Якименко Анастасия Владимировна

МБДОУ МО "Детский сад №17"

Педагог-психолог

**Консультация для родителей "Воспитание привычек у ребёнка".**

*Великий русский писатель Л.Н. Толстой записал однажды: «Посейте поступок и вы пожнете привычку, посейте привычку и вы пожнете характер, посейте характер и вы пожнете судьбу».*

 Приходит время, когда ребенок достигает возраста трех лет, родители начинают замечать, что в поведении, высказываниях их малышей появляются такие элементы, за которые родителям порой очень неловко. И это вызывает удивление, где ребенок такое мог увидеть или услышать?

 С точки зрения воспитания взрослый человек, в особенности родитель, для малыша является наиболее авторитетным источником, который непосредственно является примером для подражания в различных ситуациях, и постоянное накопление навыков поведения формируется посредством наблюдения за поведением взрослых. Но так как ребенок еще не способен анализировать поступки с моральной точки зрения: хорошо или плохо, он копирует абсолютно все, чаще даже не осознавая это.

 Все родители мечтают о том, чтобы их дети были хорошими, чтобы они были счастливы. Однако, даже понимая, как важно правильное воспитание, многие из них не умеют практически взяться за это дело и не приступают к воспитанию своих детей своевременно. Очень важно отметить, особая трудность воспитания состоит в том, что ошибки в этом деле становятся заметными не сразу.

 Приступая к целенаправленному воспитанию у детей тех или иных привычек, обычно сталкиваются с немалыми трудностями. Все делается как будто правильно: и режим хорошо продуман, и проявлено достаточно много требовательности со стороны родителей, а нужные привычки у детей все же не возникают.

 Рассмотрим подробнее вопрос о том, как, какими средствами воспитывается новая привычка.

 Прежде всего нужно обратить внимание на то, что привычки воспитывают не столько словами, сколько делами. Многие считают, что для того, чтобы сформировалась привычка, детям достаточно лишь объяснить, что именно от них требуется.

 А. С. Макаренко: писал, что нужно стремиться к тому, чтобы у детей складывались хорошие привычки как можно прочнее, а для этой цели наиболее важным является постепенное упражнение в правильном поступке, постоянные же рассуждения и разглагольствования о правильном поведении могут испортить какой угодно хороший опыт…

 Для воспитания какой-либо новой привычки необходимо позаботиться об организации жизни ребенка, об организации его действий. Это значит, например, что если родители хотят, чтобы их ребенок приобрел привычку рано и быстро вставать по утрам, то нужно будить его всегда в один и тот же час и организовать все дела так, чтобы ребенок не задерживался в кровати, а сразу вставал и делал зарядку. Разбудив ребенка или увидев, что он сам проснулся, родители распоряжаются, чтобы он сейчас же встал. Если ребенку нужно еще помочь одеться, родители не должны медлить, а если он одевается самостоятельно, но еще не может сам с вечера подготовить себе нужную одежду, следует все заранее подготовить. Очень важно проследить, чтобы уборка постели, умывание, завтрак и т.д. - все, что ребенок должен сделать, выполнялось быстро, без проволочек, ежедневно, в одинаковом порядке.

 Опыт показывает, что для превращения какого-нибудь действия ребенка в привычку важно и нужно не только многократное повторение этого действия, важен его результат: приводит ли это действие к удовольствию или к неудачам и огорчениям.

 Важно отметить, что ребенок пытается повторять такие действия, которые приводят его к успеху, к удовольствию, и неохотно повторяет действия ("забывает" их выполнить), которые не приносят ему никакого удовлетворения. Если же после какого-либо действия обычно следует неприятность, то, как правило, ребенок станет его избегать .Можно отметить, что для превращения определенного действия в привычку важно то, как оно "подкрепляется" в жизни ребенка. Таким "подкреплением" может быть положительная оценка действия ребенка со стороны взрослых, детского коллектива или непосредственное удовольствие от результата труда, от процесса действия (наслаждение музыкой, книгой, природой и т.д.). Напротив, неудачи, неприятности, связанные с действиями, мешают превращению последних в привычку.

 Родители, не учитывая этого, нередко допускают ошибку: вместо того, чтобы отвлечь ребенка от какого-нибудь действия, сами приучают его к нему. Например, ребенок, не желая идти самостоятельно, плачет и требует взять его на руки. Чтобы он не плакал, мать исполняет его каприз. В следующий раз он снова плачет, снова требует, и мать опять берет его на руки. Так повторяется несколько раз. В дальнейшем, к удивлению матери, оказывается, что у соседей дети как дети, т. е. спокойны, бодры, самостоятельны, а у нее ребенок - плакса: чуть что - кричит и не успокаивается, пока его не возьмут на руки. Что же произошло? У ребенка сформировалась привычка капризами добиваться желаемого. Такая привычка не возникла бы, если бы слезы не приводили каждый раз к желаемому для него результату.

 Неправильно реагируя на действия детей, родители часто сами разрушают у них хорошие привычки и способствуют появлению дурных.

***Существуют требования к выработке привычек, выполнение которых сберегает время и усилия взрослых:***

* Приступая к выработке привычки, нужно доходчиво объяснить, зачем она нужна. Если ребёнок не согласится действовать, успех не гарантирован.
* На первом этапе формирования привычки должен быть организован тщательный (пооперационный) контроль, который сменяется эпизодическим (поэтапным), а потом переходит в самоконтроль. Если же начальный пооперационный контроль не выдержан, то вырабатываемый навык разрушается. В этом случае приходится не только возвращаться к началу, но и тратить больше времени на вторую попытку выработать привычку. Количество повторений действий при выработке привычки чисто индивидуально, хотя некоторые психологи утверждают, что оптимальный срок — 21 день.
* Вначале надо добиваться точности выполнения действий и только потом — быстроты.
* Каждый успех должен быть замечен и эмоционально подкреплён, т.е. надо хвалить ребёнка за каждое продвижение вперёд.
* Нельзя формировать более 2—3 привычек одновременно, поэтому следует выбрать предпочтительные качества (например, опрятность, пунктуальность, обязательность и пр.) или решить вместе с ребёнком, что именно формировать. По мере выработки навыка набор действий будет изменяться, но если сразу поставить много задач, то можно ничего не добиться.
* Отдельным требованиям подчиняется процесс избавления от вредных привычек. Эта работа тоже начинается с доходчивого объяснения пагубности приобретённой привычки, которую поначалу можно заменять нейтральным действием.

 Бесспорно, каждый из вас может продолжить этот список своими собственными заповедями, сверяясь со своим опытом родительской любви и заботы. Не забывайте о том, что жизнь прекрасна, причем едва ли не самое ценное в ней — это дети. Они приносят массу хлопот, но и самую большую радость, которую надо умело взращивать и наслаждаться ею. Давайте помнить об этом!