

Пособие для родителей по  
коррекции социальной  
дезадаптации детей:  
"Вредные привычки"

Подготовила:  
Воспитатель Д\С  
№1009  
Медведева Л.П.

# Дети с невротическими проявлениями



Данное пособие предназначено для Вас, уважаемые родители, целью которого является помочь Вам справиться с этой проблемой, научить общаться с ребенком, если Вы вдруг столкнулись...

В данном пособии вы сможете познакомиться с причинами...

# Причины невроза:

Основной причиной неврозов является **психическая травма**, но такая прямая связь наблюдается сравнительно редко. Возникновение невроза обусловлено часто не прямой и непосредственной реакцией личности на неблагоприятную ситуацию, а более или менее длительной переработкой личностью сложившейся ситуации и неспособностью адаптироваться к новым условиям. ***Чем больше личностная предрасположенность, тем меньшая психическая травма достаточна для развития невроза.***

Итак, для возникновения невроза имеют значение:

- 1. факторы биологической природы: наследственность и конституция, перенесенные заболевания, беременность и роды, пол и возраст, особенности телосложения и т.д.**
- 2. факторы психологической природы: преморбидные особенности личности, психические травмы детского возраста, ятрогении, психотравмирующие ситуации.**
- 3. факторы социальной природы: родительская семья, сексуальное воспитание, образование, профессия и трудовая деятельность.**

Важными факторами при формировании невроза являются общеистощающие вредности:

Длительное недосыпание

Физические и умственные перегрузки

Итак, для возникновения невроза имеют значение:

1. факторы биологической природы: наследственность и конституция, перенесенные заболевания, беременность и роды, пол и возраст, особенности телосложения и т.д.
2. факторы психологической природы: преморбидные особенности личности, психические травмы детского возраста, ятрогении, психотравмирующие ситуации.
3. факторы социальной природы: родительская семья, сексуальное воспитание, образование, профессия и трудовая деятельность.

Важными факторами при формировании невроза являются общеистощающие вредности:

Длительное недосыпание

Физические и умственные перегрузки

# Вредные привычки детей



Каждый ребенок склонен к вредным привычкам, у кого-то они кажутся безобидными, у кого-то появляются серьезные проблемы из-за них. Но как оказывается, на самом деле все вредные привычки детей чаще всего несут негативное и отрицательное влияние на его организм и поведение.

# Ковыряние в носу

Эта привычка в той или иной степени присуща, как ни прискорбно, практически всем. Ей даже посвящались научные исследования и придумали название — ринотиллексомания.

Однако если постоянно по поводу и без повода чистить нос таким способом, можно повредить слизистую оболочку носа, вызвать кровотечение, занести инфекцию.



# Откусывание ногтей и заусенцев



Пространство под ногтями — рассадник микробов. Наверняка вы не моете руки и не вычищаете грязь из-под ногтей каждый раз, когда хотите их погрызть. Таким образом легко «поселить» в организм яйца глистов и инфекционные заболевания.

Очень часто микроранки кожи после таких манипуляций кровоточат, открывая ворота для бактерий. Возникают болезненные микровоспаления. Подумайте и о желудке — ведь в среднем за полгода регулярных обкусываний вы съедаете целый ноготь. И это только на одном пальце!



# Привычка «сосать пальцы»



Если ребенок тянет пальчик или кулачок в рот, то это может означать, что он голоден, у него не удовлетворён сосательный рефлекс, что он скучает, беспокоится, его что-то мучает. Некоторые дети уже после года забывают про пальчик, иные сосут палец или соску вплоть до трёх лет. Всё это нормально. Задуматься стоит, если даже и на четвёртом году жизни ребёнок продолжает сосать палец или только начинает это делать.

# Нервные тики у детей

- У детей нервный тик проявляется в моргании, поднимании бровей, подергивании щек. Некоторые детки вздрагивают илижимают плечами. Эти проявления возникают в возрасте от двух до десяти лет у каждого пятого ребенка. Чаще у мальчиков. Пик приходится на кризисные периоды - 3 года и 7-11 лет. И к подростковому возрасту многие тики исчезают.



## ■ *Невротический энурез.*

Неосознанное упускание мочи, преимущественно во время ночного сна. В этиологии энуреза, помимо психотравмирующих факторов, играют роль невропатические состояния, черты тормозимости и тревожности в характере, а также наследственность. Ночное недержание мочи учащается при обострении психотравмирующей ситуации, после физических наказаний и т.п. Уже в конце дошкольного и начале школьного возраста появляются переживание недостатка, пониженная самооценка, тревожное ожидание нового пускания мочи. Это нередко ведет к нарушениям сна. Как правило, наблюдаются другие невротические расстройства: неустойчивость настроения, раздражительность, капризность, страхи, плаксивость, тики.

# *Невротический энурез.*



# Рекомендации для родителей: как избавиться от вредных привычек

- Если у ребенка вредная привычка уже сформировалась и приняла устойчивый характер, то родителям необходимо четко усвоить, что бороться надо не с ребенком, а именно преодолевать ту или иную вредную привычку. И победа над ней возможна только в том случае, если в усилиях принимают участие две стороны – родители и сам ребенок, который должен захотеть избавиться от этого недостатка.

**НО! Самое главное, причины нервных заболеваний детей кроются не в несовершенстве детской природы, а в ошибках воспитания.** Некоторые родители, водя своих детей по врачам, допытываясь, отчего у ребенка тик, энурез, заикание, страхи, говорят о посторонних причинах заболевания. Но поступая так, валят "с больной головы на здоровую" - если здесь уместен такой каламбур.

Первопричина в них самих. Не состоятельность как родителей. Конечно, спровоцировать выход невроза "на поверхность" может какой угодно напряженный момент - облаяла собака, резко просигналила машина, несправедливость учителя, но надо помнить, что основа закладывается в раннем детстве.

Сложности семейных отношений не должны служить поводом для оправдания собственной невнимательности к своим же детям.

- *Человек может придумать себе тысячи оправданий, а вот взять и избавиться от вредной привычки в реальности, а не на словах, оказывается трудным делом. Говорят вредные привычки появляются от нервозности, нам хочется чем-то себя успокоить, расслабиться и немного забыть о проблемах и неудачах.*
- *Почему мы так боимся признаться себе в собственной слабости, мы придумываем оправдания, но не пытаемся приложить хоть капельку усилий, чтобы избавиться от вредных привычек.*
- *Хочется надеяться, что каждый человек будет думать над своими действиями и понимать, что вся жизнь состоит из мелочей и даже маленький пустячок может вырасти в большую проблему. Избавиться от вредной привычки не так уж и трудно, главное захотеть...*

Главное, никакое лечение не будет эффективным, если не менять жизнь ребёнка. Неразделима триада "смех - радость - счастье". Если отрицательные эмоции (страх, агрессия) формируют отрицательные стрессы, то положительные - смех и радость - создают положительные стрессы. Смех является механизмом стирания ненужных стереотипов. В жизни каждого ребёнка должна быть радость, и чем больше, тем лучше!

Вы самые лучшие родители,  
у вас самый лучший ребенок.

