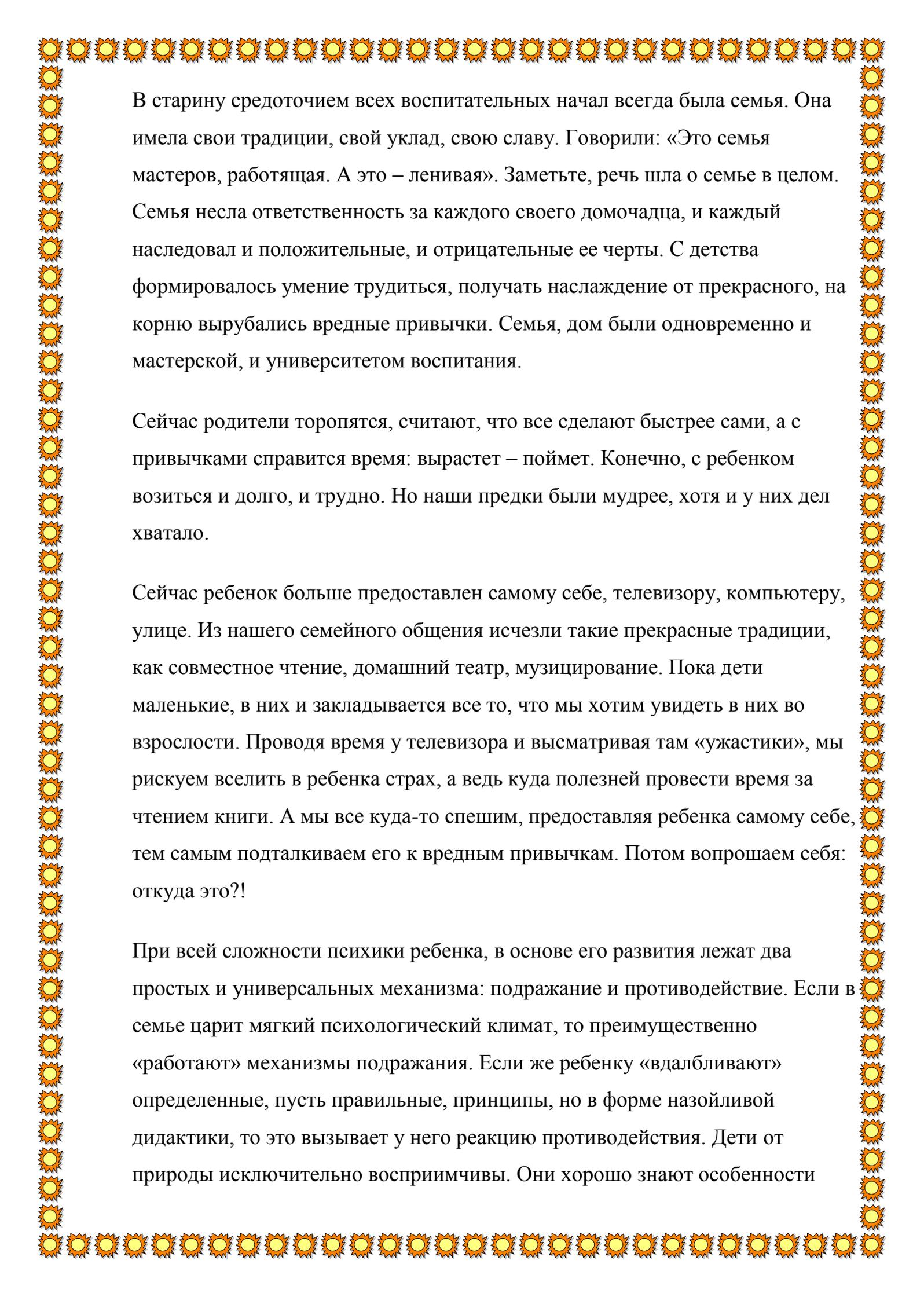


Консультация для родителей на тему

«ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ДЕТЕЙ»





В старину средоточием всех воспитательных начал всегда была семья. Она имела свои традиции, свой уклад, свою славу. Говорили: «Это семья мастеров, работающая. А это – ленивая». Заметьте, речь шла о семье в целом. Семья несла ответственность за каждого своего домочадца, и каждый наследовал и положительные, и отрицательные ее черты. С детства формировалось умение трудиться, получать наслаждение от прекрасного, на корню вырубались вредные привычки. Семья, дом были одновременно и мастерской, и университетом воспитания.

Сейчас родители торопятся, считают, что все сделают быстрее сами, а с привычками справится время: вырастет – поймет. Конечно, с ребенком возиться и долго, и трудно. Но наши предки были мудрее, хотя и у них дел хватало.

Сейчас ребенок больше предоставлен самому себе, телевизору, компьютеру, улице. Из нашего семейного общения исчезли такие прекрасные традиции, как совместное чтение, домашний театр, музицирование. Пока дети маленькие, в них и закладывается все то, что мы хотим увидеть в них во взрослости. Проводя время у телевизора и высматривая там «ужастики», мы рискуем вселить в ребенка страх, а ведь куда полезней провести время за чтением книги. А мы все куда-то спешим, предоставляя ребенка самому себе, тем самым подталкиваем его к вредным привычкам. Потом вопрошаем себя: откуда это?!

При всей сложности психики ребенка, в основе его развития лежат два простых и универсальных механизма: подражание и противодействие. Если в семье царит мягкий психологический климат, то преимущественно «работают» механизмы подражания. Если же ребенку «вдалбливают» определенные, пусть правильные, принципы, но в форме назойливой дидактики, то это вызывает у него реакцию противодействия. Дети от природы исключительно восприимчивы. Они хорошо знают особенности

своих родителей, Могут точно предсказывать их ответную реакцию на тот или иной поступок. Пример человека с сильной волей должен быть у сына дома, иначе он найдет такой пример вне дома. Ребенка воспитывает весь уклад жизни семьи. Вот с нее и надо начинать. Нельзя представить себе, что случилось бы с вулканом, если бы люди закупорили его кратер, и лавина не смогла бы извергаться из него. Но вполне можно отчетливо предвидеть, основываясь на научных знаниях, что может произойти с ребенком, если родители «свяжут его по рукам и ногам» строгим «Нельзя! Брось! Тьфу-тьфу!» А почему? И воспитываются дети в очень многих семьях под давлением всезапрещающей императивности взрослых, тем самым расшатывая его нервную систему.

Вредные привычки могут выражаться на фоне страхов, тревожности. Когда вечером вы оставляете ребенка одного в кровати, он может начать тревожиться. И, возможно, выработает какие-то защитные механизмы против этого: типа сосания пальца, уха у плюшевого мишки и т.д. Даже трудно себе представить, насколько незащищен малыш перед собственными чувствами, и только вы можете помочь ему справиться с ними.

Самый первый шаг в оказании ему помощи – внимательно наблюдать за ним, прислушиваться к нему. К сожалению, не все родители обращают внимание на самые очевидные признаки в смене настроений, а ведь многие страхи могут служить причиной появления вредных привычек. Многие детские страхи кажутся взрослым неразумными и вместо того, чтобы проявить сострадание, мы лишь убеждаем «не глупить».

Надо бороться не с вредными привычками, а с причиной их появления. Если это связано со страхом, то нужно и бороться с этим, и не уговорами типа: «Не бойся, малыш», «Ты уже большой». Не этим вы даете ему уверенность и ощущение поддержки, а отношением к нему с пониманием. И не надо высмеивать малыша.

Мы часто вынуждаем ребенка взрослеть и становиться самостоятельным быстрее, чем он может, а это уже стресс для него.

Борьба с тревожностями, страхами.

К вредным привычкам относим:

1. Брать в рот несъедобные предметы
2. Грызть ногти
3. Сосать палец
4. Ковырять в носу
5. Накручивать волосы на палец
6. Тереть уши

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

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

Непосредственно привычки

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 – нервозность. 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.

Выведите детей на откровенную беседу, может быть они обеспокоены делами в школе.

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 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. Нередко дети сосут палец, когда им скучно и у них нет другого, более интересного занятия. 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.

Воровство.

Все знают, что нельзя брать чужого без разрешения. Не знают об этом, видимо, одни только маленькие дети. Двухлетний ребенок считает, что все на свете принадлежит ему. Увидев понравившуюся игрушку, малыш протягивает к ней ручонки, даже не задумываясь, что она чужая. Годам к 4-5 ребенок понимает, что брать чужие вещи нельзя. В этом возрасте дети должны уже твердо усвоить, что всякое воровство влечет за собой наказание. И это правильно. Разве может из ребенка, привыкшего воровать, вырасти хороший, честный человек?

Но есть дети, которые подросли и знают, что воровать нехорошо, и тем не менее продолжают брать чужие вещи. Врачи считают, что такой ребенок тем самым хочет привлечь к себе внимание старших, пусть даже это внимание будет выражаться в том, что ребенка отругают или отшлепают. Для многих детей хуже всякого наказания, когда на них не обращают внимания вообще.

Нередко ребенок начинает воровать по вине родителей. Например, мальчик может случайно услышать, как его папа говорит в шутку: «А неплохо было бы ограбить банк». В сознании ребенка отложилось: если папе может прийти мысль о воровстве, значит красть можно, и в этом нет ничего плохого.

Естественно, взрослый, какие бы мысли у него не возникали порой, сумеет сдержаться от желания украсть, а вот маленький ребенок не всегда способен побороть соблазн украсть что-нибудь. А бывает и так, что мама или папа на глазах у ребенка действительно берут что-то, им не принадлежащее: несколько яблок из соседнего сада или газету из чужого почтового ящика. Ребенок видит, что вещь чужая, а родители берут ее без спросу и думает: если родителям можно, то почему мне нельзя?

Воровство – дурная и опасная привычка, нельзя допустить, чтобы она завладела ребенком.

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.

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. Все в наших руках.

Воспитатель средней группы дошкольного возраста «Пчёлки»

Ольхова В.В.

