**РЕБЕНОК ГРЫЗЕТ РУЧКИ, КАРАНДАШИ…**

Ребенок грызет ручки, карандаши, обкусывает губы и грызет ногти. Почему это происходит? Рассмотрим ситуацию. Ребёнок обкусывает губы. Кто только не далает ему замечаний по этому поводу. Все непременно стараются победить эту вредную привычку Мама говорит «Не грызи – потрескаются! Не грызи- - заветрятся!». Все одергивают, или вообще по рукам бьют, гелем мажут, и что только не делают. А ребенок все-равно обкусывает губы в кровь.

А кто-то грызет ручки и буквально «поедает» карандаши. Или обсасывает воротник, рукава и уголки одежды. Очень часто таким образом дети и взрослые пытаются неосознанно снизить уровень тревожности. Такие привычки могут быть :

* Проявлением синкинизий (содоружественных движений, которые не поддаются контролю и возникают как помощь мозгу при неавтоматизированных действиях)
* Помогать сосредотачивать внимание, когда ребёнок нервничает или чем-то увлечен.
* Связаны с ненавязчивыми движениями, которые появляются по многим причинам.

Такие вредные привычки могут быть проявлением гиперактивности. Одни дети включаются как «ураган» - они носятся, прыгают, ничего не видят перед собой. А у других это уходит вот в такие погрызывания.

Обкусывание губ и кожи на пальцах тоже может говорить о повышенной тревожности.

Такие проблемы не решаются запретами и шантажом. Бесполезны горькие мази, одергивания и обещания купить игрушку «если не будешь грызть ногти».

Если есть признаки тревожности необходимо работать с нейропсихологами, психологами, налаживать режим и атмосферу в семье, включать нео – паузы (минуты максимального расслабления, объятий, добрых слов, элементов массажа, прикосновений, поглаживаний) и методики арт – терапии.