

Как помочь расстаться с соской.

Несколько правил как помочь ребенку расстаться с соской:

- Перестаньте обращать внимание на соску. Чем больше вы акцентируете на ней, тем сильнее становится зависимость у ребенка. Делаете вид, что вы не замечаете, что ребенок сосет пустышку.
- Не пытайтесь одновременно отучить ребенка от бутылки с соской (сначала надо попрощаться с бутылочкой).
- Не отнимайте у малыша соску в стрессовой ситуации (в садике, в больнице, в чужом месте). Но и не давайте подросшему ребенку соску только ради его успокоения (например, перед сном)- лучше всего успокоит общение с мамой.
- Что бы отучить кроху от пустышки, нужно отвлекать от него ее внимание. Не показываете соску в течение дня и старайтесь постоянно занимать чем - то маленькие пальчики (лучше всего подойдут пальчиковые игры).
- Если у вас девочка, купите ей соску украшение (есть такие, которые как кольцо надеваются на палец). При этом подарите ей для другой руки еще одно детское колечко с камушком и если вы сами носите кольца (если не носите, наденьте на время), демонстрируете свои руки и восхищайтесь кольцами. Дочь обязательно захочет подражать маме, а держать такую соску во рту и одновременно любоваться ею у нее не получится.
- Не берите с ребенка обещаний не просить соску. Его воля еще не достаточно развита. Разрушив данное обещание, он почувствует себя еще хуже, потому что к чувству тревоги добавиться чувство вины.
- Старайтесь сократить количество требований и запретов.
- Сделайте жизнь ребенка радостной! Следите за тем, чтобы малыш получал много разнообразных впечатлений, чаще играл, а вот интеллектуальные нагрузки в большинстве случаев лучше сократить на этот период.
- Не лишайте ребенка необходимого физического контакта с собой, ни в младенчестве, ни в старшем возрасте. Попробуйте взять за правило каждые 20-30 минут подходить к малышу: погладить, покачать или поносить его на руках, сказать что-нибудь ласковое.
- Помните, что внимание ребенка и время, проведенное с ним - это не одно и то же. Можно сидеть с крохой 24 часа в сутки, а он за это время не получит от вас ни минуты внимания. А можно провести вместе всего 20 минут в день и насытить малыша вниманием на неделю вперед. Поэтому как минимум раз в два дня устраиваете 5 минут пристального внимания. Берите ребенка на колени или просто садитесь рядом, чтобы ваши тела соприкасались, и перестаньте думать обо всем, кроме него. Не путайте ритуал с просмотром телевизора, чтением книги и т.п.- это совсем другое.