

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар

«Детский сад комбинированного вида № 206»

350916, Российская Федерация, Краснодарский край, г.Краснодар,

Прикубанский внутригородской округ, ст.Елизаветинская, ул.Красная,34.

Тел/факс: 229 12 61. Электронный адрес: detsad206@kubannet.ru. Сайт: ds206.centerstart.ru

**Консультация педагога-психолога на тему:
«Патологические привычки у детей дошкольного
возраста»**

Подготовил педагог-психолог

Дроботенко Е.Н.

Краснодар 2023г

Наиболее распространенными патологическими привычками у детей дошкольного возраста являются такие привычки, как сосание пальца, грызение ногтей... В основе патологических привычек лежит фиксация тех или иных действий. Для того чтобы помочь детям избавиться от патологических привычек, родителям и педагогам необходимо, прежде всего, понимать природу этих привычек.

Известно, что патологические привычки уменьшают отрицательные эмоциональные переживания у ребенка (неудовлетворенность, противоречивые чувства к близким людям) и способствуют снятию эмоционального напряжения. Фиксации патологических привычек помогает и чувство удовольствия, которое испытывает ребенок, и повышенное внимание окружающих взрослых к этим действиям ребенка. Необходимо помнить, что при подавлении патологических привычек у ребенка усиливается чувство внутреннего напряжения. Более того, подавив одну привычку у ребенка дошкольного возраста, мы тут же получаем взамен другую. Особая трудность заключается в том, что в большинстве случаев у дошкольников отсутствует стремление к преодолению патологических привычек, более того, часто отмечается активное сопротивление попыткам взрослых устранить привычные и приятные для ребенка действия (понимание патологических привычек как отрицательных появляется у ребенка лишь к концу дошкольного возраста). Наряду с общими чертами патологические привычные действия имеют присущие каждому из них особенности, а значит, и способы преодоления.

Сосание пальца

Важно знать, что иногда такие методы, как намазывание горчицей, например, помогают отучить ребенка от сосания пальца. И эти случаи дают родителям возможность думать, что они проблему решили. Однако напомним, что особенность психики ребенка дошкольного возраста в том, что он легко находит замену одной привычки на другую. Если ребенок сосет палец, бесполезно пытаться запретить ему это делать, необходимо понять, почему он это делает. Сосание пальца успокаивает и умиротворяет ребенка, как и сосание груди, сосание соски. Сосание — это удовольствие раннего детства, удовлетворяющее основную потребность ребенка в пище. Поэтому сосание для ребенка — это вернейший способ УСПОКОИТЬСЯ, когда он беспокоится или не может уснуть. Сосание пальца может выступать как средство компенсации неудовлетворенного инстинкта сосания вследствие затрудненности грудного вскармливания. Сосание пальца уменьшает чувство беспокойства, успокаивает и заставляет на время забыть физическую и душевную боль. В случае употребления матерью во время беременности алкоголя, наркотиков и курении предпосылка к сосанию пальца закладывается еще до рождения ребенка. Во всех случаях сосание пальца создает ребенку иллюзию удовлетворения и успокоения.

Что нужно делать?

- Необходимо понять, почему ребенок сосет палец (компенсирует недостающее внимание к себе, стабилизирует свое эмоциональное состояние и др.). Прежде чем пробовать отучить ребенка от сосания пальца, необходимо подумать, что можно предложить ребенку взамен этой привычки, доставляющей удовольствие.
- Установить доверительный контакт с ребенком, позаботиться о своевременном успокоении ребенка и снятии беспокойства, разумном пользовании соской в раннем возрасте.
- Создать условия для разнообразия впечатлений ребенка и использования при взаимодействии с ребенком подвижных, эмоционально насыщенных игр.

Чего делать нельзя?

- Всячески пытаться запретить ребенку сосать палец, тем самым привлекая к этой патологической привычке негативное внимание малыша.
- Излишне ограничивать действия и проявления ребенка, способствуя усилению его напряжения и беспокойства.

Откусывание или грызение ногтей

Обкусываться могут не только выступающие части ногтей, но частично и прилегающие участки кожи, что часто приводит к воспалительным явлениям. Откусывание ногтей может сопровождаться их проглатыванием.

Грызение ногтей, как и сосание пальца, возвращает ребенка в период младенчества. Во время грызения ногтей ребенок дает выход своей агрессии, напряженности, психологического дискомфорта, раздражения и получает удовольствие. Если ребенок не выражает эти свои отрицательные чувства, они копятся у него и, не находя выхода, переполняют ребенка. В этом случае грызение ногтей ребенком воспринимается как спасение. Грызение ногтей — легко возникающая привычка, которая носит непроизвольный, автоматизированный характер, избавиться от нее чрезвычайно трудно.

Что нужно делать?

- Необходимо научить ребенка адекватным способам выражения агрессии. Позволять ребенку свободно, адекватными способами выразить свою агрессию, гнев. Для этого дома необходимо иметь специальную подушку, например которой ребенок может при необходимости выражать свои негативные чувства.

- Нужно не просто отказаться от упреков, угроз и наказания, но и понимать то, что происходит с ребенком, переключать, отвлекать его в момент грызения ногтей. Необходимо уменьшить чрезмерные требования к ребенку со стороны воспитывающих взрослых. Нужно переключать пальцы малыша на более интересное и не менее приятное занятие всякий раз, необходимо настроиться на длительный период затухания этой привычки, который обычно примерно равен периоду ее протекания.

Чего делать нельзя?

- Интеллектуально перегружать ребенка в ущерб другим сторонам психического развития.

- Говорить ребенку про грызение ногтей, тем самым фиксировать словами в сознании ребенка эту привычку.

- Всячески запрещать ребенку грызть ногти, наказывать ребенка за эту патологическую привычку