

# Как отучить ребёнка от соски



*В каждом человеке от природы заложен сосательный рефлекс. Для его удовлетворения новорожденному малышу хватает теплой маминой груди, полной такого вкусного и питательного молока. Кому-то эта радость не доступна и на ее место приходят различные бутылочки с детской смесью. Но по разным причинам родители решают «дополнить» эти радости в жизни своего чада с помощью соски-пустышки. И вот довольный карапуз, лежа в своей кроватке, мирно посасывает соску. Счастливы все: и малыш, и родители. Но ребенок подрастает и все чаще мама с папой начинают задумываться о необходимости отучить сына или дочь от пустышки.*

## *Как это сделать?*

Существует несколько способов отучения ребёнка от соски. Вам, дорогие родители, надо лишь выбрать подходящий для Вашего малыша приём и воспользоваться им.

## Метод первый: «Терпеливый»

Чаще всего родители выбирают более длительный (3 – 4 месяца) и менее безопасный для психики малыша вариант. Каждый день мама старается как можно реже давать ребенку пустышку. Для этого, при плаче, малыша стараются чем-нибудь отвлечь (например, яркой игрушкой) или взять на руки, успокоить любым другим способом без применения соски. Так постепенно день за днем пустышка становится для карапуза все менее и менее нужным предметом. Сначала в часы бодрствования, затем дневной, а потом уже и ночной сон ребенок проводит без привычной для себя соски. Но при этом методе родителям необходимо запастись терпением, настойчивостью и безграничной любовью.

## Метод второй: «Исчезновение»

При котором, пустышка резко исключается и навсегда исчезает из жизни малыша. Изобретательные родители придумывают для своих детей огромное количество способов «прощания» с соской:

- её «дарят» собачкам, кошкам и мышкам;
- хитрые волки «крадут» их прямо из-под носа у всей семьи;
- «теряют» на улице;
- «отдают» маленьким деткам;
- закапывают в землю;
- отрезают каждый день по маленькому кусочку до полного исчезновения.

Дети охотно верят в эти сказки. Родителям остается только напомнить, в случае возникновения капризов, о том, что малыш сам «добровольно» распрощался, подарил, отдал или потерял свою пустышку.

### Метод третий: «Засыпаем без пустышки»

Начните с самого главного – отучения от пустышки во время засыпания ребенка. Обычно, после расставания с этой привычкой, малыши прекращают сосать соску и в течение дня.

Приучить ребенка засыпать без пустышки – задача нелегкая, если он к ней сильно привязался. Постарайтесь за месяц до отказа *создать новые приятные ритуалы* для засыпания. Тогда прощание с соской пройдет с меньшим стрессом для крохи. Примером таких ритуалов может служить чтение вами книг на ночь, поглаживание спинки ребенка, напевание колыбельной. Не забудьте на всякий случай *придумать замену для пустышки*. Это может быть мягкая игрушка, которую выбрал малыш, а при стрессе – новые игры и ласковые объятия мамы. Для первого засыпания без пустышки можно *придумать историю о каком-нибудь бедном животном*, у которого нет соски и попросить малыша поделиться с ним своей соской на ночь.

### Метод четвёртый: «Когда время упущено»

Если ребенку уже полтора-два года, но он вовсе не собирается расстаться с пустышкой, не отчаивайтесь, ведь это поправимо. В первую очередь надо попытаться объяснить ему причины для расставания с его любимой соской. Расскажите малышу, что она может испортить ему зубки или вызвать проблемы с произношением слов. Не стоит ругать ребенка, сравнивать его с другими, тем более нельзя высмеивать его. Если же от уговоров толку нет, попробуйте перехитрить маленького упрямяца.

Сделать это можно двумя способами:

1. Суть первого в том, чтобы спрятать соску. Можно поехать к бабушке, а пустышку «забыть» дома. В новой обстановке вам намного легче будет отвлечь внимание малыша.
2. Второй метод заключается в отрезании большей части соски, чтобы у ребенка не было возможности сосать ее. А ему можно рассказать, что пришел медведь из густого леса, хотел соску пососать да и откусил нечаянно кусочек.

### *Полезные советы.*

- ✓ Как правило, оптимальным для отлучения от пустышки считается возраст 8-9 месяцев, так как во втором полугодии жизни у ребенка уменьшается потребность что-либо сосать. В этом возрасте карапуз уже начинает интересоваться миром, у вас появляется прекрасная возможность отвлечь его внимание на что-либо новое, например, на какую-нибудь увлекательную игру.
- ✓ Маме следует перестать применять пустышку в качестве успокаивающего средства.
- ✓ Не стоит кричать и злиться, если ребенок с плачем и капризами требует возвращения пустышки. Отнеситесь к этому с пониманием, малыш ведь потерял «товарища», к которому привык с первых дней своей жизни.

✓ Уделяйте крохе больше внимания, одаривайте нежностью и лаской, играйте с ним и обнимайте его, целуйте, говорите о том, как вы его сильно любите, больше гуляйте на свежем воздухе. Вам главное запомнить одно: если решение об отлучении от соски было принято, то ни при каких обстоятельствах не сворачивайте с пути!

✓ Ни в коем случае нельзя пользоваться старыми дедовскими методами, предполагающими смазывание пустышки горькими веществами (горчицей, перцем, водкой). Даже если вам и удастся отучить ребенка от соски, то цена этой разлуки может быть велика. Малыш испытает сильный стресс, так как неожиданно и совершенно непонятно почему вещь, приносящая ему спокойствие и удовлетворение, вдруг оказалась источником боли и страдания. Это может отрицательно сказаться на неокрепшей психике ребенка, нарушить ощущение безопасности.

Только терпение и любовь родителей позволят соске исчезнуть из жизни вашего малыша навсегда.  
*Остается пожелать вам успехов в этом непростом начинании!*

