

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ИЛИ ПОЧЕМУ **ДЕТИ СОСУТ ПАЛЕЦ В 3 ГОДА?**

Подготовила воспитатель раннего возраста:

Сизова И.Е.

Сосание пальцев относится к числу наиболее распространенных вредных привычек, возникающих у маленьких детей.

Маленький ребенок требует постоянного внимания и ухода, нехватка родительской опеки часто приводит к появлению вредных привычек, таких как прикусывание губ, сосание пальчиков и кулачков.

В возрасте 3х и старше лет -- это уже психологический фактор и основной причиной этого, скорее всего, является нехватка внимания со стороны родных. Таким образом кроха старается успокоиться и восполнить недостачу тепла и ласки, чаще всего в этой ситуации ребенок сосет большой палец. Еще одной причиной может быть страх или чрезмерная возбудимость, например, после активных игр перед сном, сосание успокаивает и снимает лишнюю активность.

Если ребенок сосет палец длительное время, это приводит к разрушению эмали ногтевой пластины, деформированию фаланги пальца и может вызвать искривление прикуса, а также поражение десен. Кроме вышеназванных неприятностей постоянное сосание пальцев способствует занесению в организм болезнетворных бактерий и микробов, что вызывает всяческие заболевания.



Заметив у своего ребенка привычку сосать пальцы, родители должны предпринимать своевременные меры по искоренению такой вредной манеры.

Как нельзя отучать от сосания пальца

«Изобретательность» некоторых родителей просто не знает границ. Они:

- мажут пальчики своих детей горчицей, соком алоэ, покрывают специальным горьким лаком;
- привязывают ручки и бинтуют пальцы;
- надевают (а порой и пришивают к рубашечке, чтобы нельзя было снять) шерстяные варежки.

Это достаточно жестокие способы, которые доставляют крохе немало страданий. А, главное, они перестают действовать, как только родители прекращают репрессивные меры. И все возвращается на круги своя. Беспольны также постоянные окрики «вынь палец изо рта» – с какого-то момента дети просто перестают на них реагировать, это своего рода защитная реакция организма на привычку, которая по тем или иным причинам для организма важна. Более того, угрозы и наказания порой приводят к прямо противоположному результату. Ведь, как мы выяснили, ребенок нередко сосет палец для успокоения. Значит, в стрессовой для себя ситуации (а именно к стрессу приводят окрики и наказания) малыш будет с удвоенной силой стремиться как-то себя успокоить – с помощью сосания.

Как отучить от привычки сосать палец в 3 года?

Занимайте ребенка, чаще гуляйте с ним!

Сделайте жизнь своего солнышка спокойной. Часто в таком возрасте малыш начинает использовать пальцы для своеобразного расслабления. Ваша задача — создать в доме максимально миролюбивую

атмосферу. Как только ребенок начинает беспокоиться или нервничать, попытайтесь изменить его настроение со знака минус на «+». Поиграйте с ним, предложите погулять на улице или просто послушайте приятную музыку.

Ребенок всегда должен быть в хорошем настроении.

Ребенок уже достаточно большой для того чтобы быть полноценным собеседником взрослого. Вам следует **объяснить** своему чаду, что эта привычка губительна для зубов и обрисовать всевозможные ее последствия.

- Девочек легко отучить, предложив сделать им взрослый маникюр, конечно же, со специальным детским лаком. Маленькие модницы не захотят разрушать красивое покрытие, особенно если пообещать красить ногти постоянно.
- Можно вместе посетить стоматолога, который наряду с проверкой зубок расскажет о вредности сосания пальцев, обычно мнение такого авторитетного человека (которого боятся практически все детки) оказывает положительное влияние.
- Акцент на возрастной фактор также немало влияет на поведение ребенка. Говорите ему, что взрослые девочки и мальчики не сосут пальчики, а такое поведение допустимо лишь для самых маленьких, напоминайте ему об этом в те моменты, когда кроха утверждает, что он уже взрослый.

*Такие отвлекающие манёвры придётся делать не один день, поэтому приготовьтесь к длительному отвыканию от сосания пальцев и ни в коем случае не ругайте малыша. **Помните, что основной причиной появления любых вредных привычек является нехватка вашего внимания и ласки.** Так, что старайтесь как можно больше времени проводить со своим любимчиком и чаще показывайте ему словом и делом, насколько сильно вы его любите.*

