

# Когда ребенок сосет одеяло

У некоторых детей возникает привычка сосать одеяло, крепко прижимать его к себе, прикладывая к лицу. Они делают это обычно, ложась спать, причем настолько привязываются к одеялу, что не хотят расставаться с ним, даже когда оно требует стирки или его нужно выбросить, так как совсем обветшало. Ребята просто не могут себе представить, как можно сменить одеяло, и, несмотря на протесты родителей, ложатся спать только когда их укроют столь любимым предметом.

И хотя такая привычка особенно раздражает родителей, она не ведет ни к каким серьезным последствиям для малыша и может сохраняться даже до **8 или 10 лет**, а потом проходит, не оставив никаких следов. Точно неизвестно, отчего она появляется, но можно дать некоторое общее объяснение.

Нередко бывает, что ребенок, когда его укладывают спать, боится остаться один или в темноте. Если на него часто кричат или строго наказывают, страх этот может возрасти. В таком случае именно для того, чтобы преодолеть свой испуг, ребенок привязывается к родным ему вещам, перенося на них чувства, какие обычно питают к друзьям. Ведь всегда приятно иметь друзей, быть рядом с ними, чувствовать, что тебя понимают, защищают. Точно такое же утешение доставляет ребенку и общество какого-нибудь тряпичного зверушки, что лежит возле него в кроватке. Одеяло или какой-нибудь другой незначительный предмет могут выполнять ту же роль. Начиная сосать одеяло или прижимая его к себе, малыш словно хочет увериться, что его друг тут, совсем рядом с ним. Он будто спрашивает его время от времени: «Ты здесь?», ведь в темноте он почти не виден. И все же есть одно отличие: сосание — это гораздо более привычный детям способ отогнать страх, нежели разговор. Посасывая одеяло, ребенок как бы дает нам понять, что испытывает какое-то неудобство, чувство тревоги или же его пугает сама ночь, а когда он делает что-то (то есть сосет) такое, что прежде доставляло ему столько удовольствия, ему становится легче. Привычка эта чисто детская и с возрастом пропадает.

Но ведь и мы иногда ведем себя как дети, хоть и стали взрослыми. Если будем почаще вспоминать об этом, то перестанем напрасно беспокоиться из-за поведения наших детей.

Прежде всего важно не делать из этого проблему. Ребенок сам избавится от привычки сосать одеяло.

**Но если вы все же хотите что-то предпринять, можно посоветовать следующее:**

1. Всячески поощряйте детей расти, взрослеть, вознаграждая каждый успех.
2. Проводите с ребенком больше времени, особенно перед тем, как начнете укладывать его спать: посидите рядом с ним и поговорите подольше, чем обычно.
3. Если ребенку нравится, оставляйте включенной небольшую лампу на всю ночь.
4. Дайте ребенку понять, что вы абсолютно уверены — рано или поздно он перестанет сосать одеяло, но не упрекайте его за это.
5. Не пытайтесь подкупать его чем-то, лишь бы он забыл про одеяло.

Сосание одеяла — привычка не очень распространенная, и в общем не вреднее других, какие дети сохраняют иногда довольно долго. Один малыш сосет большой палец, другой долго лепечет по-детски, третий сосет одеяло. Все эти привычки показывают, с каким нежеланием дети переходят к следующей стадии развития, даже если очень хотят поскорее вырасти.

Наша задача помочь им, а не ругать. В большинстве случаев ребенок отбрасывает все эти привычки, лишь только мы начинаем обращаться с ним как со взрослым.