



## «Что делать и чего не делать, если ребенок сосет предметы или грызет ногти»

### Сосание предметов

Что нужно делать?	Чего делать нельзя?
1. Наполнить жизнь ребенка, узнать, чем он любит заниматься, заинтересовать новыми увлечениями.	1. Наказывать и всячески стыдить за такую привязанность. Отбирать любимый предмет, который сосет ребенок.
2. Присмотреться, с кем играет ребенок, для того чтобы помочь ему обрести настоящего друга.	2. Говорить об этом нарушении, то есть фиксировать словами, подчеркивать и закреплять патологическую привычку постоянными напоминаниями.
3. Установить доверительный контакт с ребенком, позаботиться о своевременном успокоении ребенка и снятие беспокойства.	3. Излишне ограничивать действия и проявление ребенка, способствуя усилению его напряжения и беспокойства.

### Кусание или грызение ногтей (онихофагия)

Что нужно делать?	Чего делать нельзя?
1. Необходимо научить ребенка адекватным способам выражения агрессии. Позволяют ребенку свободно, адекватными способами выражать свою агрессию, гнев.	1. Интеллектуально перегружать ребенка в ущерб другим сторонам психического здоровья.
2. Не просто отказаться от упреков, угроз и наказания, а понимать, что происходит с ребенком, и переключать, отвлекать его внимание в момент грызения ногтей. Уменьшить чрезмерные требования к ребенку.	2. Говорить ребенку о грызении ногтей, тем самым фиксируя словами в сознании ребенка эту привычку.
3. Необходимо настроиться на длительный период затухания этой привычки, который приблизительно равен периоду ее протекания.	3. Запрещать ребенку грызть ногти, наказывать его за эту патологическую привычку.

