**Ох уж эти детские вредные привычки**

Одни ковыряют в носу, другие сосут пальцы, третьи грызут ногти. Вредные привычки. Они свойственны многим детям самых разных возрастов. Мы, взрослые, относимся к ним отвратительно и всякий раз, замечая такие проявления в своих детях, немедленно одергиваем их. А дети и не думают бороться с привычками и, чтобы не навлекать на себя родительский гнев, удовлетворяют свои потребности тайком – тогда, когда мы не видим.

***Ковырять в носу*** любят многие дети. У одних – это проявление склонности к чистоте своего тела подобно тому, как кошки «умываются» и лижут свою шерстку. У других эта привычка свидетельствует о наличии инфекции, вызванной группой стрептококков. Скопление слизи беспокоит малыша, и он пытается избавиться от неприятных ощущений – осушить нос. Следовательно, понаблюдайте за ребенком, сдайте анализ на возможное наличие инфекции, и проблема уйдет сама собой.

***Привычка сосать пальцы*** – признак тревожности, проявление стресса и свидетельство слабой нервной системы ребенка. Вероятно, родители слишком строги с малышом, и вполне возможно, вызывают в нем чувство беспокойства при общении. Сосание пальцев – попытка ребенка очутиться во времени, когда он находился в безопасной материнской утробе. Это бессознательная тяга к миру, спокойствию, теплоте, любви и заботе. А значит, проявите больше внимания, ласки к малышу, будьте обходительны, терпеливы и мягки, и вредная привычка сосать пальчики медленно, но верно уйдет в прошлое.

***Грызут ногти*** те дети, которые часто испытывают на себе родительский гнев, и готовы сами причинить себе боль, часто разгрызая ногти и сдирая заусенцы до крови, только бы не навлечь на себя негативную реакцию родителей и не испытать вновь страх. Эта привычка – настоящая психологическая травма, регулярно получаемая ребенком. Стоит ли говорить о том, что такие дети растут неуверенными, обидчивыми, слабовольными и униженными? У них наблюдается низкая самооценка и совершенно не формируется система ценностей. Родителям следует серьезно поработать над собой, обеспечить самому себе комфортные условия для жизни. Удовлетворившись, вы перестанете переносить собственную несостоятельность на ребенка, и избавите его от гнетущего душевного страдания.

Прямыми упреками, запретами, одергиваниями и собственной раздражительностью родители бессильны противостоять вредным привычкам. Это факт. Есть лишь одно средство, способное «излечить» дитя. Это разобраться в причинах возникновения той или иной привычки. А потому, будьте внимательными, рассудительными и заботливыми родителями, чтобы ваши дети росли спокойными, умными и уверенными в себе личностями.

