**Консультация для родителей**

**Ст. воспитатель Муханова Е.В.**

**Вредные привычки у ребенка.**

**Что с ними делать?**

**Сосание пальца.**

Прежде всего,  необходимо разграничить сосание пальца:  нормальное,  свойственное большинству младенцев, которое является одной из форм игры с собственным телом. Его существование до достижения ребенком 1года жизни считается физиологическим. Связано это с обратным развитием большинства врожденных рефлексов, с которыми рождается малыш (в частности сосание). Однако, уже во 2 полугодии появляются зачатки речевой деятельности, а сосательные движения тормозят речевое развитие. Присасывающие движения языка приводят к неправильному произношению отдельных звуков.

Что делать, если это действие сохраняется после года? Однозначно, что сохранение этой привычки после 3 лет свидетельствует об определенной задержке формирования эмоциональной, а иногда и интеллектуальной сфере ребенка.

В возникновении  или продолжении привычки сосать палец играют роль перинатальная патология (т.е. неблагоприятные факторы беременности и родов), наследственная отягощенность. И это не только привычка сосать палец у родителей в детстве. В семье часто встречаются другие привычки: трогать мочку уха, кусать губы, накручивать волосы и т. д.

В ряде случаев ребенок начинает сосать палец в период прорезывания зубов. Среди факторов воспитания, способных нарушить созревание ребенка, необходимо отметить: раннее прекращение грудного вскармливания, выдерживание строгих промежутков между кормлениями,  отрыв от дома в связи с госпитализацией, резкое отлучение от груди, лишение соски, отказ от укачиваний, преждевременное приучение к горшку, раннее прекращение пеленания возбудимого ребенка,или наоборот, тугое пеленание. Сосание пальца часто связано с нарушением сна и аппетита у детей. Это компенсаторное поведение появляется в случае плохого засыпания, сниженного аппетита, а так же при выраженном утомлении (нет дневного сна, большое количество взрослых и частые гости).

Травмирующим для малыша является разлука с мамой, рождение младшего ребёнка, неправильные установки родителей на воспитание (жесткость), конфликты в семье, детском саду, отверженность детей в условиях неблагополучных семей, пребывание в детских домах.

Если все эти факторы не устранены, после года это поведение превращается  в привычный стереотип, стойкий поведенческий автоматизм. Он возникает чаще при засыпании, либо в ситуациях,связанных с тревогой, грустью, в условиях физического утомления или наоборот, скуки.Иногда эта привычка проявляется в течение всего дня и не зависит от ситуации. Таким образом, сосание пальца после года привычки, является условно патологической привычкой и является тормозом для других более зрелых форм отвлечения и реакции на  окружающее. Кроме того, это отвлекает ребенка от других форм потребностей, общения,  деятельности. Эти факторы требуют консультаций специалистов: психолога, врача психоневролога.

**Кусание ногтей**

Привычка грызть ногти или различные предметы возникает у детей чаще после года. При этом данная привычка возникает на фоне других поведенческих нарушений. Редко эта жалоба бывает единственной. Все дети, грызущие ногти, как правило, отличались живостью, властностью, слабым контролем над проявлением чувств, демонстративностью.  Реже встречались дети неуверенные, тормозимые, тревожно-мнительные.

  Эта привычка, как и другие, проходит определенные этапы.

 На 1 этапе она возникает в ответ на различные внешние и внутренние факторы, нарушающие эмоциональное равновесие ребенка. В грудном возрасте это могут быть прорезывание зубов, стоматит, отлучение от груди, лишение соски, разлука с мамой. В раннем возрасте грызение ногтей может возникнуть как реакция на рождение второго ребенка, зуд при дерматите, поступление в ясли, дефицит внимания родителей, испуг или наказание.

В дошкольном возрасте поводом эмоционального дискомфорта является конфликты с младшим ребенком в семье или с родителями, семейные неурядицы. В школьном возрасте-это затруднения адаптации к учебной нагрузке, требованиям  дисциплины, конфликты с одноклассниками и учителем, подавление гиперактивности. Результатом этих воздействий является разряд напряжения.

В ряде случаев может помочь переключение ребенка на социально приемлемые виды активности: соска, жвачка, сухари,семечки, орешки, леденцы.В противном случае поведенческий стереотип фиксируется, распространяется  на все большее количество ситуаций, и превращается в автоматизм, «пустую привычку». Критическое отношение к ней наступает только в подростковом периоде. Как правило, грызение ногтей к этому возрасту проходит и без лечения, либо эта привычка является одним из симптомов более серьезного расстройства.

С учетом вышеперечисленного, для эффективного медикаментозного  лечения или психотерапии  необходим анализ семьи, окружения ребенка, его взаимоотношений в семье и в детском  учреждении.