

**Патологические привычки у ребёнка.**

У ребёнка дошкольного возраста можно встретить патологические привычки, среди которых грызение ногтей, сосание пальцев или предметов, покачивание головой и т.д. Такие привычки уменьшают отрицательные эмоциональные переживания у ребенка и способствуют снятию эмоционального напряжения. Это своего рода ритуал, помогающий ребёнку отвлечься от беспокойства, страха или компенсировать недостаток общения.

**Как вести себя родителям?**

1. Попытайтесь понять ребёнка.
2. Не сердитесь на него, не ругайте и не наказывайте за вредные привычки.
3. Принимайте чувства ребёнка и учите выражать их словами.
4. Уменьшите интеллектуальные и эмоциональные нагрузки на ребёнка.
5. Проводите с ребёнком как можно больше времени.
6. Чаще обнимайте и хвалите.
7. Старайтесь не акцентировать внимание ребёнка на вредной привычке.
8. Старайтесь разнообразить впечатления ребёнка.

*Если вы самостоятельно не можете справиться с патологической привычкой у вашего ребёнка, то обратитесь за консультацией к психологу.*

