

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

Патологические привычки у ребёнка.

У ребёнка дошкольного возраста можно встретить патологические привычки, среди которых грызение ногтей, сосание пальцев или предметов, покачивание головой и т.д. Такие привычки уменьшают отрицательные эмоциональные переживания у ребенка и способствуют снятию эмоционального напряжения. Это своего рода ритуал, помогающий ребёнку отвлечься от беспокойства, страха или компенсировать недостаток общения.

Как вести себя родителям?

1. Попробуйте понять ребёнка.
2. Не сердитесь на него, не ругайте и не наказывайте за вредные привычки.
3. Принимайте чувства ребёнка и учите выражать их словами.
4. Уменьшите интеллектуальные и эмоциональные нагрузки на ребёнка.
5. Проводите с ребёнком как можно больше времени.
6. Чаще обнимайте и хвалите.
7. Старайтесь не акцентировать внимание ребёнка на вредной привычке.
8. Старайтесь разнообразить впечатления ребёнка.

Если вы самостоятельно не можете справиться с патологической привычкой у вашего ребёнка, то обратитесь за консультацией к психологу.

