

## Уважаемые родители!

Замечали ли вы, что ваш ребенок подергивает глазом, повторяет одно и то же движение несколько раз, пожимает плечами время от времени?

Если да, то вероятнее всего, вы столкнулись с детскими неврозами.

От чего возникают такие состояния? Как могут проявляться?

И, главное, как с ними бороться?

Предлагаем вашему вниманию консультацию

## «Неврозы у детей: симптомы и лечение»

Неврозы у детей - состояние довольно распространенное, но, к счастью, обратимое. Главное, вовремя обратиться к грамотному специалисту и соблюдать все рекомендации врача. К сожалению, есть родители, которые очень легко относятся к неврозам. Мол, перерастет. Не перерастет! Невроз не может исчезнуть сам по себе, а вот усилиться - очень даже. Поэтому самый минимальный невроз требует помощи специалиста, а также внимательного и заботливого отношения со стороны родителей.

### Как возникают неврозы?

1. Основные причины кроются в психологических травмах, которые дети получают из-за хронических стрессов, в числе которых постоянные ссоры в семье или агрессивная обстановка в детском коллективе. Также острые стрессы и испуги довольно часто вызывают такие явления, как резкий звук в темноте, авария, падение.

2. Не последнюю роль играет наследственная предрасположенность, заболевания мамы во время беременности, и болезни, перенесенные самим ребенком.

3. Длительное недосыпание, чрезмерные умственные и физические нагрузки также могут служить причиной формирования детских неврозов. Именно поэтому очень важно наращивать нагрузки, как в детском саду, так и в секциях и школе постепенно. В противном случае нервная система ребенка может попросту не выдержать и дать сбой!

4. Чрезмерное давление родителей, излишняя строгость в семье и тотальный контроль или, напротив, полная свобода действий и, как результат, неуправляемое поведение ребенка, могут стать причиной детских неврозов и тиков у дошкольника.

## Какие бывают неврозы?

### 1. Невроз страха

Самым распространенным неврозом является детский страх, который чаще всего проявляется приступами паники и страха перед сном. Малыши не хотят идти в кроватку, отказываются спать без света, плачут и просят родителей быть с ними.

Есть также ребята, у которых такие панические атаки связаны с посещением школы или детского сада. Ни в коем случае нельзя ругать или наказывать ребенка, стыдить или приводить в пример других, «более смелых» малышей. Все это только усилит невроз, к тому же, ребенок почувствует, что от родителей помощи ждать не стоит, а это совсем плохо. Ведь родители для ребенка – это основа спокойствия и душевного комфорта.

### 2. Истерический невроз

Детские истерики, переходящие в невроз, возникают на фоне обиды за отказ в новой игрушке или очередной серии мультфильма, несправедливое, на его взгляд, наказание, нежелание выполнить то или иное требование малыша. Проявляется истерический невроз припадками, с ревом, криками, ударами об пол. Лицо таких деток краснеет, а в тяжелых случаях развивается даже кратковременная истерическая слепота. У такого припадка всегда должны быть зрители, детки никогда не устраивают сцен наедине с собой.

### 3. Невротическое заикание

Невротическое заикание является одной из форм невроза и встречается чаще у мальчиков, чем у девочек. Как правило, в основе нарушения речи у ребенка лежит сильный испуг, разлука с родителями или любая другая психологическая травма.

#### 4. Невротические расстройства сна

Невротические расстройства сна случаются довольно часто. Малыши, страдающие этим недугом, плохо засыпают, беспокойно спят, часто вскрикивают во сне и просыпаются. У некоторых ребятшек даже развивается хождение во сне, или лунатизм.

#### 5. Невротический энурез

Невротический энурез проявляется неосознанным недержанием мочи у детей, возникающем на фоне психологических расстройств. Чаще всего «мокрые неприятности» происходят ночью. Учащение эпизодов энуреза происходит всякий раз после физических наказаний и психических стрессов. Помимо недержания мочи, такие детки, как правило, отличаются излишней плаксивостью, раздражительностью, капризностью. У них могут наблюдаться тики и заикания.

### Как помочь ребенку при неврозе?

Для начала родителям следует пересмотреть свое отношение к ребенку и собственные взгляды на воспитательный процесс. Только в семье, где царит любовь и взаимопонимание, могут быть здоровые дети.

Непосредственным лечением неврозов занимается детский психотерапевт. Он разбирается в каждой конкретной ситуации, ставит диагноз, выявляет причины неврозов и устанавливает степень их тяжести. И уже основываясь на всех этих данных, назначает соответствующее лечение (терапия при помощи сказок или игры, гипноз, лечение травами и лекарственными средствами).

*Помните, что психологическое здоровье детей во многом зависит от родителей - их настроения, поведения, отношения к дочкам-сыночкам и жизни в целом! Создавайте теплую, душевную атмосферу дома, будьте заботливы и ласковы ко всем членам семьи и тогда неврозы обойдут вашу семью стороной!*