

## Γιατί «τρώει» το παιδί τα νύχια του

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Φωτο:mothersblog.gr

Της Μυρσίνης Κωστοπούλου

Ο γιος μας είναι 7 ετών και από τότε που γεννήθηκε η νεογέννητη κόρη μας έχει ξεκινήσει και τρώει τα νύχια του, ειδικά όταν είμαστε όλοι μαζί στο σπίτι. Πώς να το αντιμετωπίσουμε;

Η ονυχοφαγία είναι μια στοματική έξη μέσα από την οποία το παιδί επιτυγχάνει την αποσυμφόρηση από το άγχος, τη διαχείριση της νευρικότητάς του, την εκτόνωση του ενθουσιασμού του, την αποφυγή της πλήξης του, τη μεταμπίηση της μοναξιάς του, την υποκατάσταση της έλλειψης άμεσης δραστηριότητας αλλά και την πρόκληση προσοχής από το οικογενειακό περιβάλλον.

Η ονυχοφαγία συχνά εκφράζει μια ανάγκη του παιδιού να αποκτήσει τον έλεγχο της ζωής του συχνά έπειτα από σημαντικά ορόσημα και αλλαγές μέσα από τα οποία νιώθει ότι βάλλεται (π.χ. απώλειες, καβγάδες γονιών, γέννηση κ.τ.λ..

Δεν είναι πάθηση, αλλά συμπεριφορά. Παρατηρήστε πότε εκδηλώνεται συχνότερα

και αποσπάστε του την προσοχή με τον διάλογο. Παροτρύνετέ τον να νιώσει μια αίσθηση ελέγχου, μιλώντας για τα συναισθήματά του.

Να τον ανταμείβετε όταν δεν τρώει τα νύχια του και να αποφύγετε πάσης φύσεως τιμωρίες.

**Η Μυρσίνη Κωστοπούλου είναι διδάκτωρ Κλινικής Ψυχολογίας-ψυχοθεραπεύτρια, email [myrsi@hol.gr](mailto:myrsi@hol.gr), twitter @myrsi1**

**Πηγή :** [TA NEA Weekend- ygeia.tanea.gr](http://TA NEA Weekend- ygeia.tanea.gr)