



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 16 «ЛУЧИК»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

295044, Республика Крым, г. Симферополь, ул. Эмель, д 6.

Тел. +7(3652) 69-16-81 E-mail: sadik_luchik@crimeaedu.ru

ОКПО 28430340, ОГРН 1189102007698, ИНН/КПП 9102243584/910201001

**Консультация на тему:
Профилактика детских неврозов.
Зарядка позитивного мышления.**

Подготовила: педагог психолог Абхаирова Н.А

Профилактика детских неврозов.

Психоневролог А.И.Захаров приводит формулу: «Ребёнок, находящийся в состоянии стресса, перенапряжения, утомления, имеет пониженный иммунитет, как правило заболевает (соматические заболевания, вегетативные нарушения). Частые болезни служат отправной точкой развития невроза». Нам, педагогам ДОУ, необходимо знать и вовремя выявлять детей со склонностью к неврозам, с целью охраны и укрепления здоровья дошкольников.



Какие дети в большей степени подвержены

неврозам?

1. Дети с повышенной эмоциональной чувствительностью, которые всё очень близко принимают к сердцу; впечатлительные дети, склонные к беспокойству и волнению.
2. Импрессивные дети, склонные к внутренней переработке чувств и переживаний. О таких детях говорят: «Всё держит в себе».
3. Дети с внутренней неустойчивостью:
 - с нервной конституцией (влияние генетики: нервно-соматически ослабленные родители; полярные темпераменты родителей ребёнка; темперамент самого ребёнка);
 - дети с развитым чувством «Я». О таких детях можно сказать, что они не переносят повышенного, приказного и тем более раздражительного тона, оскорблений. В ответ на это, они плачут, обижаются или «уходят в себя».

Различают несколько форм неврозов:

- Истерический невроз у детей раннего и дошкольного возраста выражается чаще всего в виде так называемых припадков; при этом дети, если им в чём-то отказывают, падают на пол, изгибаются, стучат ножками, кричат. Как только ребенок получает желаемое, припадок прекращается. Припадок может сопровождаться рвотой нервного характера, недержанием мочи и т. д. Истерические неврозы чаще возникают при эгоцентрическом воспитании и проявляются в конфликтных ситуациях.
- Неврастения - имеет очень много разнообразных проявлений. Ребенок легко утомляется, он раздражителен, плаксив, капризен. Одно из наиболее ранних и специфичных проявлений неврастении - нарушение сна. У дошкольников нередко наблюдаются ночные страхи. К проявлениям неврастении относятся и энурез (ночное недержание мочи). Это частый

симптом неврастении. Как правило, здоровые дети к 3 годам полностью контролируют мочеиспускание. После 4 лет энурез у детей рассматривают как патологическое состояние, требующее специального лечения.

- Заикание у детей возникает также в результате функционального нарушения высшей нервной деятельности. Оно начинает выявляться обычно в возрасте 2,5—4 лет. Эта разница зависит от причин, его вызывающих. Острые психотравмирующие факторы, при которых эмоциональный стресс связан с инстинктом самосохранения (испуг, падение с высоты и др.), могут дать очень ранние проявления заикания. У детей возбудимых, рано начавших говорить, говорящих много и быстро заикание может возникнуть в результате еще не полностью сформированных речедвигательных механизмов. Иногда заикание возникает как следствие переутомления в результате избытка информации (систематический просмотр телевизионных передач, постоянное слушание чтения большого количества книг и др.). Заикание достаточно часто приводит к эмоционально-волевым нарушениям. У таких детей в более старшем возрасте отмечается мнительность, повышенная ранимость.
- Невроз навязчивых состояний. У детей раннего и дошкольного возраста наблюдается в основном 2 вида этой патологии— навязчивые страхи и навязчивые движения. Последние формируются обычно у детей 4—6 лет и старше, но некоторые элементы навязчивых движений могут проявиться и раньше — с 2 до 4 лет. В образовании страхов доминирует запугивание детей взрослыми. Внезапный испуг может привести к навязчивому страху. Так, ребенок, испуганный неожиданным громким свистом паровоза, начинает панически бояться поезда, испугать ребенка может внезапно выбежавшая собака и вызвать у него стойкий страх перед животными.

Как правило, истоки возникновения неврозов заложены в семье. В семье ребенок получает стресс от конфликтов между родителями, неправильного воспитания (гиперопека, гипоопека, повышенная требовательность, эгоцентрическое воспитание, неумные принципы, запреты), блокирования эмоционального контакта между ребенком и матерью (мать не даёт то тепло и ласку, которые необходимы эмоциональному, впечатлительному ребёнку).

Однако и негативное отношение к ребёнку в детском саду со стороны педагога служит сильным раздражителем для ослабленной нервной системы. Часто бывает так, что позиция педагога такова, что он считает правильным сообщить родителям о «баловстве», «упрямстве», «вредности» ребёнка. И родителям остаётся только «нажать», «исправить», «наказать», то есть ещё раз сделать то, от чего ребёнок страдает и ещё больше ослабить его нервную систему. Другая позиция педагога: обратить внимание родителей на болезненный характер поведения ребёнка; посоветовать, как поступить в том или ином случае, то есть творчески разрешить проблему, учитывая индивидуальность ребёнка. В первом случае педагог закрепляет или усиливает невроз, во втором — снижает его.

Очень тяжело приходится детям с высоким уровнем сензитивности при психологически неграмотном воздействии со стороны педагога, что может привести к снижению самооценки, к неумению самоутвердиться в детском

коллективе. Педагогу следует учитывать повышенную ранимость мальчиков, испытывающих проблемы во взаимоотношениях с отцами или уже частично или полностью лишённых общения с ними после развода родителей. Такие мальчики болезненно переживают, когда их начинают стыдить в присутствии сверстников, указывать, что они ведут себя не так, как нужно, отстают от других, не оправдывают надежд. В подобных ситуациях дети чувствуют себя ещё более непонятыми и изолированными, становятся робкими и нерешительными или начинают «вредничать» - делать всё наперекор, вызывая негативное отношение к себе. В этом случае, как правило, похвала за успехи способствует достижению положительного результата. Действенным оказывается и вовлечение ребёнка в коллективные дела с предоставлением ему ведущей роли.

В чём же должна заключаться помощь педагога детям с неврозами?

- развитие навыков общения;
- нахождение признания в детском коллективе;
- замечать их успехи, хвалить;
- поддерживать в трудную минуту, защищать от тех, кто дразнит и способен на агрессию.

Профилактика неврозов у детей заключается в формировании механизмов психической саморегуляции. Эмоциональных, с развитым чувством «Я» и художественно-одарённых детей следует окружать заботой и любовью, поддерживать и развивать их чувство «Я». Но без чрезмерной опеки, потакания прихотям и капризам. Разумная твёрдость должна сочетаться с эмоциональным принятием ребёнка, чтобы он не чувствовал себя одиноким, непонятым, нелюбимым.

Экспериментальные исследования школы И. П. Павлова показали возможность тренировки силы, подвижности и уравновешенности нервных процессов у животных. У человека в процессе воспитания, обучения и трудовой деятельности может происходить постепенная тренировка нервных процессов, в связи с чем устраняются причины, предрасполагающие к возникновению заболевания.

Большое значение для предупреждения неврозов имеет правильное воспитание ребенка — развитие у него таких качеств, как выдержка, настойчивость, трудолюбие, умение преодолевать трудности, преданность высоким общественным идеалам. «Тепличная обстановка при воспитании,— говорил И. П. Павлов,— может привести к тому, что человек с сильной высшей нервной системой на всю жизнь останется жалким трусом».

Ребенок, которому с детства было все дозволено, который рос избалованным, эгоистичным, не привыкшим считаться с интересами других, может в дальнейшем легче дать срыв в условиях, когда от него потребуются большая выдержка. При неправильном воспитании у ребенка могут возникнуть представления, которые могут сделать его особенно чувствительным к действию определенных, адресованных к ним, раздражителей и легко превратятся в «больные пункты». Так, например, у ребенка, которого все время захваливают, развивают у него тщеславие, представление о его якобы превосходстве над

другими, нервный срыв особенно легко может наступить под влиянием неудачи, постигшей его при осуществлении этих стремлений.

Вредным является также привитие ребенку представлений о его неполноценности, чрезмерная фиксация его внимания на имеющемся у него действительном или мнимом недостатке, а также подавление его инициативы, и требование от него чрезмерного послушания. Это может способствовать развитию таких черт, характера, как неуверенность в себе, мнительность, боязливость, нерешительность.

Важно предохранять ребенка от вредных внушающих воздействий. Поэтому недопустимо твердить ему: «Ты лентяй, ты лодырь, ты бездельник. Из тебя вырастет тунеядец. Ты ни на что не способен». Говорить надо: «Ты можешь стать трудолюбивым; ты можешь заниматься, можешь заставить себя работать, можешь вырасти полезным членом общества. Ты можешь всего достигнуть, если захочешь! Ты можешь быть послушным, так и будь им! Сегодня ты уже лучше занимаешься, чем вчера...» Нужно избегать говорить при детях о тяжелых болезнях, чтобы не породить страха перед ними. Внушать им, что здоровье — это естественное состояние человека и что они будут здоровы, если будут вести нормальный образ жизни; что не надо бояться ни жары, ни холода, ни дождя, ни ветра и уметь все переносить стойко, без жалоб, без слез.

Несомненно, вредно запугивать ребенка, порождать у него слишком сильное чувство страха, вины, стыда, раскаяния.

Таким образом, можно говорить о том, что роль педагогов в профилактике неврозов дошкольников очень значима и существенно влияет на процесс здоровьесберегающей деятельности в ДОУ.

Куркчи-Халилев Эннан, 6 лет
7 группа «Звездочка»
МБДОУ № 16 «Лучик»
Воспитатель: Решидова З.Д