



## Невроз и вредные привычки.

Вредные привычки – частое явление у маленьких детей. Различают *просто плохие привычки*, и действительно *вредные привычки*, основы которых *нервность*.

Если вовремя не распознать в них настоящую проблему, то очень быстро можно *довести* ребенка до **невроза**. Именно «довести», так как возникающая у малыша острая внутренняя проблема при ее полном непонимании воспитывающим взрослым (и, соответственно при неадекватном общении с ребенком родителя, *обычно «карающего», или ругающего за «некрасивое»* поведение) практически неизбежно приведет к какому-нибудь виду невроза.

Самое главное для нас, обычных родителей, не психиатров, ПОНЯТЬ ГЛАВНОЕ: неврозы отличает от других видов нервности их «устранимость» и обратимость. Это набор «психических травм, переживаний и напряжений, с которыми не может справиться ребенок и которые, подобно стрессу, приводят к болезненному расстройству» (А. И. Захаров).

**Решение проблемы - улучшение детско – родительских отношений, и семейных отношений.**

### Факторы невроза.



**Причины невроза** крайне разнообразны. А.И.Захаров, отечественный психолог и психиатр, говорил, что заикание, тики, энурезы, нередко сочетаются или дополняют друг друга.

Причинами их возникновения являются:

- 1) конституциональный фактор – предрасположение (нервность родителей и аналогичные нарушения по родственным линиям);
- 2) общая нервная ослабленность, а также слабость артикуляционного аппарата при заикании, психомоторной сферы при тиках, нарушение биоритма сна при энурезе;
- 3) неравномерность развития – временное ускорение одних психических функций (психические функции это: память, внимание, мышление, восприятие, речь, воображение, ощущения) и задержка других;
- 4) проблемы в эмоциональном развитии - от излишней интеллектуализации воспитания при тиках и заикании (то есть когда родители придают слишком большое значение образованию и учению) до недостатка тепла и ухода при энурезе;
- 5) психический стресс, обусловленный несоответствием требований и ожиданий родителей темпераменту детей, то есть несоответствие темпераментов ребенка и родителя и следующих из этого проблем в общении;
- б) отсутствие стабилизирующей функции отца в семье (недостаточное участие, отсутствие) или чрезмерная пунктуальность, педантизм и строгость с его стороны.

Как отмечают психологи, невроты выступают перед нами как эмоциональная проблема формирования СЕЕБЯ КАК ЧЕЛОВЕКА ИЛИ ПРОБЛЕМА «КАК БЫТЬ СОБОЙ СРЕДИ ДРУГИХ». Это, прежде всего поиск решения личных проблем: самоопределения, самоконтроля, самовыражения, утверждения, признания и понимания себя среди окружающих.

**Признаки невроза** - это различные соматические (телесные), эмоциональные и психомоторные расстройства, нарушение саморегуляции и психическая астения (высокая утомляемость).

**ВАЖНО!** Невроз - это не притворство со стороны ребенка, его нельзя преодолеть усилием воли.

**СОВЕТ.** Особое внимание родителям следует уделить, как бы это страшно не звучало, себе, своим супружеским взаимоотношениям, взаимоотношениям



с бабушками, дедушками и другими взрослыми, которые проживают вместе с ребенком. *А теперь признайтесь себе, как часто вы ссоритесь с мужем, женой, другими родственниками в присутствии ребенка? У всех бывают конфликты, но важно соблюсти главное правило: не столь важен сам конфликт, а то, как родители могут выйти из него. Конструктивный выход из конфликта покажет ребенку, что родители по-прежнему любят друг – друга, а главное любят его, ребенка. Положительный опыт покажет, что через компромисс, можно найти выход из любой конфликтной ситуации.*

**ПОДУМАЙТЕ!!!** *Есть ли у вас проблемы с психическим состоянием, какова ваша тревожность, адекватен ли ваш стиль воспитания? А может ваши требования к ребенку уже (или еще) не актуальны? Возможно, вы увлеклись гиперопекой или сверхконтролем над вашим чадом? Стали слишком авторитарны?*

**ПОПРОБУЙТЕ ИЗМЕНИТЬ СВОЕ ОТНОШЕНИЕ К РЕБЕНКУ** – *давайте ему больше внимания и любви, доброты и нежности, заботы, совместных игр и развлечений, участвуйте в его жизни каждую минуту. Оставьте на период болезни немытую посуду, уроки со старшими, или наоборот не забывайте о своих старших детях, если у вас грудной ребенок, он тоже имеет право на вашу заботу и любовь. Не приносите работу домой, бросьте все дела и просто будьте рядом с ребенком.*

*Помните, не вторгайтесь грубо в игру ребенка, у него может быть свой сюжет, но играйте с ним, благодаря игре ребенок научается коммуникации и проживает, то негативное, что у него накопилось.*

Через вредные привычки ребенок утешает и успокаивает себя самостоятельно, компенсирует и **замещает то, чего он лишен.**

### **Жизненно важные потребности ребенка**

1. Физиологические потребности

2. Потребности в привязанности: ты нужен мне прямо сейчас

3. Потребность в познании окружающего мира: мне необходимо открывать новое!

4. Потребность в чувственном восприятии мира: я не могу жить без ощущений!

5. Потребность в личной эффективности: я на что - то способен!

6. Потребность избегать неприятных ощущений: помогите мне справиться с бедой.



Дорогие друзья корректируем старые стереотипы воспитания, переданные нам нашими родителями, а им их родителями и тд., оставляя все самое лучшее, и доброе. Попробуем? Выходов решения проблемы так же много, как звезд во Вселенной.

