

Как отучить ребёнка грызть ногти? Избавляемся от дурных привычек

Вроде бы человеку легче легкого сделаться более совершенным. Посмотрите, послушайте, почитайте, сколько самых разных методик придумано из цикла «как стать счастливым, здоровым, богатым, худеньким, пышненьким и проч.». Даже любая завалящая ясновидящая, причем не обязательно потомственная, лучше всех на свете знает, как вернуть вашего загулявшего мужа в лоно семьи.

А если она еще и какой-нибудь **Академик**, скажем, **Академии любовных приворотов и Магии**, то и измену мужа прекратит мгновенно. Как? Да посоветует отрезать мужику кое-чего, и все дела! Что отрезать конкретно? Например, шлейф потомственного блуда, что, по ее заверениям, тащится за вашим супругом с незапамятных времен. Может, вообще с рождения. Нет, еще раньше. С момента зачатия!

А уж книг по психологии из цикла «Как сделаться «Супер-Пупер», если изначально вы – «Ширли-Мырли» и вовсе написаны целые горы! Психологов нынче развелось – как муравьев в тайге!

Недавно я, когда выкидывал крупногабаритный мусор, у контейнера на улице обнаружил стопку книг. Кто-то избавился от них за ненадобностью. Сейчас так часто делают. Типа, книги мешают, собирают пыль, занимают много места. Да и времени на чтение в век интернета, прямо скажем, у людей немного.

Так вот, поверху всей кипы лежало пособие для женщин. Название дословно я не помню, но смысл такой: как перестать быть одинокой, быстро сделаться отпетой стервой и заарканить аглицкого лорда. Не меньше. **Всякие графья уже не в почете.** Графиня не музыкально звучит. Не солидно. Как будто графин с водой.

Вот какое пособие выкинули. Думаю, за ненадобностью. Хозяйка книжек уже наверняка где-нибудь в Англии, во дворце лорда, потягивает у огромного камина столетнее виски и лениво гоняет огромных мраморных догов по мраморному же полу. Который натирает ежедневно прислуга.

Мы тоже попытаемся рассказать о методах, которые, возможно, не всем дадут возможность оказаться в английском замке у камина. **Но хотя бы помогут избавиться от негативных привычек** . То есть сделать жизнь более комфортной здесь и сейчас.

Итак, для примера, возьмем мальчика по имени Сева Грызлов. Восьми лет от роду. У Севы дурная привычка. Он любит грызть свои ногти так, чтобы лесенкой они получались. Как будто зазубренное лезвие кинжала. А малец не прочь образовавшимся ногтевым кинжалом сестренку старшую поцарапать. Как его отучить грызть собственные ногти?

1. Наказание

Например, надавать подзатыльников. Лишить сладкого. Гуманно пообещать, что если Сева и дальше будет грызть ногти на руке, то вы отрубите эти руки огромным топором мясника. Сева бывал с вами на рынке и очень хорошо знает, что такое топор мясника и каких он размеров. Сева также не раз видел самого мясника, комплекцией похожего на маленького бегемота.

От страха, возможно, наш грызун ногтей оставит в покое свои пальцы, но навязчивый невроз начнет изъедать его юную душу. Он будет бояться, но также все равно очень хотеть продолжить делать то, что он делал ранее. И, в конце концов, он станет уединяться на задворках и тайком примется все равно грызть ногти. Ну, может, уже и не свои, а чужие. Мало ли сверстников с ногтями! Да завались!

Наказание только внешне может убрать плохую привычку. А желание делать привычное – то останется. Вот вам и готовый невроз. Побочный эффект у наказания весьма широк и часто последствия одного гораздо хуже, нежели сама нездоровая привычка.

2. Создать отвращение

Тут имеется в виду, что ногти можно покрыть масляной краской. Или того хуже – дегтем. Пальцы, ногти станут реально омерзительными на вкус и не менее отвратительными на запах. И Сева тогда перестанет получать удовольствие, кайф от процесса. Кстати, используя ногти, некоторые наши курильщики еще в советское время бросали пагубную привычку. Поясню.

Тогда не продавались различные антиникотиновые пластыри, жвачки, электронные сигареты, как сейчас. Кто-то варил овсяный отвар, ведь он, как считается, отбивает тягу к курению. Только нужно варить неочищенный овес. Тот, что на корм скоту идет, и который продается на любом рынке типа «Птичий».

Другие делали иначе, экстремально. Ведь у всех было полно ногтей! И смельчаки состригали ногти и добавляли их в табачок-самокрутку. После чего курили образовавшийся продукт как обычно. Но спустя некоторое у человека развивался такой рвотный рефлекс, что «мама не горюй!» К табаку возникает отвращение. Мощное, вплоть до моментальных позывов к очищению кишечника при попытке затянуться уже обычной сигаретой.

3. Ждать когда все пройдет само собой

Подавляющее большинство людей перестают писаться в штанишки, когда вырастают из ясельного возраста. Про молодого парня гуляку, гусара говорят: «Да оставьте его пока в покое! Подрастет, перебесится, и все с ним будет в ажуре!».

Так и тут. Наш герой, скорее всего, когда-нибудь сам перестанет грызть собственные ногти. Самостоятельно откажется от дурной привычки. Но только вот когда сие снизойдет на его голову... Ведь уже сейчас Сева считает, что грызть ногти вкуснее, смачнее, чем кушать мороженое!

Когда он изменит свои вкусы? Ответа нет. Можно всю жизнь прождать, а плохая привычка так и будет довлеть над индивидуумом с самого детства и до седины. Нет, ничего не предпринимать, надеяться на русское «авось пройдет само собой» – тоже не лучший вариант.

Как отучить ребёнка грызть ногти

Автор: admin

27.02.2011 15:40 - Обновлено 29.10.2014 16:47

Пока мы обсуждаем действенные вроде бы, но не эффективные в общей перспективе возможности отучить Севу от дурной привычки. В заключительной части статьи мы дойдем и до более гуманных способов.

Автор - **Михаил Берсенов**

[Источник](#)