**Сосание пальца**

 Врачи считают, что в первые два- три года жизни сосание ребенком

пальца нормально и обычно безвредно и не должно быть предметом особой

тревоги. Однако в некоторых случаях длительное сосание пальца может повлиять на форму верхних зубов.

 Хотя многие дети в той или иной степени сосут палец, результаты научных исследований показывают, что это происходит реже, если:

1. дети находятся на грудном вскармливании (в случае достаточной продолжительности и интенсивности сосания);

2. младенцы находятся на искусственном вскармливании и отверстия у сосок не слишком большие;

3. ребенку дают достаточно времени при каждом кормлении у груди или с соской;

4. малышу дают возможность задавать свою скорость в процессе перехода к чашке.

 Иногда сосание пальца может указывать на голод.

 У детей постарше сосание пальца – это уже успокоительное средство. Многие малыши сосут палец, когда им скучно, когда они устали или хотят спать, а также когда голодны или плохо себя чувствуют. Некоторые делают это, если почему- либо чувствуют себя одинокими или напряженными. Когда ребенок в общем чувствует себя защищенным и желанным, эта запоздалая привычка постепенно проходит.

 Обычно, если пятилетний малыш все еще не бросил эту привычку, значит, что-то не ладно в его жизни. Он может быть несчастлив со своим воспитателем; не может найти себе друзей; или он хочет поступать, говорить, думать как его семилетний брат, и не может быть на равных с ним. Может быть, его отец и мать так заняты, что ему недостаточно общения с ними. В любом случае постоянное сосание пальца после пяти лет дает родителям основание внимательно приглядеться к жизни ребенка, чтобы понять, почему он нуждается в таком успокаивании (если малыш засыпает с пальцем во рту, это не обязательно значит, что с ним что-то не так).

 Однако ворчание, стремление пристыдить, подкуп или наказание ребенка не более эффективны, чем ограничивающие средства в более раннем возрасте. Они только усугубляют чувства малыша, нуждающегося в успокоении и поддержке. Родители должны попросить родных и друзей не говорить с ребенком на эту тему, а тем более не поддразнивать его.

 В то же время родители могут поощрить ребенка, который сам готов отказаться от привычки сосать палец. Они дают ему почувствовать, что понимают, как трудно бросить ее, и не ценят его усилия. Обычно даже заядлые «сосальщики» после шести лет избавляются от этого.