

## «Если ребёнок сосёт предметы»



### **Что нужно делать:**

- \*Наполнить жизнь ребёнка, узнать, чем он любит заниматься, заинтересовать новыми увлечениями;
- \*Присмотреться с кем играет ребёнок для того, чтобы помочь ему обрести настоящего друга;
- \*Установить доверительный контакт с ребёнком, позаботиться о своевременном успокоении ребёнка и снятии беспокойства.

### **Чего делать нельзя:**

- \*Наказывать и всячески стыдить за такую привязанность. Отбирать любимый предмет, который сосёт ребёнок;
- \*Говорить об этом нарушении, то есть фиксировать словами, подчёркивать и закреплять вредную привычку постоянными напоминаниями;
- \*Излишне ограничивать действия и проявления ребёнка, способствуя усилению его напряжения и беспокойства.

## «Если ребёнок сосёт палец»

### **Что нужно**

#### **делать:**

- \*Необходимо понять, почему ребёнок сосёт палец (компенсирует недостающее внимание к себе, стабилизирует своё эмоциональное состояние и др.). Подумать, что можно предложить ребёнку взамен этой привычки, доставляющей удовольствие;
- \*Установить доверительный контакт с ребёнком, позаботиться о своевременном успокоении ребёнка и снятии беспокойства, разумном пользовании соской в раннем возрасте;
- \*Создать условия для разнообразия впечатлений ребёнка и использования при взаимодействии с ребёнком подвижных, эмоционально насыщенных игр.

### **Чего делать нельзя:**

- \*Намазывать палец чем-то горьким и неприятным, например, горчицей;
- \*Всячески пытаться запретить ребёнку сосать палец, тем самым, привлекая к этой вредной привычке негативное внимание малыша;
- \*Излишне ограничивать действия и проявления ребёнка, способствуя усилению его напряжения и беспокойства.



## «Если ребёнок грызёт ногти»

### **Что нужно**

#### **делать:**

- \*Необходимо научить ребёнка адекватным способам выражения агрессии. Позволять ребёнку свободно адекватными способами выражать свою агрессию, гнев;
- \*Не просто отказ от упрёков, угроз и наказания, а понимание того, что происходит с ребёнком и переключение, отвлечение в момент грызения ногтей. Уменьшить чрезмерные требования к ребёнку;
- \*Необходимо настроиться на длительный период затухания этой привычки, который примерно равен периоду её протекания.

### **Чего делать нельзя:**

- \*Интеллектуально перегружать ребёнка в ущерб другим сторонам психического развития;
- \*Говорить ребёнку про грызение ногтей, тем самым фиксировать словами в сознании ребёнка эту привычку;
- \*Запрещать ребёнку грызть ногти, наказывать ребёнка за эту патологическую привычку.



## «Если ребёнок занимается онанизмом (мастурбацией)»

### Что нужно делать:

\*Понять, что именно в Вашем поведении вызывает напряжение у ребёнка, заставляющее его получать краткое удовольствие и расслабление (излишняя строгость, недостаток тепла и непосредственности в выражении чувств, ограничение активности, запреты, физические наказания и др.);

\*Необходимо следить, чтобы во время сна руки ребенка лежали поверх одеяла, чтобы мочевого пузыря у ребенка не был переполнен, лучше спать в пижаме. Когда ребенок ложится спать, надо посидеть у его кровати, дожидаясь, пока он уснет, а как только ребенок проснется, сразу же поднимать его с кровати;

\*Отвлекать ребёнка более приятным и интересным занятием, расширив круг интересов и общение со сверстниками. Повышать активность в движениях, в способах выражения чувств и включите в жизнь ребёнка оздоровительные мероприятия, направленные на повышение чувства тела: купание, обливание, обтирание.

### Чего делать нельзя:

\*Усердствовать при купании ребёнка, проявляя при этом усиленное внимание к половым органам ребёнка. Чрезмерно

ласкать и целовать ребёнка в губы, качать на ноге, находиться в одной постели с ребёнком, оставлять ребёнка надолго в постели без сна, одевать ребёнку тесную одежду;

\*Наказывать ребёнка за онанизм (мастурбацию), тем более бить по рукам ребёнка. Шлепки и порка способствуют приливу крови к половым органам ребёнка, вызывая раздражение генитальной области тела;

\*Насильно кормить ребёнка, вызывая у него во время еды отрицательные чувства, что способствует выключению чувствительной зоны рта и языка и включению зоны половых органов (эти две зоны тела рефлекторно связаны). Отдавать предпочтение в питании ребёнка сладкой, экстрактивной и мясной пище.



Частное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №7 ОАО «РЖД»

Частное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №7 ОАО «РЖД»

## Памятка для родителей

### «Как избавить ребенка от вредных привычек»



г. Новосокольники  
2017г.