

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Что делать, если ребенок сосет одежду, палец, предметы?

Почему ребенок жует майку?

Жевание одежды является проявлением сосательного рефлекса – самого первого рефлекса ребенка и самого устойчивого. Ребенок начинает сосать пальчик еще в утробе матери, с потребностью сосать он появляется на свет. Для него оно всегда связано с состоянием удовлетворения, комфорта, покоя, благоприятной ситуации. Сосание успокаивает младенца, придает ему чувство уверенности и защищенности.

Жевание майки, как и сосание соски в ситуации, когда она уже отсутствует, также является защитной реакцией мозга малыша на какой-то раздражитель, будь то тревога, стресс, или невнимание, одиночество, обида, дискомфорт или усталость.

Со временем сосательный рефлекс должен уходить. Не исчезнувший вовремя сосательный рефлекс говорит о функциональной несформированности коры. Ее определенные функции к определенному моменту жизни ребенка остались неразвитыми, и проявлением этой незрелости является привычка сосать одежду.

Жевание майки является одним из видов стереотипий – невротических навязчивых состояний, когда однотипное повторяющееся движение является нехарактерным ответом на обыденную ситуацию. Любое проявление навязчивости должно вызывать у родителей как минимум настороженность. Так как оно может быть, как самостоятельным симптомом какого-то легко корректируемого неврологического расстройства, так и симптомом более тяжелых заболеваний, например, аутизма. И в этом случае речь уже идти не просто о невротическом расстройстве, а о невротическом состоянии, которое является вторичным проявлением основного заболевания. Связь ребенка, страдающего аутизмом, с внешним миром разрушена, и для него такая стереотипия (как и раскачивания, например) является элементом успокоения и нивелирования дискомфорта, который он испытывает со стороны внешнего мира.

Такой симптом не стоит оставлять без внимания. В любом случае стоит обратиться к неврологу. Большинство навязчивых состояний компенсируется, налаживаются корко-подкорковые отношения, функциональная зрелость коры головного мозга развивается. И самое главное – не упустить время. Проблема заключается в том, что несформированность коры может позже проявиться каким-либо неврологическим нарушением – задержками речевого и психоречевого, психомоторного развития, синдромом дефицита внимания с гиперактивностью или другими нарушениями. Своевременно выявленная проблема и подключенная коррекционная терапия помогут избежать в дальнейшем более тяжелых нарушений, когда механизм цепных реакций будет запущен.

От 2 до 5 лет

Когда малышу исполняется 2 или 3 годика, факторы, которые

заставляют его сосать пальчик, уже не связаны с рефлексивным поведением. Во главу угла встают психологические причины навязчивого поведения.

Среди основных причин образования вредной привычки или её возвращения специалисты выделяют следующие «катализаторы»:

- неблагополучная семейная обстановка;
- строгие методы воспитания;
- дефицит маминого внимания;
- проблемы с привыканием к детскому садику;
- психоэмоциональные перегрузки;
- страхи.

Прежде чем переходить к решению проблемы, нужно установить её истинную причину. Это можно сделать самостоятельно, проанализировав своё и детское поведение, или же обратиться к специалисту, который заодно подскажет, как отучить кроху сосать палец. Общие рекомендации таковы:

1. Уделяйте больше внимания ребёнку. Читайте книжки, общайтесь, занимайтесь подвижными играми, чаще играйте в небольшой мячик, чтобы занять детские пальчики. В общем, дарите ребёнку тепло и ощущение безопасности.

2. Снизьте эмоциональную или интеллектуальную нагрузку. Особенно это касается тех мамочек, которые увлечены идеей раннего обучения ребёнка. Ещё одно правило – откажитесь от нагрузки в вечернее время, вместо игр введите ритуал купания в ванне.

3. Ближе к пяти годам у малышей появляются различные страхи и фобии: боязнь темноты, чудовищ, сказочных персонажей. Впечатлительный ребёнок стремится пососать палец и успокоиться. Борьба с этой причиной лучше с помощью специалистов-психологов.

4. Откажитесь от наказаний, особенно телесных. Трёхлетние ребята уже в состоянии объяснить причину своего поведения. В свою очередь, им также можно рассказать о том, почему сосать пальчик некрасиво и негигиенично.

Если вы затратили много усилий, а положительного результата так и не достигли, следует обратиться к психологу или психотерапевту. Специалист поможет справиться трудноразрешимой проблемой.

От 5 лет и старше

Если ребенок сосет палец и после пятилетнего возраста, родителям следует насторожиться. В большинстве случаев такая привычка свидетельствует о серьёзных психологических неполадках, которые требуют вмешательства профессионалов.

Так, некоторые случаи сосания пальцев детей школьного и подросткового возраста являются проявлением невроза навязчивых состояний, возникающим по физиологическим и психологическим причинам (например, из-за сильного стресса).

Чтобы удостовериться, что вредная привычка является симптомом

этого нарушения, необходимо обратить внимание и на другие признаки. Так, посасывающий палец ребёнок может демонстрировать:

- наматывание волос на пальчик или выдёргивание локонов;
- кусание ногтей или, к примеру, карандашей;
- расчёсывание кожи или её пощипывание;
- навязчивый кашель.

Естественно, для постановки или исключения подобного диагноза нужно обращаться к неврологу либо психиатру. Специалист назначит необходимые лекарственные средства и психотерапевтические процедуры – игровую, когнитивную или художественную терапию.

Родители в такой ситуации должны выполнять следующие рекомендации специалистов:

- обеспечивать комфортную домашнюю обстановку;
- предупреждать эмоциональное и интеллектуальное перенапряжение, чтобы не усугубить протекание недуга;
- отказываться от заострения детского внимания на сосании пальчиков и прочих навязчивых действий;
- отслеживать каждое изменение в детском поведении.

Ругать малыша за подобные пристрастия, разумеется, не следует. Наказание только усилит проявление негативной симптоматики и удлинит период выздоровления.

В качестве вывода

Отучаться от этой вредной привычки нужно, однако если ничего не получается, то следует остановиться и перевести дыхание. Сосание пальчиков, конечно, тревожащий признак, который требует реагирования взрослых. Однако и считать его катастрофой нельзя.

Специалисты рекомендуют действовать последовательно и с максимальной осторожностью. Заставлять ребёнка нельзя, наказание также не поможет в деле борьбы с вредной привычкой.

Выбор предпочитаемого метода будет зависеть от нескольких факторов, среди которых возраст ребёнка, причины возникновения негативного пристрастия. Лучше отказаться от жёстких методов вроде мазания пальцев горчицей или связывания рук.

Таким образом, процесс отучения от привычки посасывать палец может занять немало времени. И всё же отчаиваться не стоит. Маме нужно набраться сил и терпения, и малыш обязательно совсем скоро откажется от идеи тянуть кулачок в рот.