

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Детский сад комбинированного вида № 5»**

# **«Детские неврозы. Причины и профилактика»**

**Подготовила педагог- психолог  
МБДОУ МО г.Краснодар  
«Детский сад №5 Т.А. Новоселова**

г.Краснодар

Нет таких родителей, которые не любили бы своих детей: это чувство заложено в биологическую природу человека. И все же нередко многие мамы, и папы просто не замечают того, что у их детишек возникли первоначальные симптомы нервного расстройства – невроза. Бывает и так, что родители констатируют подобные признаки, но не придают им значения, считая болезненные симптомы безопасными возрастными явлениями, которые по мере взросления ребенка исчезнут сами по себе.

В современном мире мы все подвержены воздействиям внешней среды, а дети особенно. Детская психика очень чувствительна и ранима к таким воздействиям, что может привести к перенапряжению нервной системы, и стать причиной возникновения такого психического расстройства, как детский невроз. Что же представляет собой данное психическое заболевание и как можно предотвратить его появление?

**Неврозы** – это заболевания психогенного характера. Они возникают на фоне тех или иных «неполадок» в нервной системе. Что-то в жизни или эмоциональной сфере может быть у человека «не так», в результате нервная система дает сбой, который провоцирует возникновение невроза.

Главной причиной появления неврозов у ребенка любого возраста является [психическая травма](#), спровоцированная ситуацией или действиями, к которым малыш просто не готов в силу незрелости личности и еще не сформировавшегося характера. Ребенок – существо гибкое, пластичное, но и хрупкое одновременно. Нарушить нормальное течение его психической жизни может все, что угодно.

Основными провоцирующими факторами развития детских неврозов являются внутрисемейные конфликтные ситуации, резкое изменение привычного образа жизни (переезд в другое место, развод родителей, рождение брата или сестры), проблемы в детском коллективе, несоразмерная физическая нагрузка, травма, затяжная болезнь или сильный испуг. Благоприятным фактором для развития детского невроза является наличие патологий и осложнений во время беременности матери и во время родов. Гипоксия, внутриутробные инфекции, родовые травмы — все это может спровоцировать развитие невротического состояния у детей.

Невротические расстройства могут наблюдаться у детей и подростков любой возрастной категории, но форму четко очерченного заболевания они принимают обычно к 6–7 годам. В более раннем возрасте проявления неврозов у детей тоже встречаются, но, в основном, в виде отдельных симптомов. Зато в школьном возрасте они «расцветают» буйным цветом. Так как ребенок еще мал, он даже не осознает, что попал в беду. В этом случае на помощь должны прийти мы, взрослые люди.

Даже если невроз впервые проявился во взрослом возрасте, истоки заболевания, как правило, уходят корнями в детство. В большинстве случаев ответственность лежит на тех родителях, которые не воспринимают маленького человечка как личность и стараются «слепить» из него некий идеал, которым, в свое время, не смогли стать сами. Ребенок подсознательно понимает родительское недовольство и всеми силами старается доказать, что он достоин их любви. Но, не встречая

понимания со стороны взрослых, он зачастую замыкается в себе или, наоборот, сопротивляется, что и порождает множество конфликтов в семье.

Существует множество причин, вызывающих неврозы у детей, но родителям жизненно необходимо понять то, что в большинстве случаев виновными оказываются ошибки воспитания: прежде чем винить ребенка, нужно внимательно проанализировать свое поведение и при обнаружении проблем обратиться к специалисту.

Проявления невротических состояний у детей, выражаются по-разному.

Внимательные родители, у которых установлен хороший психологический контакт с малышом, способны заметить эти признаки на самом раннем этапе.

Особенностью неврозов у детей является то, что они не могут описать свое состояние и обратиться за помощью.

Картина невротических отклонений у детей достаточно разнообразна. Довольно часто у ребенка можно наблюдать невроз ярко выраженной тревоги или страха.

Приступы внешне ничем не мотивированного страха наиболее часто возникают у ребенка в вечернее время, особенно при отходе ко сну.

У детей школьного возраста может необоснованно снижаться самооценка, появляются слезливость, заторможенные, неестественные движения, меняется мимика, ухудшается аппетит и нередко возникает бессонница.

Дошкольники часто демонстрируют собственную беспомощность – падают на пол, кричат, плачут, причем все это может сопровождаться намеренными ударами теми или иными частями тела о твердую поверхность.

Другие симптомы невротических состояний, которые важно вовремя заметить – ребенок постоянно чем-то раздражен, не сдержан в проявлении эмоций, не в меру плаксив. Кроме того, у него нарушен сон, отчего он страдает, ворочаясь в постели с боку на бок. Такие проявления невротических состояний чаще встречаются у детей среднего школьного возраста, перегруженных дополнительными учебными занятиями, классными и домашними заданиями. Бывает и такое, что девочки этом возрасте буквально «сходят с ума» по своему здоровью, пугаются по пустякам, испытывают серьезные страхи перед заболеваниями, чрезмерно заботятся о своем самочувствии.

### **Основные виды детских неврозов:**

Невроз навязчивых движений – включает в себя фобии и обсессивные движения, к которым относится нервный тик (мигания, облизывание губ, подергивание головой и плечами).

Истерия - сопровождается рыданиями, криками и падением на пол.

Ипохондрия - проявляется в виде болезненного страха за свое здоровье, страдать ей могут подростки.

Неврастения- характеризуется тем, что больные не переносят даже малейшее психическое напряжение и имеют невротические расстройства сна.

Невроз страха - боязнь смерти, темноты, одиночества, пожара и др.

Депрессивный невроз - подавленное состояние и жажда одиночества, характерен больше для подростков.

Заикание (логоневроз) - определяется судорогами мышц речевого аппарата.

Энурез, энкопрез - проявляется в неосознанном пускании мочи, кала.

Невротические расстройства сна - лунатизм, ночные кошмары или просто тревожный сон.

Невротические расстройства аппетита (анорексия) - пониженное настроение во время еды, частые срыгивания (вплоть до рвоты).

Лечение детских неврозов не может обойтись без помощи опытного психолога и невролога. Подход должен быть исключительно комплексный: проведение обследования, медикаментозная терапия, а со стороны психолога — выявление причины, породившей этот недуг, и коррекция поведения с помощью различных игровых методов.

Главное в лечении — устранение ситуаций, являющихся пусковыми механизмами патологических отклонений в психике, поэтому необходимо уделить внимание изменению жизни ребенка: радость и смех должны прийти на смену страхам и агрессии. Следует не забывать о том, что для такого заболевания не существует универсального лекарства. Только с помощью любви, терпения и создания в семье благоприятной психологической обстановки возможно лечение неврозов у детей и полное преодоление невротического состояния.

Ранняя профилактика неврозов у детей имеет неоценимое значение. Уже в ходе первичного обследования неврологи достаточно легко диагностируют симптомы появления невротических расстройств у малыша. Ведь первые проявления невротических симптомов заметны в моменты любой поведенческой активности малышей: когда они начинают произносить слова, общаться с родителями, играть со сверстниками, ходить, бегать. Поэтому важно вовремя обратиться за помощью к квалифицированным специалистам.

Профилактика неврозов у детей сводится к тому, чтобы создать для них благоприятную, душевную семейную атмосферу и по возможности уменьшить негативное влияние внешней среды. Да, взрослые не в силах совершенно изолировать свое чадо от социума и всех его проявлений. Однако же им под силу компенсировать негативное воздействие внешней среды и нейтрализовать его, создав благоприятный эмоциональный фон дома, где ребенок всегда будет чувствовать себя в безопасности, под защитой «семейной крепости». Поддержка, хорошая семейная атмосфера помогут ребенку адекватно реагировать на различные события без ущерба для своего психологического здоровья.

Помните о том, что самое важное в жизни детей — это семейный микроклимат, ведь именно он ответственен за их способность преодолевать любые жизненные трудности и в более зрелом возрасте!