

# Консультация для родителей

## "Вредные привычки"

Вредные привычки  
Грубить не будут дети,  
Не будут грызть ногтей,  
И станут все на свете  
Любить таких детей.  
С.Баруздин

Привычка - поведение, действия, ставшие для ребенка обычными, постоянными. Многие вредные привычки могут впервые появиться в школьные годы. Однако не стоит обвинять во всем школьную обстановку, учителей, сверстников. И хорошие, и плохие привычки мы приобретаем в семье.

Каждая привычка имеет свои причины и требует индивидуального подхода.

Рассмотрим частые случаи.

Ребенок говорит неправду.

Наверняка это случалось и до того, как малыш пошел в школу. Но вранье маленького ребенка достаточно безобидно. А вот ложь, касающаяся школьных проблем, доставляет серьезные неприятности и ставит иногда родителей в крайне неловкое положение.

Что делать?

- Постараться понять ребенка, в какой бы ситуации он ни оказался.
- Исключить жесткие наказания.
- Как можно чаще демонстрировать ребенку свою любовь, а не воспитательные принципы.
- Постараться самим, особенно при детях, не ссылаться на мнимую болезнь, сильную занятость и т. д., чтобы избежать выполнения обременительных для вас обязанностей. Если ребенок возьмет с вас пример, ему сложно будет объяснить, что врать нехорошо.

Ребенок ябедничает.

В начальной школе у детей складываются первые серьезные дружеские отношения со сверстниками, но привычка ябедничать отнюдь не способствует хорошему общению с коллективом.

Причины, по которым дети ябедничают, кроются в отношениях со взрослыми. Возможно, ребенку не хватает внимания и общения, Поэтому он хочет казаться лучше, заслужить похвалу родителей, учителей и ребят.

Что делать?

- Пресекайте подобные поступки или, во всяком случае, никак их не поощряйте.
- Объяснить ребенку, почему людям не нравятся ябеды.
- Пояснить, что жаловаться и «стучать» - не то же самое, что рассказывать взрослым о чем-то опасном или угрожающем.

Ребенок берет чужие вещи.

Воровство-это не всегда просто привычка. Маленькие дети могут просто не знать о том, что вещи бывают чужие. А в воровстве школьников часто кроется желание обратить на себя внимание взрослых. Однако если человек крадет чужие вещи, не обращая внимания на свое окружение и обстоятельства, и если ситуация не меняется с возрастом, значит, это уже не поступок, а болезнь. Все же чаще дети воруют по другим причинам. Обычно мелкие кражи совершают ребята из неблагополучных в психологическом смысле семей, где они не чувствуют заботы и любви. Внимание к ним проявляется, только когда, происходит что-то неординарное. А обделенный вниманием ребёнок рад даже наказанию или скандалу. Что делать?

- Ни в коем случае не наказывайте детей физически. Ограничьтесь рассказом о своей и чужой собственности. Постараться объяснить ребенку, что, даже если он в чем-то очень нуждается, воровство - не способ решения проблемы.
- Не осуждать его публично. Если кража совершена в классе, не стоит посвящать в это всех учителей, родителей, одноклассников - с плохой репутацией справиться сложнее, чем просто исправить некрасивый поступок.
- Не делайте негативных прогнозов относительно будущего своего чада и не озвучивайте их ему.
- Не напоминать все время о проступке и не уделять ему слишком большого внимания. Лучше подумайте о том, как вы можете проводить с ребенком больше времени. Ребенок курит.

Привычка появляется, как правило, в подростковом возрасте под влиянием дурного примера. Школьники начинают курить, чтобы продемонстрировать всем свою взрослость и независимость. Наказания здесь не помогут, наоборот, ребенок будет курить еще больше.

Что делать?

- Информация о вреде курения должна быть понятной. Слишком частые разговоры на эту тему перестают восприниматься.
- Устрашающие рассказы о будущих болезнях не действуют - юному возрасту свойственна уверенность: «Со мной такое не случится».
- Положительные примеры оказывают лучшее действие. Можно ненавязчиво предложить ребенку статьи о молодежных кумирах, которые относятся к курению резко отрицательно. Ребенок говорит плохие слова.

Несправедливо списывать эту привычку на влияние школы: ругательства ребенок узнает задолго до того, как идет в первый класс. И, конечно, сам их произносит до тех пор, пока наконец не поймет, что это неприлично. В подростковом возрасте ребенок часто ругается опять же, чтобы почувствовать себя взрослым и независимым.

Что делать?

- Не использовать в своей речи ненормативную лексику.
- При каждом новом «словечке» вашего чада спокойно объяснить ему, что так говорить не стоит.

Рекомендации для родителей

1. Определитесь со своими ценностями.

Решите для себя, какие качества наиболее значимы для вас, и поступайте так, как бы вы хотели, чтобы поступали ваши дети. «Если вы ведете какую-то общественную работу и вовлекаете в нее детей, они обязательно последуют вашему примеру. А если, споткнувшись, вы ругаетесь последними словами, что, по-вашему, слетит с уст вашего ребенка, когда он споткнется сам?»

2. Хвалите за хорошее поведение.

«Акцентируйте внимание на тех поступках, которые достойны вашего одобрения, - советуют психологи. - Вместо того чтобы ругать ребенка за беспорядок в комнате, похвалите его за прибранный уголок». «Увидев, что ребенок хорошо себя ведет - вежлив, помогает по дому, - похвалите его, улыбнитесь ему или обнимите его. Ежедневной критики должно быть по крайней мере в три раза меньше, чем позитивных действий, особенно физических проявлений ласки и любви».

Распространенная ошибка - использование похвалы в качестве взятки, чтобы предотвратить плохое поведение в будущем. Ребенок, который не слушается, не заслуживает поощрений. С непослушанием лучше всего справиться, ограничив общение с ребенком деловой сферой или лишив его какой-нибудь привилегии.

3. Следите за тем, что смотрит ваш ребенок по телевизору.

«Если дети, бесконтрольно сидя у телевизора, видят на экране насилие или секс, у них, скорее, сложится искаженное представление о том, как строить свои отношения с людьми. Дети импульсивны по натуре, хорошие привычки не формируются сами собой».

#### 4. Говорите о последствиях.

Родители могут советоваться с детьми при выборе наказания, которое будет справедливым, например никакого телевизора. К ним приходит осознание того, что их голос что-нибудь да значит. Имея возможность выбора (даже в таком простом деле, как обеденное меню), в более старшем возрасте дети будут готовы к ситуациям, которые потребуют от них выбора. Если в младшем возрасте они не научатся делать выбор в каких-то пустяках, как они будут решать, пить им или нет, в четырнадцать лет.

#### 5. Помогите вашему ребенку взглянуть на ситуацию с другой стороны.

Если ребенок ударил братика или сестренку, постарайтесь донести до него, что чувствует при этом младший. «Что же ты делаешь, это же больно. А если бы тебя так?» Или попробуйте заставить ребенка, нашедшего чужого плюшевого мишку, задуматься о том, как переживал бы он сам, случись ему потерять своего любимца, и как бы он обрадовался, если бы мишку ему вернули. Одно дело - сидеть в воскресной школе и слушать проповеди о том, что «с другими надо поступать так, как ты хочешь, чтобы поступали с тобой». И совсем другое дело - жить по этому правилу.

Будьте нужны своему ребенку

#### 6 Позвольте ребенку испытать естественные последствия его поведения.

Ваш ребенок не написал контрольную, потому что не подготовился к ней, или лишился любимого свитера, забыв его в школе. Здесь начинается воспитание чувства ответственности. Как бы между прочим предупредите ребенка о возможных последствиях того или иного поступка: «Если ты оставишь игрушки на дороге, их может переехать машина». А затем позвольте событиям идти своим чередом. Только не сводите урок на нет, покупая вместо поломанных игрушек новые. Если вы постоянно оберегаете ребенка от падения, он никогда не научится сам подниматься.

Распространенная ошибка - наказание, не связанное логически с самим нарушением. Если ваш ребенок прыгает по дивану, когда смотрит телевизор, бессмысленно лишать его какой-нибудь игры. Вы ведь хотите, чтобы он увидел связь между своим поведением и наказанием, тогда выключите телевизор.

#### 7. Учитывайте характер вашего ребенка.

Разница характеров - главная причина, по которой воспитание никогда не будет усредненным, безразмерным. Доказано, что индивидуальные черты тесно связаны с генами. От характера ребенка зависит степень его активности, умение сосредоточиться, реакция на новое и экспрессивность.

**ИЗ ВСЕГО ВЫШЕ СКАЗАННОГО МЫ ДЕЛАЕМ ВЫВОД:**

Оказывать детям помощь и поддержку в преодолении вредных привычек.