

Взгляд психолога: почему ребёнок сосёт палец



Сосание пальца – довольно распространенная привычка у детей и сама по себе безвредна для психики ребенка. И все же необходимо подумать о причинах, которые её вызывают. Нужно не бороться с привычкой, а выяснить причины возникновения и устранить их.

Чаще всего привычка сосания пальца держится потому, что у ребенка нет альтернативных способов снять напряжение, успокоиться, достичь комфортного для себя состояния.

И тогда можно посоветовать родителям проанализировать психологический климат в семье, стили воспитания и общения с ребенком, принятые в вашей семье. Чувствует ли ваш ребенок себя в семье спокойно и безопасно? Удовлетворяются ли его основные потребности?

Наказывать ребенка за сосание пальца бесполезно, как и постоянно говорить «вынь палец изо рта». Мазать чем-то невкусным, горьким – жестокий метод, ведь ребенок пытается таким образом успокоиться. Попытки угрозами и наказаниями заставить ребенка бросить эту привычку могут привести к тому, что он еще сильнее и чаще начнет сосать палец. В любом случае он перестанет это делать, когда найдет другие способы успокоиться.

Если вы можете определить время и место, когда ваш ребенок наиболее всего подвержен этой привычке, например, когда смотрит телевизор или засыпает, то придумайте какую-то замену данной привычке: дайте ему в руку резиновый шарик, чтобы мять, или какую-то игрушку, которую можно разминать пальцами или покусывать.

Таким образом, ваши основные действия – это обнаружение причины и предложение альтернативы привычке сосать палец.

Подготовила педагог-психолог ВКК Ходыкина О.А.