*Консультация для родителей*

*Подготовил: педагог-психолог Дзёма Ирина Васильевна*

**Как отучать ребенка от пустышки?**

Как ни удивительно, но ребенок бывает готов расстаться с пустышкой на 6-8 месяце своей жизни. Но большинство родителей  пропускает этот период. Не упустите время, когда ребенок начнет выплевывать пустышку и засыпать без нее. Конечно, не стоит ее выбрасывать в тот же день, потому что потребность в ней у малыша еще велика. Отучать ребенка от пустышки надо постепенно, заменяя отсутствие пустышки на повышенное внимание мамы: например, петь ему колыбельные, рассказывать сказки и при этом нежно поглаживать малыша по ручке, дать ему зажать в кулачке ваш пальчик. Днем ребенка от пустышки можно отвлекать игрушками, прогулками по парку, играми с ровесниками. Старайтесь убирать ее подальше от малыша, чтобы не искушать.
Ребенок подрастает, сосательный рефлекс со временем становится меньше выраженным, ему на замену приходят другие сильные эмоции. Предложите своему ребенку новые полезные развлечения (пирамидки, мягкие кубики), а не спешите совать ему пустышку при первом хныканье.
Для отучения ребенка от пустышки медики и детские психологи рекомендуют выбирать спокойный и стабильный период жизни малыша – ведь ему впервые предстоит расставание с «предметом – другом».
После года процесс расставания с пустышкой будет проходить более болезненно, он может стать психологически тяжелым как для ребенка, так и для родителей. Не воспринимайте нежелание малыша отказаться от пустышки как каприз, ведь он еще не может оперировать такими понятиями как польза или вред. Сложно ему понять, почему вдруг так резко произошло смещение ценностей: еще вчера в тревожные моменты мама сама давала утешительницу-пустышку, а сегодня она вдруг резко перешла в категорию «бяки».
Ни в коем случае не отучайте ребенка от пустышки резко. Если ребенок сильно привязан к ней, то отвыкание станет для него стрессом, который обернется слезами, плохим настроением, тревожным прерывистым сном. Отнеситесь с пониманием к потребностям малыша.
Ни в коем случае не отнимайте у ребенка пустышку силой, не притворяйтесь, что не можете ее отыскать в тот момент, когда ему тревожно и он умоляет вернуть ему соску. Помогите ребенку «перерасти» эту привычку.
 **Чтобы ускорить период отучения ребенка от пустышки, есть следующие небольшие хитрости:**

* Если ребенок уже умеет самостоятельно пить из чашки, то и еду ему следует подавать в тарелке или пиале, чтобы быстрее забылась бутылочка.
* Мама не должна сама предлагать ребенку пустышку, давать ее следует только тогда, когда малыш настойчиво требует «сосу».
* Необходимо, чтобы кроха в любой момент мог удовлетворить свое желание играть с различными предметами, развивать пальчики. Для того, чтобы он отвлекался от пустышки, игрушки должны быть доступны ему в любой момент.
* Разрежьте любимую пустышку. Когда малыш начнет плакать, объясните ему, что вещи ломаются и становятся ненужными. Ребенок подрос и уже вполне может обойтись без нее. Упирайте на то, что он стал большим и самостоятельным, а пустышка нужна только совсем маленьким деткам, не умеющим ходить. Пока ребенок не понимает, что в магазине можно без проблем купить ему новую, то к «испортившейся» он быстро потеряет интерес.
* Если  у малыша днем нет потребности в пустышке, но ему тяжело без нее засыпать ночью, можно попробовать заменить соску любимой мягкой игрушкой или куколкой. Сначала разрешайте малышу засыпать в компании того и другого.
* Если вы отучаете ребенка от пустышки в относительно сознательном возрасте, то с ним просто необходимо договариваться.  Решение расстаться с любимой «сосой» он должен принять самостоятельно. Подтолкнуть его к этому можно, рассказав историю о том, как бельчонку или зайчишке страшно и одиноко в лесу без пустышки, а взять ее негде…разве что попросить у доброго мальчика Тошки, которому она уже не нужна… Наверняка ребенок пожалеет одинокую зверушку и разрешит подарить свою пустышку.
* Есть еще один современный способ **отучить ребенка от пустышк**и – купить в аптеке силиконовую пластинку «СТОПИ». Внешне она напоминает пустышку. По статистике, с ее помощью 80% деток отвыкают от пустышки всего за 7-10 дней.

Не забывайте о том, что каждый ребенок развивается по-своему, поэтому не стоит равняться на детей друзей и знакомых. Ваша задача состоит в том, чтобы  п**омочь ребенку  расстаться с пустышкой** в самый благоприятный для него момент.