привычки»***

# *Кто виноват? и Что делать?*

*«Вредные привычки – навязчивые действия, отрицательно сказывающиеся на поведении ребёнка, его физическом и психическом развитии»* - так гласит энциклопедия, пугая родителей своей категоричностью суждений. Да, вредные привычки у малыша не безобидны и являются тревожным сигналом для взрослых: « мама, мне плохо!» Что же происходит? Может быть, малыш злится на родителей, которые оставили его одного? Или сердится на бабушку или няню, присматривающих за ним вместо любимой мамочки? Стыдясь, не понимая своих чувств, пытаясь освободиться от напряжения, ребенок срывает их на собственном теле: сосёт палец, грызёт ногти, накручивает прядь волос на палец – подсознательно стараясь наказать себя, причинить боль. То есть разрушительная сила таких переживаний направляется на него самого. Не стоит одёргивать малыша или наказывать – он и так себя уже наказывает.

*Возникает вопрос: может лучше не обращать внимания?* Да нет, очень даже стоит! Но внимание обратите на своё собственное отношение к малышу: как воспитываете, каков ваш стиль общения с ним. Беседуете с ребёнком на равных или, часто, разговор превращаете в нотацию? А если он не понимает в чем его вина и почему наказан, то это лишь усилит его протест. Что и говорить, справиться с киндер – привычками в повседневной жизни очень трудно. И первое, что приходит на ум раздраженным родителям – это ограничить и контролировать. Такие реакции взрослых воспринимаются ребёнком как враждебные и вызывают у него ощущение одиночества и отчаяния.

Когда это становится невыносимым, ребёнок старается избавиться от подобных ощущений доступным ему способом – грызёт ногти, сосёт палец. И так до бесконечности… Это значит, что вредные привычки являются признаком повышенной тревожности или даже начинающегося невроза. Важно понимать, что причины, провоцирующие такое поведение, имеют реальные причины, а их знание позволит предупредить дисгармонию в общении между детьми и родителями, потому что исправлять всё гораздо труднее.

***Предлагаю цикл статей*** ( как избавиться от вредных привычек, как искоренить их), которые будут опубликованы позже:  «Маленькие детки – маленькие бедки» - привычка сосать соску; палец, грызть ногти. «Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало»- игра с собственным телом; палец в носу; ныть и хныкать. «Дай волю на ноготок, а он возьмёт на весь локоток» - привычка кусаться; грызть предметы.«Танцуют всё – так хочет наш малыш!»- привычные истерики; энурез.  «Плохое слово» - привычка ругаться; искажать слова.  «Детская сексуальность»

*Уважаемые родители, вы можете добавить интересующий вас вопрос, а так же изменить тему, оставить мнение и пожелание в комментариях на сайте ДОУ. Ваш педагог-психолог Парилова В.Н.*