**Если ребенок сосет палец**

Для детей младше 4-х лет это не является тревожным симптомом, на это просто не нужно обращать слишком много внимания. Для более старших детей это считается проблемой, так как значительно увеличивается риск зубных аномалий. Если ребенок, который сосет палец, страдает еще какими-то эмоциональными расстройствами, оставьте в покое палец и займитесь в первую очередь психологическими проблемами.

Сосание большого пальца после 1,5 лет может быть одним из способов, с помощью которого ребёнок хочет остаться маленьким.

Сосание большого пальца является самым простым способом успокоиться, когда ребёнку страшно, тревожно, дискомфортно.

 По возможности оберегайте ребенка от стрессовых состояний, вызывающих потребность в успокоении. Если ребенок испытывает стресс – уделяйте 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 нарисовать то, что его беспокоит. Все привычки, которые действуют на ребенка успокоительно, искоренить очень трудно. Важно иметь терпение и быть спокойным и последовательным. Когда ребенок начинает сосать палец – займите его чем-то другим, таким же успокоительным. Предложите взять в руки мягкую игрушку, полежать на пуфике, взять в руки книжку. Когда вы видите, что ребенку некоторое время удается не сосать палец – тихонько скажите: «Ты можешь по-настоящему гордиться собой за то, что можешь держать палец подальше ото рта». Так как привычки это чаще всего неосознанные действия, ребенок 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.