

## **Если ребёнок сосёт палец!**

Для детей меньше четырёх лет это не является тревожным симптомом, на него просто не нужно обращать слишком много внимания. Для более старших детей это считается проблемой, так как значительно увеличивает риск зубных аномалий. Если ребёнок, который сосёт палец, страдает ещё какими-то эмоциональными расстройствами, оставьте в покое палец и займитесь, в первую очередь, психологическими проблемами.

### **Как предотвратить проблему.**

*По возможности оберегайте ребёнка от стрессовых состояний, вызывающих потребность в успокоении.*

*Если ребёнок подвергся стрессу, выражайте максимум внимания его переживаниям и чувствам, помогите сформулировать словами то, что он чувствует, переживает, что его пугает, беспокоит. Предоставьте больше возможности для творчества — рисования, лепки, игры. Предложите изобразить то, что его беспокоит.*

### **Как справиться с проблемой, если она есть.**

*Все привычки, которые действуют на ребёнка успокоительно, искоренить очень трудно. Важно иметь терпение, быть спокойным и последовательным. Когда ребёнок начнёт сосать палец, отвлеките его чем-то, таким же «успокоительным» - предложите большую мягкую игрушку, красивую яркую подушку, включите сказку или приятную музыку.*

*Когда вы видите, что ребёнку некоторое время удаётся не сосать палец, тихонько скажите ему: «Ты молодец, так как сам можешь так долго держать палец подальше от рта».*

*Так как привычки — это чаще всего неосознанные действия, ребёнок может даже не заметить, когда он взял палец в рот.*

*Чтобы не смущать его перед другими детьми замечаниями, договоритесь о каком-то условном знаке, который вы ему подадите, если увидите у него во рту палец.*

Рекомендации составила: воспитатель Куликова Е.В.