

## **Консультация для родителей: «Патологические привычки»**

### **ДЕТСКАЯ ЛОЖЬ**

#### ***Причины:***

- Чрезмерный контроль, родители пристально следят за детьми и всегда желают знать, что те делают.
- Стремление ребенка избежать наказания.
- Ложь, связанная с источниками удовольствия, запретными вещами.
- Дети говорят неправду, потому что хотят добиться некоторой личной свободы.
- Чаще всего дети лгут о том, как обстоят дела в детском саду и школе. Причины следующие: родители не поддерживают с педагогами тесных контактов и не всегда могут установить, говорит ли их ребенок правду.

#### **Советы родителям:**

- Задумайтесь, насколько честны вы сами. Родители - главный образец для подражания. Психологи отмечают, что дети-лжецы обычно растут в семьях, где сами родители отличаются нечестностью.

Многие думают, что, зная все о ребенке и о его делах (в том числе личной жизни), можно оградить ребенка от неприятностей. Конечно, каждый родитель должен располагать определенной информацией, но её объем зависит от возраста ребенка. То есть родители должны четко различать, что им необходимо знать, а с чем они могут смириться как с проявлением независимости ребенка. Родителям можно составить перечень проблем, в курсе которых им необходимо быть, например:

- поведение друзей, кто друзья ребенка;
- какие телепередачи смотрит ребенок;
- как ведет себя в детском саду.
- Сферы, в которые родители не вторгаются:
  - личная корреспонденция;
  - телефонные разговоры;
  - детская комната.
- Отношения, полностью построенные на доверии, зарождаются с самого начала общения родителей и детей, и если родители постоянно будут демонстрировать ребенку полное доверие, то ребенку незачем будет врать.

- Если ребенок попался на явной лжи, это не должно стать концом доверия (единичная ложь все же прощительна). Если ложь примет хронический характер, ребенок в дальнейшем пострадает от последствий утраты доверия.

Формула доверия для родителей:

«В наших с тобой отношениях нет ничего важнее доверия. Если ты сделаешь что-то такое, что мне наверняка не понравится, не бойся мне об этом сказать. Можешь напомнить мне, что не надо сердиться. Ты, конечно, можешь попытаться скрыть свой поступок, но я буду просто горд тобою, если ты найдешь в себе смелость сказать правду».

Как надо вести себя родителям с маленьким лгунишкой

- Понять возможную причину лжи и проанализировать ее.
- Ответить на вопрос: малыш солгал безвинно или преднамеренно? А если преднамеренно, то почему? В чем виноваты вы?
  - У вас завышенные требования к ребенку или он вам лишь только подражает?
  - Не спровоцировали сами вы обман соблазнами или вопросами-ловушками?
  - Кто пострадал от лжи: вы, ваш ребенок или посторонний?
  - Чем может отозваться ложь в дальнейшем: какой-то следовой реакцией или исчезнет раз и навсегда?
  - Что закодировано в ней? Какую информацию вам ложь предоставляет?
  - Взгляните на себя со стороны и трезво оцените ситуацию.
  - Не чувствует ли ваш малыш себя отверженным в семье?
  - Не сравниваете ли вы его с другими детьми в семье, высказывая недовольство и вызывая ревность и соперничество?
  - Не занижаете ли вы его самооценку?
  - Не опекаете ли вы излишне малыша?
  - Не подражает ли ребенок так своим ровесникам и сверстникам?
  - И не копирует ли он вас, являясь неожиданным свидетелем того, как вы «манипулируете» ложью, считая ее сущим пустяком?
  - Не вызываете ли вы в нем враждебность своими наказаниями «за дело» или с целью «профилактики»?
  - Как только вам покажется, что вы нашли возможную причину лжи, старайтесь действовать и помогать ребенку.

-Если ребенок сам сознается во лжи, ни в коем случае не надо наказывать его, скорее одобрите, чтоб поверил в собственные силы: раз смог сознаться, что сказал неправду, значит -честный и больше не обманет никого.

- Если ребенок не хочет сознаваться, не заставляйте его это делать, а лучше расскажите ему сказку или придумайте историю о том, к чему приводит ложь и сколько доставляет неприятностей.

- Учите говорить его любую правду. Пусть он поймет, что лучше, чтобы была «невежливая» правда, чем «вежливая» ложь.
- Старайтесь поощрять как можно чаще искренность ребенка. Его забавы не должны быть связаны с обманом.

### **Если ложь заслуживает наказания**

Бенжамен Спок писал: «Я не отстаиваю необходимость физических наказаний, но, по-моему, отшлепать ребенка - это менее болезненно для него, чем длительное, суровое осуждение». Что касается лжи, то общепризнанно: ребенок, подвергающийся физическим наказаниям, лжет чаще, чтобы избежать их.

- Избегайте применять физическое наказание.
- Отделяйте наказание за ложь (попытку скрыть поступок) от наказания за проступок, скрываемый ложью.
- Подчеркивайте, какое значение может иметь поступок ребенка для окружающих.
- Наказание должно быть соразмерно поступку.
- Если после многократных поучений и наказаний ребенок продолжает врать, в этом случае нужна консультация специалиста.
- Не наказывайте ребенка, если он сам сознался во лжи, дал оценку собственному поступку.

### **ДЕТСКИЙ ОНАНИЗМ**

В три года малыш не созрел, чтобы заниматься онанизмом. Он несознательно, играя, раздражает половые органы. Ему неизвестно, что есть какое-то там сексуальное удовлетворение. Им движут только любознательность и любопытство. Ещё до года он начал путь исследования, используя все части тела, и до сих пор всё изучает их. Но если раньше он просто фиксировал, что это - ручка, а это - ножка, теперь он хочет сравнить их с частями тела других людей. И не понять ему в свои три года, что есть на теле «запретные» места, которые нельзя исследовать. И если мы к тому же напоминаем ему об этом, то

любопытство его усиливается, и он пытается разобраться, чем данный орган «запретнее» других, невольно акцентируя на нем своё внимание, что может стать патологической привычкой.

Помимо этого уже с трёх лет ребёнок часто испытывает романтическое чувство любви к родителям, а иногда и чувство, напоминающее чем-то половое влечение. Но это - не извращение, это норма, одна из многих ступенек развития здорового ребёнка. Причём физическое влечение к родным - обыденное явление и не таит в себе никакой опасности, ведь так приятно приласкаться к близкому человеку. Малыш всё делает без задних мыслей. Он чист и всё считает чистым вокруг себя. Но наше половое воспитание (вернее, полное отсутствие его) способно породить из этой чистоты излишнюю предвзятость и превратить естественное в недозволенное, тем самым порождая интерес. Когда нельзя, то хочется попробовать. И дети пробуют...

Но если к трём годам ребёнок ещё не понимает, что сделал плохо, то в шесть лет - он уже стыдится и искренне желает сам отвыкнуть от плохой привычки. Поэтому, когда внезапно вы вдруг застали малыша, играющего с половыми органами, не надо падать в обморок. Необходима выдержка. Спокойно, без эмоций, но строго объясните малышу, что это некрасиво и делать так нельзя, что он уже большой и должен играть в другие игры. И если ваш ребёнок здоров, то этого неодобрения вполне достаточно, чтоб он в угоду вам переключил свой интерес.

Итак, в три года малыш ещё не понимает, что такое онанизм, и в силу этого не может заниматься им. Но очень часто, того не сознавая, мы сами порождаем предпосылки к онанизму у него в дальнейшем.

И главная из этих предпосылок - опять неправильное воспитание, когда ребёнок ощущает, что он не нужен и к тому же нелюбим. И это мучает его настолько, что он пытается отвлечься и ищет способ отвлечения как компенсацию всего. И если в это время он случайно обнаружит, что онанизм заглушает беспокойство и делает его жизнь приятней, ребёнок будет заниматься им уже сознательно, чтобы вызвать более похожие эмоции и позабыть на фоне их свои невзгоды.

Когда малыш не ощущает ласки и тепла и до ранимости чувствителен к разлуке, а мать всё делает, чтобы разлучиться с ним, даже оформляет малыша не просто в садик, а в круглосуточную группу, он в знак протеста замыкается в себе и ищет способ разрядиться. Он ищет... и находит.

Особенно ранимы и чувствительны единственные дети. У них нет братьев и сестёр, с которыми возможно пообщаться. И им приходится зависеть от настроения родителей. А настроение бывает разным. Довольно часто - не совсем

хорошим, а это отражается на ребёнке. Когда ребёнок ваш имеет активный темперамент, он тут уже ищет себе новую отдушину. Вообще, как правило, разрядка онанизмом скорее свойственна активным детям, «копуши» просто сосут пальцы.

Ещё одна причина онанизма, когда малыш страдает, узнав о том, что дома ожидали рождение ребёнка другого пола. Он -мальчик, а папе нужна девочка...

И даже ваши насильственные кормления - причина этой патологической привычки, особенно когда родители воюют с малышом, и впихивают, и вливают в него что нужно и не нужно, лишь вызывая отвращение к еде. Запомните: когда ребёнок не испытывает удовольствия от пищи, то выключается одна из самых чувствительных зон организма. А эта зона - слизистая губ и рта, хоть рефлекторно, но связана с другой чувствительной зоной - генитальной. И если зона рта «молчит», то зона гениталий возбуждена, и это беспокоит малыша. Он начинает трогать половые органы и чувствует, как возбуждение снимается. Вы продолжаете насильно кормить ребёнка, он продолжает раздражаться. Привычка закрепляется надолго.

Зуд в генитальной области возможен, когда у малыша экссудативный диатез, опрелость, глисты, когда вы слишком сильно укутываете его и одеваете тугую одежду.

Половые органы у ребёнка могут раздражаться, когда не соблюдаются гигиенические требования или когда вы слишком тщательно учите его соблюдать их, что приводит к появлению специфических ощущений и желанию вызывать их вновь.

И даже физические наказания (шлепки и порка) способствуют приливу крови к генитальной области малыша, непроизвольно сексуально возбуждая. Чрезмерно сладкая и очень наваристая мясная пища при небольшом количестве выпитой воды, вызывая зуд в области половых органов, нередко тоже служит причиной онанизма. Довольно часто маленькие дети «подражают» старшим детям с повышенным половым интересом. Такие случаи «подражания» временами «заражают» целые детские коллективы.

Однако какова ни была бы причина, онанизм - это способ разрядки нервного напряжения. И если вдруг он появился у вашего ребёнка, ищите, где истоки напряжения.

Не придавайте онанизму излишнего значения. Это не что-то из ряда вон выходящее, ломающее жизнь малыша, поэтому не надо запугивать его. Угрозы ваши чаще страшнее, чем онанизм. Это они (а не сама патологическая привычка) способны искалечить будущее ребёнка.

**Как надо вести себя родителям с ребёнком, занимающимся онанизмом**

- Найти причину и ликвидировать её.
- Не подвергать допросам и осмотрам.
- Не стыдить, особенно при посторонних лицах.
- Ни в коем случае не ругать и не запугивать.
- Пытаться уделить ребёнку максимум внимания.
- Отрегулировать его питание.
- Давать носить свободную одежду.
- В режиме дня сделать акцент на водные процедуры, прогулки на свежем воздухе.
- Создать возможность общения со сверстниками.
- Любить и понимать!

### **Как не надо вести себя родителям с ребёнком, занимающимся онанизмом**

- Стыдить, подчёркивая его неполноценность.
- Всё время упрекать, что он - плохой.
- Запугивать.
- Ругать и подвергать физическим наказаниям.
- Лишать общения со сверстниками.
- Ограничивать двигательную активность.
- Насильственно кормить.
- Не соблюдать гигиенические мероприятия или чрезмерно соблюдать их.

*Когда причина онанизма неизвестна, необходимо обратиться к специалистам: урологу и гинекологу, а иногда и к неврологу.*

### **НЕНОРМАТИВНЫЕ ВЫРАЖЕНИЯ В ДЕТСКОМ ЛЕКСИКОНЕ**

С расширением круга общения ребёнок начинает приобретать много нового. И не всегда это новое - хорошее. Один из таких далеко не радостных моментов - бранные слова. Услышав от своего ребёнка такое «новшество», взрослые часто теряются и не знают, как себя вести в таких ситуациях. Оправившись от шока, родители выбирают один из следующих вариантов.

### **Вариант 1. Ругаем.**

«И в кого только он пошёл?..» - удивляются часто родители. Чтобы понять это, нужно просто понаблюдать за своими манерами, своим стилем поведения. Ведь часто случается так, что, не замечая своих особенностей поведения, мы отслеживаем их в поведении своих детей. Задумайтесь, являются ли характерными для вас несдержанность, агрессивность, излишняя эмоциональность? В этом случае действуйте по принципу «начни с себя».

### **Вариант 2. Оставляем без внимания («Ничего не произошло!»).**

Оправдываясь тем, что на таких словах не следует акцентировать внимание, что ребёнок сам их забудет, родители отчасти правы. Но какая гарантия того, что, однажды забыв эти выражения, ребёнок не вспомнит их в самый неподходящий момент?.. Также взрослым надо понимать, что логика детей отличается от логики взрослых. Поразмыслив, малыш, скорее всего, придёт к выводу, что если вы никак не реагируете на эти слова, то так оно и должно быть.

### **Вариант 3. Запугивание («Будешь ругаться - язык отрежу!»).**

Это очень эффективный способ, особенно при необходимости немедленного воздействия. Но имеет два очень больших минуса. Первый персонаж запугивания, а во-вторых, в случае ненормированного использования этот метод может спровоцировать появление и развитие невротических состояний. Особенно «популярны» у родителей медицинские процедуры: уколы, хирургические операции и т. д. В этом случае не стоит удивляться тому, что при очередном посещении медицинского кабинета у ребёнка начнётся истерика.

### **Вариант 4. Объяснение.**

Самый эффективный, но самый трудный способ, так как требует больших усилий и чёткой последовательной тактики. Столкнувшись с тем, что ваш ребёнок включает в свою речь нецензурную лексику, сразу объясните малышу твёрдым тоном, что данные выражения используются или хулиганами, или глупыми маленькими детьми; ни тех, ни других в приличные места не пускают. Дайте ребёнку возможность сделать свой выбор!

Одна из причин, по которой дети начинают ругаться, - это желание привлечь к себе внимание. Получив в свой арсенал хороший способ шокирования взрослых, а тем самым возможность попасть в центр внимания, ребёнок будет пускать его в ход всё чаще и чаще. Во-первых, постарайтесь найти приемлемый способ самоутверждения для ребёнка. Во-вторых, сразу давайте «обратную связь» - спокойно, но твёрдо отрицательно. Необходимо показать малышу, что у окружающих пропадает всякое желание общаться с ним, когда он кричит и ругается. Тем самым вы сможете позаботиться о психогигиене, а также душевном покое как вашем, так и вашего ребёнка.

## **РЕБЕНОК И КОМПЬЮТЕР**

Наверное, большинство родителей сталкиваются сейчас с тем компьютерным бумом, которому подвержены почти все дети.

Какую картину можно наблюдать почти во всех семьях, где есть компьютер? Ребенок, придя домой, бросается к компьютеру, не обращая внимания на настойчивые попытки родителей накормить свое современное чадо обедом. И начинаются бесконечные игры до поздней ночи.

Магия компьютерных игр охватила сейчас все или почти все юное поколение во всем мире. Родителям необходимо настойчиво ограничить время пребывания ребенка в виртуальном мире. Спокойствие, выдержка, настойчивость и любовь помогут в этом.

### **Методы борьбы с компьютерной зависимостью**

- Ограничиваем время компьютерных игр до максимум одного часа в день.
- Договариваемся с ребенком о том, что реальный мир и его жизнь намного важнее, чем виртуальный.
- Вводим обязательные прогулки в режим дня ребенка.
- По возможности стараемся делать зарядку с ребенком вместе. Постепенно он или она привыкнет к этому, так как тело само будет «просить» физической активности.
- Договариваемся с ребенком, что после каждого часа занятий (можно завести будильник) за столом или за компьютером он или она сознательно делает перерыв. Во время перерыва надо выполнить несколько упражнений (поприсесть, потянуться), выпить воды или сока.

### **КАК ВЕСТИ СЕБЯ С РЕБЕНКОМ, ИМЕЮЩИМ ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИВЫЧКИ**

**Надо:**

- Пытаться понять ребёнка.
- Не сердиться.
- Поддерживать веру в себя.
- Успокоить и объяснить, что все это пройдет.
- Лишний раз похвалить и отвлечь от всех мрачных мыслей.
- Не ругать, не наказывать.
- Сделать жизнь приятной, а главное - полюбить ребёнка.



- Придумать какую-нибудь захватывающую ролевую игру, например в парикмахерскую, но где делают маникюр только детям с красивыми (необгрызенными) ногтями и сухими (необмусоленными) пальчиками.
- Разнообразить игрушки.
- Наладить его детские контакты.
- Уменьшить интеллектуальные перегрузки.
- Исключить на время возбуждающие мероприятия, вплоть до просмотра захватывающих фильмов и чтения страшных сказок.

**Не надо:**

- Раздражаться и злиться на ребёнка.
- Пытаться вредную привычку запретить и переломить ребенка.
- Постоянно контролировать и угрожать.
- Наказывать.
- Забинтовывать пальчики или мазать их неприятными веществами.
- Всегда и постоянно во всем подчеркивать свою нелюбовь.