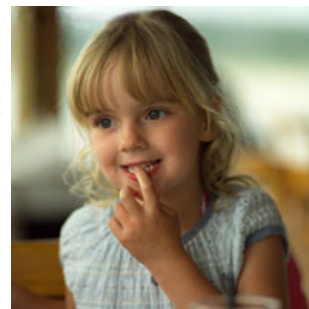


Кусание или грызение ногтей (онихофагия)

Обкусываться могут не только выступающие части ногтей, но частично и прилегающие участки кожи, что часто приводит к воспалительным явлениям. Обкусывание ногтей может сопровождаться их проглатыванием.



Грызение ногтей, как и сосание пальца, возвращает ребенка в период младенчества. Во время грызения ногтей ребенок дает выход своей агрессии, напряженности, психологического дискомфорта, раздражения и получает удовольствие. Если ребенок не выражает эти свои отрицательные чувства, они копятся у него и, не находя выхода, переполняют ребенка. В этом случае грызение ногтей ребенком воспринимается как спасение.

Грызение ногтей - легко возникающая привычка, которая носит непроизвольный, автоматизированный характер, избавиться от нее чрезвычайно трудно.

Что нужно делать?

- Необходимо научить ребенка адекватным способам выражения агрессии. Позволять ребенку свободно, адекватными способами выражать свою агрессию, гнев. Для этого дома необходимо иметь, например, специальную "подушку для битья", используя которую ребенок сможет при необходимости выражать свои негативные чувства.
- Нужно не просто отказаться от упреков, угроз и наказания, но и понимать то, что происходит с ребенком, переключать, отвлекать его в момент грызения ногтей.
- Необходимо уменьшить чрезмерные требования к ребенку со стороны воспитывающих взрослых.
- Нужно переключать пальцы малыша на более интересное и не менее приятное занятие всякий раз, когда замечаете у ребенка проявление этой привычки.
- Необходимо настроиться на длительный период затухания этой привычки, который обычно примерно равен периоду ее протекания.

Чего делать нельзя?

- Интеллектуально перегружать ребенка в ущерб другим сторонам психического развития.
- Говорить ребенку про грызение ногтей, тем самым фиксировать словами в сознании ребенка эту привычку.
- Всячески запрещать ребенку грызть ногти, наказывать ребенка за эту патологическую привычку.