

Компенсують відсутню ніжність.

Заспокоюються перед сном.

Заповнюють простір «нудьги».

Для єдиних дітей в сім'ї – можливість таким дивним способом відпочити від надлишкових контактів (в школі і садку).

Потреба: Безпека, опора на маму, зняти надмірну напругу, повернутися в близькість і ніжність. Повернути собі відчуття важливості при ревнощах до молодшого. Знизити власну критичність, контроль, вийти з-під тиску критичності, контролю, перфекціонізму – свого і батьків.

Що робити:

Знайти джерело невротизації – небезпеки.

Знизити можливу вимогливість і оцінність.

Більше тілесного контакту, масажів, тілесних ігор, особливо обіймашок і всього, що нагадує обійми – обійми – це проєкція «матки», гри в хованки, в халабуду і ін. Грати в немовлят.

Малювати мандали, будиночки, будувати щось, що створювало б відчуття кордонів. Гратися під ковдрою.

Давати пити з трубочки, з поїлки.

Разом готувати їжу.

Іноді працює парадоксальний метод – зробити смоктання пальців не тільки дозволеним, а обов'язковим. Я виписувала рецепт з печаткою – «в понеділок з 15.00 до 15: 15 смоктати з прицмокуванням великий палець правої руки. Вівторок – з 16.00 до 16: 15 – смоктати з прицмокуванням вказівний палець лівої руки і так далі. Для батьків це серйозне випробування, для дітей – парадоксальна психотерапія.

Гратися з водою і в воді.

Малювати пальчиковими фарбами.

Дивні питання для дорослого:

Що – кого хочеш повернути – всмоктати, увібрати?

За ким сумуєш?

Хочеться згорнутися в калачик?

Що для тебе ніжність?

КУСАННЯ НІГТІВ

%d0%b4%d0%b8%d1%82%d0%b8%d0%bd%d0%b0-%d0%b3%d1%80%d0%b8%d0%b7%d0%b5-%d0%bd%d1%8b%d0%b3%d1%82%d1%8b

Форма аутоагресії і ретрофлексії – дитина гризе нігті, замість того, щоб «вкусити», показати зуби.

Дитина з таким симптомом часто гіпервідповідальна і чутлива, боїться зробити боляче іншим, сказати «не те», образити, сором'язлива, самокритична. Вона часто бере відповідальність за почуття своїх батьків. Боїться їх засмутити, боїться зробити помилку, не виправдати очікувань. Може іноді говорити тихо і невиразно. Їй складно сказати Ні. Пригнічує природні агресивні імпульси. Часто не може сказати, чого хоче і не хоче. Не дозволяє собі помилятися. Їй складно розслабитися. Може скривлюватися спинка, як ніби на плечах лежить вантаж. Відчуває часто страх і почуття провини.

Кусанням нігтів проявляються невисловлені слова, самоїдство, контроль.

У нігтьовому ложі є точки – проєкції різних етапів нашого розвитку. Іноді дитина «стимулює», витягуючи або кусаючи, «точку зачаття, народження» ... У цієї ж дитини можуть бути часті ларингіти, ангіни, бронхіти.

Що робити:

Знизити тиск. Зняти з дитини відповідальність за свої почуття і вою нереалізованість.

Вчити і дозволяти говорити «ні».

Стимулювати робити самому вибір і заохочувати цей вибір.

Розповідати про свої помилки зі сміхом.

Самі дозволяйте собі дурити і радіти.

Грати в псевдо-агресивні ігри (де є «руйнування»). Тягнути ротом хустку, як собачки, гарчати, гавкати один на одного, гризти сухарі, яблука, штовхатися.

Співати, кричати, проявлятися в будь-якій творчості, плюватися в ціль з трубочки.

Ліпити з глини, пластиліну, грати з кінетичним піском, крупами, переливати рідини.

Масаж тіла і рук.

Грати в рольові ігри, ходити в театральні студії.

Дозволяти говорити «Мое!»

+ Все, що було написано під час смоктання пальців.

Дивні запитання дорослим:

Ти самоїд?

За що себе «їсиш»?

Кого хотів би вкусити?

Коли дозволяв собі «показувати зуби»?

Звичайно, у кожної людини свої симптоми і їх причини, і вираженість цих симптомів і причин. Звичайно, психологи все ускладнюють і без них он скільки поколінь виросло. І, звичайно, замість всього написаного, легше крикнути, вдарити або намазати пальці зеленкою.

Добрих дорослішань!