

## क्या आप अपने बच्चे का उंगलियाँ चूसना पसंद करते हैं?

### आयु 0-2 वर्ष

बाल-मनोवैज्ञानिकों द्वारा किये गए शोधों से पता चलता है कि बच्चों द्वारा अपनी उंगलियाँ चूसा जाना एक जन्मजात-मनोवैज्ञानिक आवश्यकता है। उंगलियाँ चूसने की क्रिया उन्हें सुरक्षा का आभास देती है।



### आयु 2-4 वर्ष



उंगलियाँ चूसने की आदत पर माता-पिता को अधिक चिंतित होने की आवश्यकता नहीं है। सामान्यतः, जब बच्चे स्कूल जाना शुरू करते हैं तो अपने सहपाठियों के प्रभाव में आकर यह आदत छोड़ देते हैं। इसके अलावा, स्थानीय-सर्वेक्षण बताते हैं कि 80% शिशु 2 वर्ष की आयु के बाद इस आदत को छोड़ देते हैं। अतः, अपने बच्चे को इस आदत के प्रति न तो बढ़ावा देने की ज़रूरत है और न ही रोकने की। बच्चे उपयुक्त समय आने पर स्वयं ही इस आदत को छोड़ देंगे। इसके अलावा, उनकी उंगलियाँ चूसने की आदत पर कभी त हँसिये वरना इस तरह आप उन पर अनावश्यक मनोवैज्ञानिक दबाव बना डालेंगे या उनकी उंगलियाँ चूसने की आदत को और बढ़ा देंगे।

### आयु 4 वर्ष या अधिक

यदि बच्चे 4 वर्ष की आयु के बाद भी उंगलियाँ चूसना जारी रखते हैं, तो यह उसके जबड़े की हड्डी के विकास और स्थायी दाँतों के संरेखण को प्रभावित कर सकता है। ऐसी स्थिति में, आप अपने बच्चे की उंगलियाँ चूसने की आदत छुड़वाने के लिए किसी दंतचिकित्सक से सलाह ले सकते हैं।

