Вредные привычки у дошкольников

( консультация для воспитателей и родителей)

В процессе развития личность ребёнка легко формируется, так и легко деформируется. Любое нарушение или дисгармония в окружении малыша или в отношении к нему может повлиять на его поведение. У ребёнка быстро формируются стереотипы поведения, он легко приобретает некоторые привычки, которые, не искоренимы никакими воспитательными методами. Такое поведение или вредные детские привычки проявляются в том, что ребёнок любит сосать палец, кусать ногти, вырывать себе волосы, ковырять в носу или тереть глаза, ритмично покачиваться из стороны в сторону.

Больше хлопот, чем перечисленные выше привычки, принося родителям потеря аппетита у ребёнка, нарушение сна, недержание мочи, агрессивное поведение, ночные страхи и вскрикивание во сне, а позднее не самостоятельность, не обязательность в школьных делах, рассеянность и мечтательность. Тесный внутренний контакт с ребёнком, нежное и последовательное руководство его действиями, неослабное внимание родителей к ребёнку, разнообразные занятия и соответствующая возрасту требовательность к ним- это лучшая профилактика возможных вредных привычек, равно как и терапия, предотвращающая их проявление или устраняющая их.

Приобретение вредных привычек характерно для определённого периода развития ребёнка и не стоит преувеличивать их значения. Некоторые беспокойные или слишком добросовестные родители пытаются исправить поведение ребёнка постоянными внушениями типа: « Не вертись», « Вынь палец изо рта», « Не Грызи ногти» и т.д. Таких родителей, конечно, можно понять, ведь не будешь же безучастно смотреть на такое « неправильное»поведение своего ребёнка. Но необходимо иметь в виду, что такую манеру вести себя, возможно, малыш « подсмотрел» у другого ребёнка или даже у взрослого.

Дурные привычки часто исчезают так же быстро, как и приобретаются. Обычно ребёнок даже не замечает этого. Скоро его внимание переключится на что то новое, и тревожные для родителей привычки уходят сами собой. Если же сконцентрировать внимание ребёнка на них, постоянно одёргивая его, то опасность их закрепления многократно возрастает, так как ребёнок видит в них средство привлечь к себе внимание взрослых. Избавиться от таких привычек ему будет очень трудно.

В раннем возрасте у дошкольников часто отмечаются такие привычки: для окружающих наиболее заметной привычкой ребёнка является сосание пальца! Каким образом можно отучить ребёнка от этой привычки? Часто бывает достаточно , чтобы мать села рядом с ребёнком на кровать, спокойно поговорила с ним перед сном, подержала некоторое время его ручки, чтобы ребёнок мог успокоиться и заснуть. Ежедневное спокойное и нежное общение с ребёнком непосредственно перед сном сделает его более уравновешенным и менее возбудимым. В возрасте от двух с половиной лет роль « успокоителя» может сыграть мягкая игрушка, например плюшевый медвежонок, которого ребёнок постоянно берёт с собой в постель на ночь. Наряду с усиленным нежным вниманием надо постараться внушить ребёнку веру в собственные силы, возлагая на него небольшие обязанности, с которыми он в состоянии справиться под руководством родителей. Если родители видят, что ребёнок не может справиться с вредной привычкой, не6обходимо обратить внимание на общение с ребёнком и заново посмотреть на его положение в семье. Чутким отношением к малышу, совместными занятиями и играми можно добиться постепенного отвыкания ребёнка от вредной привычки! Со стороны родителей необходимо наблюдать нет ли у ребенка серьёзных нарушений в отношении с окружающим миром, хватает ли ему внимания и ласки с их стороны, ощущает ли он себя защищенным, уверен ли он в своих силах?

Родителям важно находиться в постоянном контакте с воспитателем детского сада, чтобы быть в курсе поведения ребёнка в группе.

Только чутким и внимательным отношением к ребёнку со стороны воспитателей и родителей можно быстро побороть в нём тягу к вредным привычкам, сделать жизнь ребёнка радостной и беззаботной!