

www.detkityumen.ru

Когда и как отучать ребенка от пустышки?

Третий – шестой месяц жизни Первые признаки готовности бросить пустышку наблюдаются у ребенка именно в это время. Если ребенок засыпает без пустышки и не проявляет интереса к ней, пока не увидит, – пора «ловить момент». Не стоит выбрасывать пустышку в первый же день, когда ребенок начнет сосать ее меньше. Его потребность сосать не может сократиться так резко. Следуя пожеланиям ребенка, начинайте постепенно отучать его. Попробуйте рассказать ему на ночь сказку, спойте колыбельную, займите его внимание, пока он не уснет. Днем пытайтесь развлечь кроху интересными играми, прогулками, постарайтесь максимально его отвлечь.

От шести месяцев до двух лет Если Вам не удалось отучить малыша до года, не мучайтесь вопросами, вроде: «А не вредно ли это для ребенка? А не странно ли, что в восемь месяцев малыш часто просит пустышку, а в какие-то моменты и вовсе с ней не расстается?». А тут еще умудренная жизнью бабушка вскользь замечает, что «в ее время дети до года с соской не ходили», у подруги дочка с самого начала пустышку не признала, засыпает сама. Да и добрая соседка тетя Маша заявляет, что слышала где-то о том, что «это очень вредно для прикуса, и для чего-то там еще». И вот вы, наслушавшись советов и пожеланий, попутно «накрутив» себя по поводу «да что ж это я совсем о своем ребенке не забочусь» забираете у ничего не понимающего малыша любимую игрушку, к которой он с рождения привык и благодаря которой он лучше засыпает.

Возможно, ребенок это перенесет спокойно и просто привыкнет спать без пустышки. Но велика вероятность того, что период отучения будет достаточно долгим и психологически тяжелым как для ребенка, так и для родителей. Наберитесь терпения и поймите: для малыша это первое в жизни расставание с привычным укладом его маленького мира, сосание перед сном – своеобразный ритуал, после которого он привык хорошо засыпать. Не воспринимайте его нежелание отказаться от пустышки как каприз – ведь мы, взрослые, тоже не любим отказываться от своих привычек, хотя и понимаем, что некоторые из них вредны. Малыш ведь еще не осознает, что вредно, а что полезно, тем более что пустышку дала ему мама.

Если вы чувствуете, что ребенку нужна пустышка, не обращайтесь к соседям или родственникам. В любом случае это ваш ребенок, и только вам и ему лучше знать, что ему сейчас нужно. Хотите отучить от пустышки резко – подумайте, не вызовет ли у него это психологическую травму, ведь, если малыш привязан к своему первому другу и любимой игрушке, для него отвыкание в любом случае станет стрессом. Для ребенка резкость непонятна, он привык к вашей заботе и вниманию к каждому его шагу. Вот и отнеситесь к этому с чуткостью, прислушайтесь к нему и к его потребностям. Было бы неправильно забирать у малыша пустышку силой или делать вид, что вы ее потеряли, в тот момент, когда ребенку не по себе и он умоляет дать ее ему. Не надо сердиться на ребенка или дразнить его по этому поводу. Малышу нужно помочь «перерасти» эту привычку. Постарайтесь не упустить момент, когда ребенок готов сам отказаться от пустышки – это наилучший способ расставания. Для вас этот момент может быть не самым удачным. Ведь он с непривычки может начать хуже спать, его сложнее будет успокоить во время плача и т.д.

Чтобы ускорить процесс отвыкания от пустышки, психологи рекомендуют следующее:

- если ребенок сначала научился пить из чашки (семь-восемь месяцев), еду ему также следует подавать в чашке (пиале, тарелке), чтобы быстрее забылась бутылочка.
- ни в коем случае нельзя предлагать ребенку пустышку (если только он сам настойчиво не будет требовать ее).
- важно также, чтобы ребенок мог удовлетворить свою потребность манипулировать предметами, развивая пальчики. У него всегда должны быть под рукой игрушки, чтобы, занимаясь ими, он отвлекался от пустышки.

После двух лет Можно попробовать рассказать малышу сказку про кого-то маленького и беззащитного, который сейчас так же нуждается

в пустышке, как нуждался он, когда был совсем маленьким. А достать пустышку крохе из сказки ну совершенно негде, кроме как от вашего малыша. Способствовать ускорению процесса надо очень аккуратно. Например, однажды "потерять" пустышку дома и посмотреть, что будет. Если ребенок окажется против - немедленно "отыскать" пропажу. Если вы видите, что карапуз засыпает и без пустышки, но еще не отказывается ее взять: начинайте укладывать его без нее. Днем просто старайтесь, чтобы любимый предмет не попадался на глаза, если же он ее «обнаружит и потребует» - отдайте без споров.

Не заостряйте внимание на пустышке, но поймите, что каждый ваш «прокол» - это лишнее напоминание, а значит, шаг назад на пути к избавлению от привычки. Помните, что сейчас вы нужны малышу больше, чем обычно. Спланируйте так, чтобы проводить с крохой больше времени. Не забывайте - возможны моменты, когда старый друг необходим: например, если малыш будет хандрить из-за нового зуба или после прививки. Наверняка у малыша есть какое-то желание, которое вы можете исполнить. Предложите ему попросить желаемое у Доброго Волшебника, который взамен на пустышку выполнит заветную мечту. Возможно, ребенок так обрадуется, что сам забудет про пустышку. Попробуйте разрезать любимую пустышку ножницами, и посочувствовав малышу, объясните ребенку, что старые вещи портятся и ломаются, когда они уже не нужны, что он уже подрос, поэтому пустышка и порвалась. Если малыш еще не понимает, что можно купить новую, он, скорее всего, быстро потеряет к ней интерес.

Еще один способ: можно «повредить» любимую пустышку, отрезая от нее каждый день по маленькому кусочку, пока не останется одно колечко. На вопросы отвечайте, что наверно, какой-то маме-зверушке очень нужна была сосочка для малышей, вот она по чуть-чуть и утащила. Возможно, карапуз еще какое-то время будет носить колечко с собой или засыпать с ним. В этом нет ничего страшного, но привычка постепенно будет забыта. Можно рассказать малышу трогательную историю про Карлсона (птичку, пчелку), который прилетает по вечерам за пустышкой для младенца, живущего у него по соседству, который без нее не может спать. И выбрал Карлсон именно наш дом, потому что увидел, что ты уже большой, и можешь спать без пустышки.

В семье, где у ребенка есть маленький братик или сестричка, можно попросить отдать младшему свою пустышку, так как его потерялась, а он уже большой и, конечно же, справится без нее. Только не забудьте спрятать ту, «потерянную» пустышку!

Если ребенок без пустышки днем живет нормально, а нуждается в ней только, чтобы заснуть, можно попробовать дать ему в кроватку любимую игрушку. И сначала позволить ему спать и с тем и с другим. А потом, если игрушке будет уделено достаточное внимание, пустышку аккуратно забрать. Но сразу же вернуть, если малыш попросит. Можно также попросить его отдать пустышку любимой игрушке.

Но самое главное: если вы отучаете малыша уже в сознательном возрасте, необходимо с ним договариваться. Это должно быть его решение, возможно, предложенное вами. Кто-то из детей вообще не берет пустышку. Кто-то не может без нее совсем. Кто-то рано становится самостоятельным, а кто-то долго не может привыкнуть даже на короткое время разлучаться с мамой. У ребенка свой график и ваша задача состоит в том, чтобы помочь ему отказаться от этой привычки именно в тот момент, когда малыш к этому готов. Ребенок обязательно поймет, что пустышка ему уже не нужна. Ваша задача подтвердить правильность его мыслей. Форсировать отказ ребенка от пустышки не стоит. Ваш малыш однажды все равно бросит ее. Нужно только его к этому правильно подготовить.

Как нельзя отучать ребенка от пустышки

- Пользоваться «старыми проверенными» способами вроде намазывания пустышки горчицей. Представьте себя на месте ребенка: вы бы это легко не перенесли!
- «Размочаливать» пустышку. Опасность, что он подавится ее фрагментами, гораздо страшней, чем лишние месяцы сосания.
- Кричать на малыша.
- Пугать ребенка. Все проблемы, которые могут возникнуть от пустышки, гораздо менее страшны, чем психологическая травма, приводящая к неврозам.
- Дразнить малыша. Это либо его обидит и расстроит, либо он назло вам еще дольше не бросит пустышку.
- Обманывать ребенка. Если он в раннем детстве поймает вас на обмане, вы можете потерять его доверие.

по материалам группы [Мама](#)

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/biblio/category135/category139/3425/