Почему дети сосут палец?

При копировании и размещении на другом сайте указывайте активную ссылку: http://www.detiam.com/родителям/

Многие родители обеспокоены тем, что их ребёнок сосёт пальчик.
Что это? Вредная привычка? Признак болезни? Или, может, баловство? Попробуем разобраться.

Сосание пальца (чаще большого) восполняет нереализованный инстинкт сосания, уменьшает чувство одиночества, успокаивает, убаюкивает, смягчает неразделённость чувств, недостаток ласки, приглушает на время физическую боль.

Уже во время беременности малыш умеет сосать пальчик, таким образом он реагирует на беспокойное состояние мамы, её тревогу. В то же время это важный показатель того, что плод развивается, совершенствуются его движения.
Младенец уже в возрасте 3-х месяцев умеет донести свою ручку до рта. Это не так просто и требует скоординированности

движений! Многие мамы начинают беспокоится – а вдруг это уже вредная привычка? Нет! Это не привычка, но важный показатель.

Если малыш до 1 года тянет пальчик, а иногда и весь кулачок, в рот, это значит:

✔ Он голоден;

✔ У него неудовлетворён сосательный инстинкт (если искусственник – слишком большие дырочки в соске со смесью, если на грудном вскармливании – мало или недостаточно часто сосёт грудь);

✔ Малыш чем-то обеспокоен, ему скучно (мама вне поля его зрения, долго никто не берёт на руки или чешутся зубки).

Многие детишки забывают про свой пальчик уже после года, но бывает, что малыш постоянно или часто сосёт палец, соску до 3-х лет. Причины: беспокойство, неуверенность в любви родителей, недостаток ласки, сильный испуг. Многие дети засовывают палец в рот, когда устают, на чём-то сосредоточены. Сосание пальца в этом возрасте часто сочетается с поглаживаниями (по голове, по животу), с перебиранием или выдергиванием волос, ресниц. Ребёнок может сосать и другие предметы (соску, уголок одеяла, лапу у любимого медвежонка, т.д.)

Если ребёнок после 3-х лет продолжает сосать палец или такое явление только появляется в этом возрасте – это уже считается

вредной привычкой и часто переходит в обгрызание ногтей, навязчивые движения. Такому ребёнку необходима помощь!

Последствия.

Если вовремя не устранить данную привычку, то в дальнейшем это приведет к неправильному прикусу, а как следствие искаженному звукопроизношению. Такая же проблема возникает, при длительном сосании пустышки.

Что делать родителям? Чем можно помочь ребёнку?

В борьбе с сосанием пальца, как и с другими вредными привычками, родители часто допускают непоправимые ошибки. Они стараются подавить болезненную привычку, наказывают, пытаются объяснить, что это плохо, стыдят. Но такие методы способны лишь закрепить привычку.

Рекомендации для родителей:

> Нужно не бороться с привычкой, а выяснить причины её возникновения и устранить их.

> Установите доверительные отношения с ребёнком. Очень важно вовремя заметить тревогу, испуг и помочь успокоиться (приласкать, поговорить, отвлечь чем-либо). Если ребёнок в возрасте до года, помогает покачивание на руках или в кроватке, разумное пользование соской, убаюкивание. Даже детишки постарше любят слушать колыбельные песни в исполнении мамы

или папы.
> Установите чёткие рамки дозволенного. Запретов не должно быть слишком много, они должны быть неизменными (никогда нельзя лезть на подоконник, брать посуду с плиты, открывать шкафчик с лекарствами, т.д.).
> Жизнь ребёнка должна быть разнообразной, насыщенной впечатлениями, различными играми, но не перегруженной. Активная деятельность должна сменяться более спокойными занятиями.
> Не бойтесь лишний раз похвалить, отвлечь от грустных мыслей.
> Поощряйте общение с другими детьми.
> Если ребёнок грызёт ногти – уменьшите интеллектуальные нагрузки! Так как эта привычка говорит об умственной и эмоциональной перегруженности, а также о высоком уровне тревожности.
Контролируйте просмотр ребёнком телевизора (меньше, а лучше вовсе исключить боевики, новости и жестокие мультфильмы до 7 лет), игры на компьютере 5-10 мин.(без "стрелялок", больше развивающих). Не читайте страшные сказки, рассказы.
Предпосылки упорного сосания пальца :
> Особенности темперамента. Чаще всего пальчик сосут дети с чертами флегматика.
> Неудовлетворенный инстинкт сосания в раннем детстве (см. выше).
> Неблагоприятные психологические факторы: частое чувство беспокойства, нежелание матери иметь ребёнка (осознанное или неосознанное), повышенная требовательность родителей, не соответствующая возрасту ребёнка.
Семейные проблемы: конфликты родителей. Алкоголизм, развод, предоставление ребёнка самому себе, появление брата/сестры.

> Особенности психики ребёнка: ММН (минимальная мозговая недостаточность) или ММД (минимальная мозговая дисфункция); родовые травмы, следствие которых – быстрая утомляемость, раздражительность, нарушение сна; высокая эмоциональная чувствительность.
> Слабое здоровье (частые простуды, ОРЗ, дизентерия, глисты, т.д.)

При подготовке статьи была использована книга Захаровой А.И. "Предупреждение отклонений в поведении ребёнка", С.-П. 1997г.