

Неврозы. Приемы работы родителей с детьми.

В практике школьного психолога часто встречаются дети с повышенным уровнем тревожности, которая ведет к разного рода невротическим реакциям. Если родители и педагоги не обращают внимания на такие проявления, то у ребенка, со временем, развивается невроз.

Невроз – группа заболеваний, возникающих вследствие психической травмы и сопровождающихся нарушением общего самочувствия, неустойчивостью настроения и соматовегетативными проявлениями. К ним относят:

Невроз страха - ребенок «заражен» всевозможными страхами.

Неврастения - болезненное перенапряжение психофизических возможностей ребенка, когда он не в силах соответствовать завышенным требованиям окружающих и заранее считает себя неспособным справиться с любыми предстоящими трудностями.

Истерический невроз - ребенок устраивает истерики, при этом сам ничего не может с собой поделать, от этого страдает.

Невроз навязчивых состояний - обычно проявляется в более старшем школьном возрасте, когда ребенок подвластен различным навязчивым состояниям: навязчивые тики, мысли.

Невропатия - чаще встречается среди школьников, имеющих трудности в обучении.

Выделяют ряд невротических проявлений, которые вызывают тревогу родителей:

- ребенок грызет ногти;
- непроизвольные тики, подергивания у ребенка, плаксивость, неуверенность в себе;
- расстройство сна, ночные страхи, кошмарные сновидения, боится спать один;
- ночное недержание мочи (энурез);
- расстройства аппетита, отказ от еды;
- расстройства речи – страх перед речевой деятельностью в присутствии большого количества людей, может развиваться заикание, замкнутость;
- нервная ослабленность, быстрая утомляемость;
- вегетососудистая дистония, проявляющаяся в низких показателях артериального давления;
- соматическая ослабленность – частые ОРЗ, хронические тонзиллиты, бронхиты, снижение иммунитета;
- диатезы.

Эти проявления ведут к :

- 1) невозможности сосредоточиться;
- 2) частым ошибкам в работе;
- 3) ухудшению памяти;
- 4) появлению частого чувства усталости;
- 5) быстрой речи;
- 6) состоянию, когда мысли «улетучиваются»;
- 7) частым беспричинным болям;
- 8) повышенной возбудимости;
- 9) состоянию, когда «идти в школу не хочется».

Возможные приемы работы родителей с ребенком, имеющим невротические расстройства.

1. Проанализировать ситуацию самостоятельно или обратиться за помощью к школьному психологу и попытаться найти причину, которая могла привести к расстройству нервной системы у ребенка;
2. Быть спокойными, терпеливыми, ласковыми, выдержанными, не кричать на ребенка, даже если что-то не так.

3. Исключить из методов воспитания наказания, угрозы и свои нервные срывы.
4. Помните, что ребенка надо не лечить, а любить.
5. Проанализировать свое поведение и отношение к ребенку.
6. Создать дома теплую обстановку: проверьте, достаточно ли ребенок отдыхает, не слишком ли много у него обязанностей.
7. Посильные ли требования вы предъявляете к нему, не очень ли часто ребенок страдает из-за вас.