

## Памятка для родителей

Подготовила Литвинова Ю.В.  
учитель - логопед МБДОУ ДС №1

### ЕСЛИ РЕБЁНОК ОБКУСЫВАЕТ НОГТИ

#### Уважаемые родители!

Знаете ли Вы, что ребёнок обкусывает ногти чаще всего тогда, когда испытывает внутреннее напряжение?

Поэтому:

1. Понаблюдайте за ребёнком и подумайте, что могло неблагоприятно повлиять на него:

- не часто ли Вы принуждаете его к чему – либо;
- не делаете ли постоянно замечаний и ограничиваете его действия из страха, что он себе навредит;
- не ревнует ли он к брату или сестре, которые во всём успешнее;
- не становится ли он свидетелем постоянных ссор родителей или натянутых отношений между Вами и бабушкой?

2. Создайте дома покой и уют.

3. В повседневной жизни добивайтесь, чтобы:

- Ваш ребёнок был постоянно и целенаправленно занят;
- ему не было скучно и было с чем играть;
- руки, насколько возможно, были постоянно при деле.

Если Вы вместе смотрите телепередачу или читаете книжку, возьмите ребёнка за руку, чтобы он чувствовал в Вас опору.

4. Проводите быстро все гигиенические мероприятия, чтобы он мог сразу уснуть, а утром проследите, чтобы он также быстро встал.

5. Заботливо подстригайте ребёнку ногти и ухаживайте за ними, но излишнего внимания не сосредотачивайте.

6. Предложите ребёнку любое безвредное лакомство, чтобы был занят рот (ни в коем случае не мажьте ногти различными горькими и кислыми сладостями).

**Соблюдая эти незатейливые правила, Вы обязательно поможете ребёнку избавиться от этой вредной привычки!**