



Психологический вестник

Выпуск
№31
апрель
2021 год

Электронное издание для специалистов, родителей и учащихся

Сегодня в
выпуске:

Вредная привычка это
стр.2

Сосание пальцев и
предметов стр. 3

Привычка грызть
ногти стр.4

Ковыряние в носу
стр.5

Стремление к беспорядку
стр.7

Искажение речи и
слова паразиты стр.8

Плаксивость и капризность
стр.9

Чем родители могут помочь
ребенку? стр.12

Тема номера:

От куда берутся вредные привычки?



Вашему вниманию предлагается тридцатый выпуск электронного издания
«Психологический вестник»!

*Эта газета для тех, кто интересуется психологией, для тех, кому не
безразлично воспитание детей и самовоспитание.*

*Эта газета для тех, кому интересен психологический центр и все то, что у
нас происходит.*

Наш центр находится по адресу:
Калужская область, г. Киров, ул. Ленина, д.3
Тел/факс (48456) 5 – 70 - 45е-mail: cherkir-tsentr@mail.ru
наш сайт: <http://psicentr40.ucoz.com//>

Вредная привычка - отрицательная склонность, ставшая потребностью и выражающаяся в действиях, поведении, нередко превращающаяся в черту характера (Е.Е. Алексеева).



Чаще всего, когда речь идет о вредных привычках у детей, имеются в виду, сосание пальцев, языка, соски или других предметов и т.п. Проблема вредных привычек в детском возрасте всегда актуальна, так как помимо психологических ее компонентов есть и формирование нарушений прикуса, которые со временем усугубляются и приводят к появлению тяжелых деформаций, требующих сложного лечения.

Вредные привычки отвлекают ребенка от процесса познания, угрожают задержкой развития, становятся необходимым ритуалом самоуспокоения, отвлечения от страхов, компенсацией за отсутствие внимания, ласки, общения.

Ласковые прикосновения материнских рук, губ и тела предусмотрены природой в сложных механизмах психофизиологического созревания ребенка. Их недостаток может служить причиной возникновения и укрепления вредных привычек.

Известно, что патологические привычки уменьшают отрицательные эмоциональные переживания у ребенка (неудовлетворенность, противоречивые

чувства к близким ребенку людям) и способствуют снятию эмоционального напряжения.

Фиксации патологических привычек помогает и чувство удовольствия, которое испытывает ребенок и повышенное внимание окружающих взрослых к этим действиям ребенка.

Необходимо помнить, что при подавлении патологических привычек у ребенка усиливается чувство внутреннего напряжения. Дети могут сосать палец, язык, угол одеяла, а также другие попадающие под руку вещи, правда, обычно одни и те же. Одновременно с сосанием пальца многие малыши делают и еще какие-нибудь навязчивые движения (гладят уши, ковыряют в носу, "шмыгают носом", облизывают губы и т. д.). Очень часто эти движения закрепляются по типу образования условных рефлексов. Например, повторяющийся по несколько раз в год насморк переходит в привычку "шмыгать носом", а часто пересыхающие губы - к облизыванию их. Чем старше ребенок, тем явственнее и момент подражания.

Коррекция вредных привычек должна включать глубокий анализ проблемы: когда именно вы заметили, что определенное действие стало уже привычкой вашего ребенка?

Вредную привычку устраняют терпеливо, затрачивая на борьбу с ней столько же времени, сколько она закреплялась. **Вредные привычки, как правило, начинаются с отсутствия внимания к ребенку, поэтому для их устранения внимание родителей особенно необходимо.**

Ребенок замкнулся, ушел в себя - родители с ним, его увлекают интересными играми, занятиями. Если он один, то обязательно должен быть чем-то занят. У него не должно оставаться времени на вредную привычку.

Борьба с вредной привычкой - всегда борьба с неуверенностью в себе, тревожностью, пессимизмом. Есть и частные рекомендации, давайте рассмотрим их подробнее:

Привычка сосания пальца и различных предметов

Родителям-нужно подготовиться к тому, что отучить ребенка от пустышки - сложное предприятие. Лучше всего начать это делать, когда малышу исполнится примерно пол года. В это время он становится очень активным, начинает употреблять в пищу различные продукты. По этой причине в данный период процесс отучения от соски станет наименее болезненным. Ребёнка можно отвлечь от соски, постепенно он будет про нее забывать и в конечном счете все-таки отучится от нее.

Родителям нужно заранее продумать все свои действия, направленные на то, чтобы малыш перестал сосать пустышку. Им следует помнить, что к этому вопросу следует подходить с осторожностью. Если просто изъять соску, то ребенок начнёт сосать что-нибудь другое - палец, игрушку, некоторые похожие предметы.

Как говорят родители, большинство детей, которых лишили пустышки таким образом, продолжали сосать палец или щеку примерно до трех лет, окончательно отвыкая от этого процесса только ближе к школьному возрасту. Если же младенец познакомился с пустышкой с самого рождения, то он сможет отвыкнуть от нее приблизительно к двум годам. Не стоит брать соску с собой на прогулку и уж тем более не следует ее предлагать малышу перед сном. Гораздо лучше укачать его, так как этот процесс способствует организации мозговых биоритмов, что очень важно в младенческом возрасте. Если же ребенок так и продолжит отказываться спать без пустышки, то ему можно ее оставить. Как только он заснет, ее не обходимо осторожно вынуть.

Гораздо легче будет отучать ребенка от соски или сосания предметов, если приучить его есть с ложечки. Это возможно примерно с семимесячного возраста. Стоит отметить, что если малыша держат у груди ровно столько, сколько он захочет, то вряд ли он станет сосать палец или требовать пустышку. Если же все эти меры соблюдены, а ребенок все равно тянет в рот игрушки или пальцы, то это может быть связано с тремя ключевыми причинами: он хочет есть, еще не избавился от инстинкта сосания или же у него начинают резаться молочные зубки.

В более старшем возрасте малыш может не сосать пальчик, а просто держать его во рту. Подобная привычка возникает в случае, если ребенку уделяют недостаточно внимания. Дети таким способом зачастую выражают протест, если им приходится в течение долгого времени находиться в одиночестве.

Чтобы избавить ребенка от этой привычки, перед сном с ним лучше поговорить, поддержать за ручку. В это время между родителями и ребенком возникает наиболее тесное и доверительное общение. Если повторять это изо дня в день, то малыш в скором времени станет значительно спокойнее, и избавится от вредной привычки.

Привычка грызть ногти

Когда возраст ребенка не превышает полутора лет, все его привычки носят механический характер, поэтому именно на этой стадии развития малыша нужно обращать на них как можно больше внимания. В дальнейшем бороться с

подобными вредными привычками будет значительно сложнее. Стоит отметить, что привычка грызть ногти не слишком безобидная, как об этом думают большинство родителей. Дело в том, что маленькие зубы находятся в постоянной работе, в результате чего полость рта может перестать правильно развиваться, а именно от нее зависит, на сколько быстро будут формироваться речевые навыки.

Чтобы не допустить возникновения привычки, или же искоренить её, надо исключить все имеющиеся раздражающие моменты. Если ребенок начинает тянуть палец ко рту, то следует максимально спокойно отвести его руку от лица. Если же он будет повторять это действие, руку вновь убрать. В этом случае на малыша нельзя кричать и ругаться. Когда малыш хочет что-нибудь погрызть, нужно всегда иметь под рукой специальный предмет, который предварительно необходимо тщательно вымыть. Если ребенок грызет ногти из-за прорезывающихся зубов, можно купить специальную игрушку-массажер и охладитель для десен. Очень удобно пользоваться массажером из силикона, который наполняется дистиллированной водой. Его нужно максимум на 10 минут поместить в холодильник, а потом дать ребенку. Он очень быстро способен успокоить зуд. Если родители будут регулярно массировать детские ладошки, то желания грызть ноготки может и не возникнуть. Мамины руки всегда несут спокойствие и добро, поэтому это ключевая составляющая детства. Массировать руки начинают с мизинчика, постепенно продвигаясь к большому пальцу. Это следует проделывать как можно чаще, уделяя всего пару минут. (Больше всего внимания требует большой палец, так как именно он имеет максимально большую проекционную площадь в мозге малыша).



(Массажер из силикона)

Ковыряние в носу

Эта вредная привычка появляется ещё в детском возрасте, однако отучить от нее ребенка не так просто, как может показаться на первый взгляд. Чтобы успешно справиться с данной проблемой, нужно подойти к ней комплексно.

Прежде всего, ребенка не стоит ругать за привычку. Одним из наиболее эффективных методов борьбы с привычкой является то, что на нее не надо при малыше обращать внимания. Он не должен видеть, что родители из-за какого-либо его поступка начали к нему негативно относиться. В противном случае он может замкнуться в себе или же начать все делать назло. Ребенок будет ковырять в носу намного чаще, а если родители попытаются сделать ему замечание, он начнет закатывать истерики. В этом случае лучше хвалить малыша за то, что он не ковыряет в носу. Если же он вновь возвращается к такой привычке, родителям следует сохранять спокойствие.

Кроме того, постараться отвлечь ребенка от носа, занять его интересным делом, например, мама может попросить его помочь с уборкой, готовкой или же просто поиграть.

В этом случае главное занять голову малыша и его руки. Нужно следить, чтобы ребенок не начал скучать. Как только это случится, занятие нужно поменять. Вообще, принято считать, что привычка формируется в течении трех недель, следовательно, избавиться от неё можно за этот же срок. Здесь главное набраться терпения и не бросать занятий на полпути.

Чтобы не допустить ковыряния в носу, ребенку нужно максимально коротко постричь ногти. Это поможет сильно снизить возникновения носового кровотечения, эффективность ковыряния тоже сильно понизится, поэтому в скором времени малыш избавится от этой привычки.

Если все-таки не удастся излечить ребенка от этого, то не следует пугаться, гораздо лучше разобраться в причинах. Чаще всего ковыряние связано со сменой климата. Например, у малыша уже долгое время продолжается насморк, полость носа забита, он не может свободно дышать через нос. Родители пытаются облегчить состояние своего ребенка - используют специальные средства для сужения сосудов в носу, время от времени прочищают носовую полость. Одновременно с этим они стараются сохранить тепло в квартире, из-за чего воздух становится слишком сухим и жарким. В итоге получается обратная реакция- слизистая пересыхает. Что бы не получить подобного эффекта, нужно регулярно проветривать помещение, включать увлажнители и поддерживать температурный режим в пределах 18-22С.

Кроме этого, с ребенком очень важно говорить на эту тему, постараться разъяснить, что его привычка доставляет окружающим людям неудобства. При этом все это следует сказать максимально деликатно, не обижая и не высмеивая малыша. Можно рассказать ему, что каждый человек занимается гигиеной

носовой полости, однако взрослые люди делают это в одиночестве по утрам. Нужно добиться от ребенка подобного действия.

Если насморк становится затяжным или в носовую полость попало инородное тело, то родителям необходимо обратиться за помощью к педиатру или отоларингологу. Если же это занятие находится на невротической стадии, то потребуется помощь невропатолога.



Стремление к беспорядку

В возрасте чуть больше года ребенок уже полностью освоил ползание и начинает все лучше и лучше ходить. Постепенно он осваивается, старается найти себя в новых ситуациях. При этом просьбы и приказы взрослых, направленные на наведение порядка, обычно очень скучные, тем более, что творческий беспорядок и выглядит интереснее, и не вызывает необходимости его формировать. Родителям в этом случае нужно предложить ребенку поиграть в порядок. Чем больше ребенок сможет сделать самостоятельно, тем ему будет радостнее, к тому же он начнет учиться убирать вещи за собой.

Постепенно в его сознании будет закрепляться тот факт, что каждый предмет имеет своё собственное место.

Однако случается такое, что довольно послушный ребенок вдруг начинает разбрасывать игрушки и действовать по принципу «Чем хуже, тем лучше».

Чтобы справиться с этой проблемой, ребенку нужно показать, как он должен себя вести. В этом случае родители должны давать малышу больше свободы и объяснять правила поведения. Если им удастся создать атмосферу заинтересованности, то эти установки станут не только понятными ребенку, но и увлекательными с эмоциональной точки зрения. В доме могут появиться картинки совместного творчества наподобие дорожных знаков. Развешивать их нужно вместе, это поможет ребенку быстро запомнить названия разнообразных предметов.

Любые запреты имеют свою ценность для малыша в случае, если их действие распространяется, в том числе и на родителей. Они могут позволить малышу уличить себя в определенной ошибке. Ребенок сам будет объяснять родителям, в чем именно они оказались неправы и, тем самым закрепит свои знания.

Каждый успех малыша, должен обязательно замечаться, родителям следует как можно чаще хвалить своего ребенка. Надо отметить, что у ребенка есть свой собственный мир, воображаемый, который значительно ярче и привлекательнее по сравнению с реальным. Гораздо проще начать с малышом играть, чем приказывать ему выполнить то или иное действие.

Главное при этом – последовательно вырабатывать у ребенка привычку к порядку, не последовательность действий может стать причиной, того что он будет этим заниматься лишь тогда, когда у него вдруг появится желание прибраться в своей комнате.



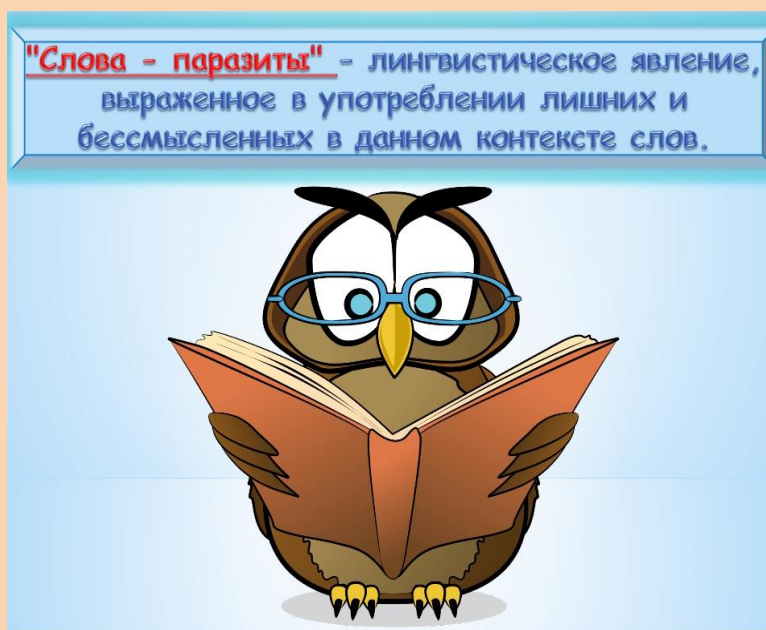
Искажение речи слова - паразиты

Буквально с рождения на детей начинает выливаться огромное количество информации. Ребенок слушает речь окружающих и пытается воспроизвести те слова и выражения, которые они употребляют в своей повседневной жизни.

Иногда это слова паразиты или даже ругательные, но малыш ещё не понимает их значения.

Ребенка зачастую переполняют различные эмоции, но ему не хватает слов, чтобы их выразить, поэтому подобные словечки в его лексиконе появляются всё чаще. Однако родителям не следует обращать внимание на это. Как правило подобный эффект проходит через несколько месяцев, когда у малыша словарный запас становится более обширным. Если взрослые будут как-то реагировать на появление в лексиконе ненормативных слов, то ребенок сочтет, что таким способом может привлечь к себе внимание и справиться с этой привычкой будет значительно тяжелее.

Ближе к шести годам ребенок уже в состоянии понять, что есть слова, употребление которых неприлично и недопустимо в обществе. Можно попробовать искоренить такую привычку при помощи игры под названием «Ругаемся овощами», когда малыш вместо ругательств станет употреблять название овощей. Это не будет резать слух, вместо этого откроется богатые возможности для развития речевых навыков.



Плаксивость и капризность

Плач ребенка для его родителей является одним из наиболее сильных раздражителей. При этом слезы и крики малыша могут вызвать у взрослых самые разные эмоции - от желания помочь до отчаяния и ярости.

Стоит сразу оговориться, что детская возбудимость в несколько раз сильнее по сравнению со взрослой. Это вполне нормальное явление, так как психика малыша ещё не успела окончательно сформироваться. Малыш слезами реагирует на все те

моменты, которые связаны в его сознании с негативом. Плач представляет собой выражение эмоции, которые он пока что не умеет сдерживать. Однако родители могут быть уверены в том, что ребенок способен очень быстро переключиться с плохого на хорошее и забывать, что он буквально минуту назад из-за чего-то расстраивался.

Если же малыш плачет слишком часто, то здесь может быть сразу несколько причин.

Прежде всего, они бывают связаны с темпераментом или индивидуальными особенностями его личности. От природы каждый человек обладает слабой и сильной нервной системой. Если у человека слабые нервы, то он даже во взрослом возрасте будет отличаться от других повышенной чувствительностью, склонностью к меланхолическим проявлениям.

Если ребенок становится плаксивым внезапно, то это может быть связано с каким-либо стрессом, например, с конфликтами в детском саду или школе, с разводом родителей или ссорами в семье. Всё это способно в значительной мере ослабить детскую психику и сделать малыша более возбудимым. Довольно часто дети становятся плаксивыми и капризными во время *кризисов, связанных с особенностями возрастного развития личности* - например, в годовалом, трехлетнем и семилетнем возрасте. На такие слезы можно не обращать внимания, с течением времени эта плаксивость исчезнет сама собой.

Хочется отметить, ребенок не способен манипулировать слезами осознанно. Но как только он понимает, что слезами можно добиться отмены запретов и ограничений и получить желаемое, то берет такой метод на вооружение.

В некоторых случаях слёзы бывают вызваны не какими-то внутренними напряжениями, а становятся поведенческой формой ребенка, оказавшейся довольно эффективной для того, чтобы он мог в любой момент повлечь к себе внимание. Родителям, нужно понаблюдать в каких ситуациях их малыш начинает расстраиваться и хныкать. Если слезы появляются, когда родители что-то запрещают или же ограничивают его в чем-либо, при этом плач зачастую перерастает в истерику, то следует задуматься о том, почему такое поведение стало нормой.

Детские капризы уже более серьезное явление по сравнению с плаксивостью и даже истериками. Малыш при помощи криков, слез и т.п. может управлять своими родителями и добиваться от них желаемого. Взрослые, видя такое поведение своего ребенка, готовы сделать что угодно, лишь бы он перестал капризничать.

Стоит сказать, что развитие психики у малыша может происходить без разного рода конфликтных ситуаций. Зачастую подобные капризы возникают в случае, когда ребенку что-либо запрещают, при помощи возмущения и несогласия он пытается отстоять свою самостоятельность.

Кроме того, истерика является способом привлечения внимания.

Бывает, что мама всё время занимается своими делами, не обращая внимания на ребенка, а отец постоянно находится на работе. Вследствие подобного положения вещей, малышу приходится хоть как-то действовать. Он выбирает наиболее простой путь и закатывает истерику лишь для того, чтобы получить определенную долю родительского внимания.

Если с ребенком правильно общаться, то сама по себе истерика не представляет опасности. Существует несколько основных методик, которые помогут справиться с детскими капризами. Истерику намного легче предотвратить, чем потом разбираться с её последствиями.

Если мама или папа чувствуют, что ребенок вот-вот разразится слезами, то нужно переключить внимание с опасной зоны на положительную или хотя бы нейтральную. На него не следует кричать, разговаривать надо дружелюбным тоном, при этом родителям нужно сохранять спокойствие. И кроме того, следует постоянно уделять ребенку достаточное количество внимания.

Если капризов избежать все-таки не удалось, то прежде всего ребенка надо изолировать от свидетелей, которые могут видеть его истерику. Дело в том, что очень часто дети работают на публику. Малыша нужно вывести из комнаты, где собрались остальные взрослые. Обратно его можно впустить только при условии, что он успокоился. Подобное действие зачастую помогает добиться наиболее положительных результатов в кратчайшее время.

Когда малыш начинает капризничать в людном месте, например, в магазине, надо твердо игнорировать любые проявления истерики. Ребенку следует сказать, что разговор с ним состоится только после того, как он успокоится.

Родители должны всячески демонстрировать своё неодобрение поведения малыша. Необходимо помнить, что все требования малыша, которые он предъявляет во время истерики, нужно оставлять без внимания. В противном случае подобные явления будут случаться все чаще и чаще.

Ребенку следует научиться управлять своими эмоциями и распознавать их. Во время его капризов можно задавать ему наводящие вопросы, чтобы он смог понять причину возникновения слез. Родители могут предложить ему альтернативные варианты выражения своих эмоций.

Например, малыш может начать рвать старую газету, прыгать на одной ноге, если он сильно чем-то разозлен. Ему следует объяснить, что взрослые тоже испытывают подобные эмоции, однако находят в себе силы не выражать их так явно.

Родителям надлежит быть последовательными всегда и везде, особенно в случае, если ребенок находится рядом с ними. На людях нужно вести себя очень спокойно, дома - тем более. Дети прекрасно чувствуют те моменты, когда на родителей их капризы будут оказывать наибольшее воздействие. Как только они поймут, в какой ситуации мама или папа обладают наименьшей твердостью, все их усилия будут направлены именно в это место.

Когда ребенок сумел справиться со своим гневом или же какой-нибудь стрессовой ситуацией, его нужно похвалить и поощрить. Малыша необходимо как можно чаще обнимать, целовать и хвалить.

Чтобы истерик не было, нужно с раннего детства развивать волю малыша. При этом воля – это неспособность настоять на своём во что бы то ни стало, а умение справляться с возникшими трудностями. Детей надо приучать самостоятельно, одеваться, застилать постель, вытирать пыль и т.п. Чтобы не допустить возникновения истерики, очень удобно применять правило третьего звонка, т.е. об окончании какого-то дела родители начинают говорить заранее. Кроме того, следует давать ребенку возможность понимать чувства других людей. Чем раньше он начнет это делать, тем легче он сможет вписаться в окружающее его общество.

Чем родители могут помочь ребенку?

В борьбе с возникшими вредными привычками важно направить ребенка самостоятельно устранять их, разъясняя вред и указывая на не эстетичность вида пальцев с обгрызенными ногтями, человека с пальцами во рту, учить самоконтролю. *Надо ободрять ребенка, говоря: "Ты с этим обязательно справишься, не огорчайся".*

Важно активно помогать ребенку в затруднительных ситуациях, потому что при них особенно часто прибегают к вредной привычке. Чтобы успешно справиться с данной проблемой, нужно подойти к ней комплексно.

Необходимо помнить, что при подавлении патологических привычек у ребенка усиливается чувство внутреннего напряжения. Более того, подавив одну привычку у ребенка дошкольного возраста, мы тут же нередко получаем взамен другую. Особая трудность заключается в том, что в большинстве случаев у дошкольников отсутствует стремление к преодолению патологических привычек. Наоборот, часто отмечается активное сопротивление попыткам взрослых устранить привычные и приятные для ребенка действия (понимание патологических привычек как отрицательных появляется у ребенка лишь к концу дошкольного возраста). Наряду с общими чертами патологические привычные действия имеют присущие каждому из них особенности, а значит, и способы преодоления.

Важно успокоить ребенка и сказать, что вы сможете преодолеть трудности. С родителями он должен расслабляться, а не испытывать такое же напряжение как, например, в детском саду или школе. Убедитесь сначала, что ребенок все усвоил, и покажите ему его успехи.

В борьбе с возникшими вредными привычками важно направить ребенка самостоятельно устранять их, разъясняя вред и указывая на неэстетичность вида пальцев с обгрызенными ногтями, человека с пальцами во рту, учить самоконтролю. *Надо ободрять ребенка, говоря: "Ты с этим обязательно справишься, не огорчайся".*

Важно активно помогать ребенку в затруднительных ситуациях, потому что при них особенно часто прибегают к вредной привычке.

Поддерживайте, подбадривайте, хвалите его.

Ваша задача - сделать ребенка более уверенным в своих силах. Если, несмотря на вашу поддержку, поведение ребенка не меняется, следует обратиться к детскому невропатологу или психоневрологу.

- ✓ Вредные привычки часты у детей, имеющих сниженный фон настроения, склонных к депрессии, и поэтому все, что вызывает хорошее настроение, способствует и устранению вредных привычек.
- ✓ Тесный внутренний контакт с ребенком, нежное и последовательное руководство его действиями, внимание родителей к ребенку, разнообразные занятия и соответствующая возрасту детей требовательность к ним - это лучшая профилактика возможных вредных привычек, также, как и терапия, предотвращающая их появление или устраняющая их.

- ✓ Часто вредные привычки - сформированный условный рефлекс, коррекция которого бывает практически невозможна без комплексного решения проблемы (совместно с невропатологами и другими специалистами).
- ✓ Родителям следует высматривать, замечать и хвалить ребенка за каждое совершение хорошего поступка. Похвала имеет свойство подкупа и толкает детей на повторение действий для повторной хвалебной речи. Отвлечение на формирование хороших привычек искореняет плохие.
- ✓ В случае, когда указания ребенку на то, что привычка его не красит, не избежать, следует приводить веские аргументы и обосновывать ребенку, почему этого делать нельзя. У каждой плохой привычки есть негативные последствия, об этом нужно рассказывать ребенку, но, не запугивая его.
- ✓ Отучать нужно постепенно, дозированно, поочередно. Вредных привычек может быть несколько. Не стоит акцентировать внимание и пытаться исправить все сразу. Только избавившись от одной, можно переходить к решению второй проблемы.
- ✓ Определение причины возникновения. Следствием вредной привычки может быть стресс. В данном случае терпения родителям понадобится вдвойне. Сначала необходимо выявить, что вызывает стресс у ребенка, помочь ему справиться с ситуацией, отвлечь. Вслед за исчезновением стрессовой ситуацией, скорее всего, уйдет и привычка.
- ✓ Будьте настойчивыми в своих намерениях. Если родители определились, что привычка плотно засела в поведении ребенка и, кроме как настойчивостью, ее ничем не победить, необходимо установить правила игры. Установленные правила следует обсудить с ребенком, отвести самим себе в них немалую роль и строго следовать правилам, чтобы показать ребенку что вы в игре, контролируете его и всегда готовы помочь.
- ✓ Формируйте моральные качества ребенка. Для понимания того, что такое хорошо и что такое плохо, у ребенка должны формироваться моральные ценности. Доверяйте ребенку, периодически давая ему право принимать самостоятельные решения. Правильные навыки принятия решений позволят ребенку избавиться от вредных привычек и приобрести полезные и хорошие манеры поведения.

С привычками вполне можно справиться на ранней стадии, необходимо только запастись родительским терпением. Любые корректировки в поведении ребенка важно проводить с заботой и вниманием. Желаем удачи!

При составлении выпуска использовались следующие источники:

Тайны детской психики — Е.: Храмова, 2016. — 105 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК У ДЕТЕЙ Архарова
О.Н., Анис Б.Х Электронный сборник научных трудов "Здоровье и образование в
XXI Веке" №7, 2010г

Интернет источники: [https://buki.com.ua/blogs/borba-s-vrednymi-pryvychkami-
detey/](https://buki.com.ua/blogs/borba-s-vrednymi-pryvychkami-detey/)

Над выпуском работала педагог-психолог **Белова Кристина Федоровна**