

**ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат
информирует о причинах появления вредных привычек, зависимостей в
том числе от отношений**

Главная причина – это эмоциональная холодность и безразличие к чувствам ребенка.

Многие родители, обеспечивая бытовые условия жизни своего ребенка, считают свой долг выполненным, не придавая значения его переживаниям и эмоциональным потребностям.

Ребенок в свою очередь привыкает к «сухому контакту» с родителями без проявления любви, так как возникает ощущение, что если проявить любовь, то он в любом случае будет отвергнут и унижен, показывая свою слабость.

Любовь и ее проявление – это базовая потребность каждого человека и, если ребенок не получает эту любовь в детстве, он всегда будет к этому стремиться.

Человек, испытывающий нехватку любви будет пытаться всячески «затушить» эту боль и получить приятные чувства от жизни другими методами.

Это курение табака, вейпинг, наркотики, алкоголь, ранние половые и беспорядочные связи, дурные компании, где все это можно получить.

Что ребенок не чувствовал себя пустым местом, никем, для самых важным в жизни и самых близких людей – родителей необходимо:

- Старайтесь услышать чувства своего ребенка при разговоре с ним;

- При беседе всегда используйте зрительный контакт, так как ребенок на психологическом уровне считывает ваше настроение присутствие вашей поддержки;

- Будьте честными, в соответствие с возрастом ребенка откровенными, объясняя причины возникновения каких-либо ситуаций. Так вы научите своего ребенка доверять вам, без особых усилий;

- Установите распорядок дня и позаботьтесь о границах дозволенного. Например, когда ребенок настаивает на «еще 10 минут..», он успокоится быстрее, если родитель спокойным тоном ответит: «Было бы здорово иметь в запасе 10 минут, но из-за них мы опоздаем». Всегда, спокойно аргументируйте свое решение.

Рутинные действия и последовательность, помогают уменьшить конфликты, поскольку ребенок быстрее понимает, что его попытки сопротивляться бесполезны.

Любви Вам и Вашему дому!

