



Личность ребенка в процессе развития легко формируется, но также легко она может и деформироваться. На его поведение влияют любые изменения в окружении, в отношении к нему. Дети в раннем детском и дошкольном возрасте легко приобретают некоторые привычки, у них быстро формируются определенные стереотипы поведения, которые кажутся родителям совершенно неискоренимыми. К таким привычкам и нежелательному поведению можно отнести: сквернословие, ритмичное раскачивание из стороны в сторону, вырывание на себе волос, накручивание их на палец, ковыряние в носу и др.

Одна из причин развития вредной привычки – это необходимость в удовлетворении какой-либо потребности. Поэтому, чтобы устранить эту привычку, следует в первую очередь понять, какая потребность лежит в её основе и найти другие способы её удовлетворения. Некоторые родители пытаются исправить поведение ребенка угрозами или внушениями, типа: «перестань грызть ногти», «вытащи палец из носа» и пр. Не всегда, а точнее практически никогда, такая тактика не приносит хороших результатов.

Сконцентрировав внимание ребенка на вредной привычке, постоянно поправляя его и одергивая, многократно возрастает риск «закрепления» этой привычки. Так как ребенок воспринимает её как средство привлечения внимания родителей.

В заключительной статье седьмого выпуска консультации «МамаПапины уроки» мы рассмотрим наиболее заметные вредные привычки детей, с которыми чаще всего приходится бороться родителям.

Привычка ковырять в носу

Привычка ковырять в носу воспринимается окружающими как отсутствие культуры у человека, и если маленьким детям такое поведение можно простить, то с взрослых спрос иной. Потребность введения пальца в полость носа может быть обусловлена необходимостью извлечь засохшую слизь из носового прохода, которая мешает дышать – такие действия можно отнести к естественным процессам. Но избыточная увлеченность этим занятием может свидетельствовать о наличии психологических проблем.

Переходя к причинам формирования данной привычки, необходимо понять, какую потребность ребенок пытается удовлетворить. Если его беспокоит дискомфорт в носовом проходе и ему тяжело дышать из-за присутствия в нем засохшей слизи, пыли или других мелких частиц, то желание очистить нос будет естественным.

Главная причина появления привычки ковырять в носу – неправильная гигиена полости носа.

Также возникновение привычки ковырять в носу может быть связано с познавательной активностью, проявляющейся обычно в возрасте от года до двух лет. Ребенок познает мир через прикосновения, а две дырочки в носу уж очень привлекают его внимание. В этом случае родителям просто приходится смириться с таким поведением и не назойливо убирать его ручки, предлагая малышу другое интересное занятие.

Потребность поковырять в носу может быть вызвана сухостью слизистой оболочки носовых проходов. Что в свою очередь может быть симптомом атрофического ринита или возникнуть на фоне хронического насморка. Чтобы точно установить причину дискомфорта у ребенка, необходимо обратиться к педиатру.

Когда ребенка что-то беспокоит, он ощущает тревогу, переживает стресс, пытаясь успокоиться он прячет пальцы в нос. Это помогает ему чувствовать себя спокойнее, увереннее. Если причиной формирования привычки является именно психологический дискомфорт, избавиться от неё будет не так просто. Необходимо проанализировать в каких ситуациях у ребенка возникает потребность поковырять в носу, узнать, что его тревожит, проявить заботу и успокоить.

Регулярно проводите гигиенические процедуры с малышом, когда он еще не самостоятелен, сами прочищайте его носик. В более старшем возрасте приучите ребенка заботиться о здоровье своей носовой полости самостоятельно.

Сквернословие и привычка исказить слова

Как только ребенок начинает говорить и овладевать языком, все слова для него новые и интересные. Поэтому он не понимает, почему некоторые слова вызывают у взрослых неоднозначную реакцию и их нельзя употреблять. В основном, именно от родителей и от близкого окружения ребенок узнает ругательные выражения. Взрослые

могут даже и не заметить, при каких обстоятельствах были произнесены нецензурные слова, а малыш всегда держит ухо востро. Как реагировать, когда ребенок впервые произнес бранное слово, которое например, однажды услышал от родителя? Если один из родителей все-таки не уследил за своей речью, а ребенок это услышал, то следует пояснить сказанное, например: «Это плохое слово и я постараюсь больше так не говорить».

Ребенок может даже не задумываться о том, что это плохое слово, о его смысле. Возможно, ему просто понравилось его звучание и в дальнейшем он может употребить это слово в подобной ситуации, в которой оно было впервые произнесено взрослыми.

Иногда дети начинают сквернословить, чтобы досадить родителям, испытывая их терпение. Если ребенок действительно пытается манипулировать взрослыми, не рекомендуется давать ответную реакцию, идти у него на поводу. Не добившись ожидаемого результата, ребенок через некоторое время успокоится и забудет об этом приеме.

В зависимости от возраста, употребляя нецензурные слова, дети могут преследовать разные цели:

- 2-3 года. Цель: подражание взрослым, неосознанное использование «запрещенных» слов.
- 5-7 лет. Цель: своеобразный «бунт» против общепринятых правил, потому что родители запрещают.
- 8-12 лет. Цель: самоутверждение среди сверстников (как им кажется).

Слишком бурная реакция родителей может подействовать на ребенка отрицательно. Поэтому в борьбе со сквернословием рекомендуется придерживаться ряда советов:

- Нельзя применять физическую силу, т.к. такие действия могут вызвать только враждебную реакцию у ребенка.
- Делать вид, что эта ситуация вас смешит, малыша такое отношение в будущем будет только подстегивать повторять говорить плохие слова.
- Родители тоже должны не забывать следить за своей речью. Употребление нецензурных выражений и одновременный запрет на них ребенку, приведет к воспитательному диссонансу.
- При посторонних, в общественном месте, осуждать и ругать ребенка. Такое публичное наказание способно вызвать только злость у малыша.

Накручивание волос на палец

К самым распространенным вредным привычкам детей можно отнести привычку накручивать локоны на пальцы и выдергивать их. Беспричинно ребенок не будет постоянно трогать свои волосы, этим действием он удовлетворяет какую-то потребность. Но какую? Чтобы это понять, мы используем метод наблюдения. В какой момент ребенок

начинает трогать волосы? Когда он расстроен, волнуется, смущен или разозлен? Родителю необходимо отследить этот момент, чтобы определить причину возникновения вредной привычки.

Чаще всего от этой привычки страдают девочки, т.к. у них длинные волосы, но мальчики тоже не исключение. Многие дети начинают накручивать локоны перед сном, так они себя убаюкивают. Либо малышу не хватает нежности и внимания, а проводя волосами по лицу, щеке, шее он имитирует легкие прикосновения матери и успокаивается. Если причина кроется в этом, то родителям можно порекомендовать больше времени проводить с ребенком, перед сном почитайте ему сказку, включите расслабляющую музыку или просто поговорите о том, как прошел день.

В более старшем возрасте, у школьников этот процесс уже не может быть связан с убаюкиванием. Также накручивание волос помогает ребенку снять стресс, отвлечься от переживаний. Всеми виной могут быть сложные семейные взаимоотношения. Поговорите с ребенком, помогите ему успокоиться, наладьте отношения в семье, если есть проблемы. Объясните ему, почему такое поведение является неприемлемым, чем чревато постоянное накручивание волос. Придумайте с ребенком такой сигнал, который будет обозначать, что ему следует прекратить тереть волосы. В дальнейшем при появлении привычных действий вам достаточно будет показать условный жест, чтобы ребенок все понял без слов.

Если никакие советы не помогают, вы можете обратиться к психологу или попробовать обрезать волосы. Но такое кардинальное решение может не понравиться ребенку.

Рекомендуемая литература для родителей

1. Барложецкая Н.Ф. – «Дошкольники: растем вместе. От 3 до 6 лет».
2. Фабер А. Мазлиш Э. – «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили».
3. Петрановская Л. – «Тайная опора: привязанность в жизни ребенка».