Ошибки в воспитании –

причина развития невроза у детей.

 методическая разработка

 педагога Сыч О.А.

 Основы воспитания ребёнка закладываются до 6 лет. Ошибки воспитания, допущенные в детстве, могут привести к тому, что явления нервности, возникшие у ребёнка в дошкольном возрасте, могут проявиться у него и в школе. Нервно- психические расстройства у детей чрезвычайно разнообразны. Одни из них встречаются чаще, другие реже. Могут выражаться в чрезвычайной активности, непоседливости, лёгкой ранимости, повышенной раздражительности, беспокойстве, впечатлительности, страхах.

Рассказывая о своём ребёнке, у которого имеются вышеуказанные проявления, родители нередко сваливают всё на его «нервность». Особенно подчёркивается «нервность « детей до того, когда родители начинают осознавать, что бессильны справиться с отрицательными чертами характера дочери или сына.

Важно, чтобы между родителями и детьми установились хорошие, полные уважения взаимоотношения. Требование – уважать ребёнка - кажется многим родителям непонятным.

*Уважать ребёнка, значит считаться с его личностью, знать его потребности и интересы.*

Многие матери считают самым важным в воспитании заставить ребёнка БЕСПРЕКОСЛОВНО выполнять любое приказание взрослого; взрослые знают, что ребёнку нужно, а чего нельзя, сам же он ничего не понимает. Взрослые мало считаются с интересами и потребностями ребёнка и вместо того, чтобы удовлетворять их, ограничиваются запрещениями. Также необходимо отличать капризы и упрямство от стремления удовлетворить свои естественные потребности. В результате непонятных для ребёнка запретов, он научить делать то, что ему нравиться украдкой. У ребёнка появиться неуважение к требованиям родителей.

 Желательно, чтобы ребёнок не только знал, что можно и что нельзя, но и понимал, почему так делать нельзя. Важно, чтобы требования старших перерастали в собственные убеждения ребёнка. Однако, даже если он совершит какой- либо поступок, а у вас в данной обстановке нет времени или возможности разъяснит требование старшего, проявляйте доброту, ласку, сочувствие к ребёнку, когда он спокойно просит, но не потакайте никаким настойчивым требованиям - плачу, злости, капризам. Не ограничивайте свободы ребёнка, но твёрдо и решительно обрывайте его нетерпимые поступки без всяких скидок на возраст или болезненное состояние.

 Радости, которые доставляют ребёнку старшие (игры, игрушки, лакомства), необходимы для полноценного нервно – психического развития детей. Но и радости не должны быть чрезмерными, иначе они становятся обыденными, равно как и притупляется страх перед угрозой наказания, если к нему прибегают слишком часто.

 Если слишком часто читать нотации, постоянно ставить в пример других детей, то слово перестаёт правильно влиять на поведение ребёнка, а иногда вызывает и обратную реакцию.

 Хорошие слова не подействуют на ребёнка, если они не будут подтверждены положительным примером в поведении старших. Ребёнок неосознанно подражает в своих поступках поведению взрослых, в первую очередь родителей. Нельзя обещать ребёнку что- либо или чем – либо пригрозить, если Вы не уверены, что обещание или угроза будут выполнены. Если ребёнок знает, что его никогда не обманывают, то будет безотказно слушаться.

 Чрезмерное баловство детей родителями неблагоприятно действует на детей, как в прочем и недостаток внимания и теплоты. У изнеженных, избалованных детей часто можно наблюдать истерические реакции.

 Тяжёлые переживания вызывает у многих появление в семье второго ребёнка. В тех случаях, когда родители не подготовили старшего к появлению нового члена семьи, при этом резко изменяют к нему отношение, всё внимание устремляют на младенца, старший начинает ревновать к малышу ,иногда даже проявляет агрессивность. При отсутствии должного такта и внимания к старшему ребёнку у него появляется болезненная невротическая реакция протеста.

 *Мнительность* также может привести к развитию нервности у детей. Это чаще всего встречается у единственного ребёнка в семье .Малейшие его недомогания, ушибы, царапины вызывают у родителей серьёзное беспокойство. Ребёнок становится мнительным, со временем теряет в себе уверенность.

 *Страхи*  - это тоже проявление детских неврозов. Они также могут возникать при неправильном воспитании. Если ребёнок плохо высыпается, то утром он становиться раздражительным, капризным. Поэтому так важно соблюдать режим, не позволять детям проводить много времени у телевизоров, компьютеров.

 Особенно тяжело отражается на состоянии детей конфликт между родителями Для ребёнка создаётся сложная ситуация: маленькому человеку сложно разобраться, кто же из родителей прав. В результате у ребёнка возникает перенапряжение нервной системы, которое в определённых условиях может привести к неврозу.

 *Никогда не следует делать своих детей судьями во взрослых конфликтах!*

 Нередко ведут к развитию невроза у детей различные взгляды родителей на воспитание. Например, отец чрезмерно строг, наказывает по пустякам, мать, наоборот, во всём потакает ребёнку. Мало этого, родители в присутствии детей спорят о методах воспитания, ссорятся.

И ещё хуже, когда один родитель настраивает ребёнка против другого.

**Невроз** – это обширная группа заболеваний психики. Общим для них всех является то, что при этом отсутствуют органические повреждения головного мозга. Для неврозов нет ни возрастных, ни половых границ. Прежде всего, неврозы проявляются так называемым астеническим синдромом, в который входят симптомы повышенной утомляемости, истощаемости нервно – психических процессов, часто возникают вегетативные расстройства (потливость, сердцебиение) и нарушение сна. В группе неврозов выделяют неврастению, невроз страха (многочисленные фобии), истерический невроз и невроз навязчивых состояний. Понятие «невроз» у большинства людей ассоциируется с чем-то, что относится к епархии психиатров. Невроз в представлении специалистов – это серьёзное психическое нарушение, болезнь, которую необходимо лечить.

Действительно, это распространённое убеждение не так уж далеко от истины, однако оно окрашено в несколько другие тона. Невроз – это некоторое нарушение нормального течения психической жизни, которое может быть вызвано массой причин. Самое интересное заключается в том, что психологи установили : невроз встречается практически у каждого человека, только у кого-то он принимает бурное течение, а у кого-то ,наоборот, до поры до времени не даёт о себе знать.

Откуда же берутся неврозы? Первый, кто заинтересовался проблемой неврозов, был Зигмунд Фрейд. Он обследовал множество пациентов со сходными симптомами и установил, что причиной заболевания пациентов являются негативные эмоции. Психика человека устроена таким образом, что большинство неприятных эмоций, негативных мыслей, мы подавляем, постепенно они уходят в бессознательное. Но каждая мысль, каждая эмоция обладают собственной энергией. В подавленном состоянии энергия всё же прорывается на сознательный уровень – это и есть невроз. Мысль или эмоция, которые были подавлены , на сознательном уровне меняют свой вид до неузнаваемости.

Например, стандартная схема развития невроза. Представим себе человека, который боится попросить шефа о прибавке к зарплате. Поскольку эти мысли доставляют ему неприятные ощущения, он просто старается их гнать от себя. Но повышения ему всё- же хочется, и тогда энергия его желания начинает проявляться в различных симптомах.

Например, у него может часто болеть голова. Это и есть невроз: эмоция превращается в патологический симптом, который доставляет человеку страдание.

 **Причины неврозов:**

1. **Конфликт.** Специалисты называют его «общим знаменателем психопатологии».

Неприятные переживания, конфликтные ситуации создают эмоциональное перенапряжение, угнетённость, тревогу, страх и другие признаки невроза.

Фрейд считал, что неприятные конфликтные переживания вытесняют из сферы сознания в подсознание. Эти эмоциональные занозы в части случаев забываются, но не исчезают из подсознания. Они то и отравляют жизнь болезнями. Другим обязательным звеном является особенность психики (высокая степень ранимости, впечатлительности).

**2.Эффект внушения.** Внушаемость – необходимое свойство человеческой психики. Многократное повторение внедряемой идеи, как известно, усиливает эффект внушения, на этом основывается познание и обучение. Степень и вид внушаемости у отдельных лиц чрезвычайно различны. Большое влияние при этом оказывают возраст, состояние здоровья, усталость, интеллект и др.

В связи с этим при высокой степени внушаемости даже одно услышанное слово может оказать эффект внушения, послужить причиной развития стойких невротических расстройств, здесь как бы происходит гипноз наяву.

**3.Невроз -** щит от трудных ситуаций. Специалистами была давно замечена одна особенность невротических (истерических) реакций, заключающаяся в том, что тот или иной истерический симптом является для больного желательным, приятным, дающим определённые выгоды – либо выход из тяжёлой ситуации, либо уход от несносной действительности.

 Отсюда возникло понятие «бегство в болезнь», «воля к болезни» как о храрктерной черте истерии. Академик И.П. Павлов писал, что истерический невроз, возникая в непереносимой для личности ситуации, имеет защитный характер и всегда несёт в себе компонент «условной приятности и желательности». Он заключается в том, что личность уходом в болезнь как бы защищается от трудной ситуации. Причём происходит это, конечно, бессознательно. Это не симуляция. Это «роковые физиологические отношения»

**4.Механизм условного рефлекса.** Человеческий организм на внешние стимулы (на слова, ситуации и пр.) может действовать автоматически, рефлекторно. При неврозе навязчивых состояний болезненный страх автоматически, рефлекторно развивается у некоторых больных в той или иной обстановке. Например, находясь в толпе людей, в общественном транспорте и пр. Почему так происходит? Здесь надо проанализировать самый первый случай страха. Специалисты считают, что « осознание» ассоциативной связи того или иного симптома с событиями прошлого, когда этот симптом появился впервые, само по себе как бы стирает «размагничивает» условный рефлекс, что ведёт к положительным результатам лечения.

Истерический невроз – даёт яркую и разнообразную картину. Могут наблюдаться эпизоды судорожных припадков – следует отличать их от эпилептических приступов –

это совершенно разные состояния, проблемы с передвижением (астазии и абазии),истерической глухоты, слепоты, эпизоды нарушения речи (мутизм) и другие расстройства нервной системы. При этом переживания человека откровенно демонстративны, человек даже может имитировать падения, но редко получает при этом травмы. Однако никогда нельзя недооценивать опасность подобных симптомов, так как человек может не осознавать, что например его слепота или расстройство ходьбы не являются истинным. Для истерических детей наиболее характерно возникновение энуреза, заикания, анорексии. К неврозу может присоединиться депрессия, причём нередко даже после того, как причина невроза найдена и устранена, у человека может ещё оставаться своего рода «мысленный образ» проблемы, что не даёт возможности полностью излечить невротическое состояние.

**Лечение неврозов:**

Лечение неврозов зависит от степени их тяжести. Лёгкие невротические состояния часто разрешаются сами собой – в жизни человека что-то меняется и всё возвращается «на круги своя».

Лучшим методом лечения невроза на стадии развития является  **удаление фактора, послужившего причиной болезни.** Если же это невозможно, на помощь приходит психоанализ. В случае «застарелого» невроза, когда изначальное психотравмирующее воздействие может быть даже не актуально, помогает опять же психоанализ, гипноз, медикаментозное лечение (транквилизаторы), различные виды физиотерапии.

Существует большое разнообразие методов психоанализа. Они были придуманы многочисленными психологическими школами, и должны применяться исходя из каждого индивидуального случая. Лечение одного и того же невроза сильно отличается в зависимости от социального ,культурного и интеллектуального уровня пациента.

 Успешное лечение невроза возможно только в том случае, если удаётся установить его причину – те мысли или эмоции, которые были подавлены. Однако часто достаточно просто сформулировать то, что вызвало невроз, произнести вслух свои мысли, чтобы симптомы невроза исчезли. Однако наше сознание отчаянно сопротивляется таким действиям, ведь эти мысли нам неприятны. Поэтому открыть истинную причину невроза поможет только специалист.

 При лечении невроза ставку делают не на медикаменты, а на психотерапевтические процедуры. Но для того, чтобы оптимально подобрать курс лечения, необходимо поставить верный диагноз и учесть массу нюансов. Лишь индивидуальный подбор метода психотерапии сделает лечение максимально эффективным.