

## **«Неврозы у дошкольников»**

### **Полезные советы и рекомендации для родителей**

Очень часто начальная точка возникновения невроза находится в нашем детстве. Не редко сами родители существенно влияют на формирование устойчивого детского невроза. Малыш начинает сталкиваться с объективной реальностью: неудачным опытом особенностей воспитания самих родителей, негативными представлениями об окружающем мире и т.п.. Отметим и врождённый невротический склад характера каждого отдельного человека, с которым необходимо просто научиться жить, понимая себя, учиться адекватно проявлять свои реакции.

Также причиной невроза могут стать:

- потеря близкого родственника, развод родителей, заболевание, получение травмы, временная изоляция от привычного социума;
- проблемы биологического характера - особенности вынашивания ребенка, внутриутробная гипоксия, эмоциональная перегрузка в первые годы жизни.

У дошкольника эмоциональные нервные расстройства возникают и развиваются в конфликтной семье, в условиях неправильного воспитания. Кроме лечения ребенка, его психологической коррекции специалистом, самим родителям нужно провести определенную психологическую работу.

### **Как необходимо измениться родителям, чтобы избавить малыша от невроза:**

Чтобы ребенок излечился от невроза, родителям нужно:

1. Научиться проявлять вовремя адекватную эмоциональную отзывчивость. Находить в течение дня время, когда Вы принадлежите только Вашему ребёнку.
2. Больше доверяйте возможностям и способностям ребенка. Не является ли Ваша тревожность излишней?
3. Преодолейте свои недостатки характера и поведения отрицательного примера для детей.
4. Пересмотрите свои стереотипы воспитания, чрезмерную принципиальность, формализм и диктат в общении с ребенком.
5. Не конфликтуйте (особенно в присутствии Вашего ребёнка) с другим людьми, родителями других детей.
6. Обратите внимание на своё личное здоровье (нервные расстройства, чрезмерно повышенную чувствительность к стрессу, отсутствие психологической защиты).

Только с учетом всех этих изменений можно обеспечить надежный эффект освобождения вашего ребенка от невроза и недостатков его характера.

### **Эти качества нужны родителям, чтобы вылечить ребенка от невроза:**

1. Понимание серьезности создавшегося положения, способность адекватно воспринимать беды ребенка, любить его и ценить его здоровье.
2. Доброта и искреннее желание помочь ребенку.
3. Способность ради ребенка, его благополучия пересмотреть свои взрослые интересы, амбиции, уступить и даже пожертвовать чем либо..
4. Способность встать на сторону ребенка, посмотреть на себя его глазами.
5. Готовность к переменам ради себя и ребёнка.
6. Контроль своих чувств и поступков.
7. Терпение и последовательность.
8. Умение и желание членов семьи, обоих родителей поддерживать согласие в семье, воспитывать, понимать важность лечения и лечить ребенка.
9. Вера в положительный результат лечения.

### **Симптомы невроза у детей.**

#### **На что стоит обратить внимание:**

- Ребёнок проявляет часто сильное беспокойство без видимой причины, не может длительно переключиться на другие темы, застревает на неприятных мыслях и переживаниях, жалуется на боли, тяжесть, внутреннее напряжение.
- Наблюдаются трудно контролируемые истерики по любому поводу.
- Невроз навязчивых движений или состояний. ( ребёнок совершает постоянные действия в которых нет необходимости - похоже на ритуал).
- Беспокойный сон, бессонница, отсутствие аппетита.
- заторможенное состояние (« уход в себя»), постоянный пониженный фон настроения.
- проявления в речи - заикания, эхолалия, внезапный отказ от речевой коммуникации.

Исходя из полученных данных, следует подбирать варианты выхода из сложившейся проблемы.

Крайне важно найти причину детского невроза, чтобы комплексное лечение прошло наиболее успешно,

Детский невроз корректировать и лечить очень не просто. В случае со взрослыми, мы имеем дело с уже сложившейся личностью, а ребенок находится в стадии развития всех психических функций и проявлений.. Поэтому педагоги и врачи должны быть очень внимательны и осторожны в лечении невроза у детей, чтобы не проложить тропу для новых психологических проблем. В этом активную роль должны играть родители малыша, который страдает от невротических проявлений. Ни в коем случае нельзя ругать за проявление невроза или навязчивых состояний. Ребёнок ни в чем не виноват. Скорее виноваты взрослые, не сумевшие вовремя предотвратить, решить проблему или же подать пример благоприятных эмоциональных переживаний. Иначе, Вы только усугубите проблему и позволите ей перейти за ребёнком во взрослую жизнь!