

Родительская гостиная на тему: «Детские неврозы»

27.02.2020

Здравствуйте, дорогие родители, рада вас приветствовать на нашей встрече. Если вы здесь, значит для вас это важно, необходимо, и поэтому я верю, что наша встреча пройдёт с пользой для каждого из нас. Главное, чтобы вы активно принимали во всём участие. (слайд №1)

1. Поздороваться...

Привет, меня зовут Катя, я рада вас видеть...

2. Упражнение «Выбор» раскладываются 5 листочков с девизом жизни, выберите привлекательный для себя, объединитесь, у вас есть 1 мин. времени, чтобы обсудить, почему именно этот девиз вы выбрали, чем он вас объединил. Переверните листочки, на них нарисованы фигуры, выберите для себя, которая больше нравится, и встаньте рядом с ней. У вас есть 1 мин. обсудить, почему выбрали именно эту фигуру, чем она вас объединила.

Чем-то мы с вами похожи, чем-то отличаемся. И мы могли долго продолжать дискуссию, почему именно ваш выбор был лучший. Возможно, я вас разочарую, но лучшего нет, так как каждый из выборов хорош по-своему.

- Что вы чувствовали, когда играли в эту игру?

- Как вы думаете, что даёт нам понять данное упражнение в рамках нашей темы? (важно понять и принятие каждого с его особенностями) как только мы начинаем ломать, возникает стрессовая ситуация, которая может привести к невротическим проявлениям, в итоге к неврозу.

3. Что такое невроз? Упражнение «Ситуации» (слайд №2)

Сейчас мы с вами объединимся в группе по принципу лето-зима-осень-весна.

Каждой группе я раздам по набору ситуаций. У вас будет 3 мин. времени прочитать их и решить, какие из них указывают на невроз.

1 ситуация (психологический инфантилизм)

Ребёнок ходит по группе или классу, не садится на занятие, за парту, играет, пытается отвлекать других.

2 ситуация (минимальные мозговые дисфункции – пренатально, отклонения)

Ребёнок ведёт себя импульсивно, часто бывает раздражительный, порою даже агрессивный.

3 ситуация (параксизмальность головного мозга)

Ребёнок плохо спит по ночам, беспокоен, часто ночью вздрагивает, просыпается, кричит, на утро ничего не помнит.

4 ситуация (акцентуация характера)

Агрессивен по отношению к сверстникам, неуправляем, конфронтация с педагогами и детьми.

5 ситуация (предневроз)

У ребенка было заболевание или получил травму, была госпитализация, делали много уколов, ребёнок плохо стал спать, есть, хочет постоянно быть на ручках, капризный, вредный.

6 ситуация (вегето-сосудистая дистония)

Ребёнок худенький потливый, плохой аппетит, с трудом засыпает, то плачет, то смеётся, ручки дрожат.

7 ситуация (предневроз)

Родители разводятся или кто-то умер из близких, но нужно идти в детский сад, он не хочет, орёт, бывает даже ло рвоты, ночью энурез. Дома оставляем на 3-4 дня всё хорошо, затем маме опять на работу опять истерика.

4. Детские неврозы — это **обратимые** расстройства психики ребенка, основной причиной возникновения которых являются психогенные (психотравмирующие) факторы.

При неврозах нарушается не структура нервных клеток головного мозга, а их функционирование, поэтому все виды неврозов относят к функциональным нарушениям.

Детские неврозы – это реакция личности на острую или продолжительную, а также внезапную психическую травму или ситуацию.

Психические потрясения могут быть разные реальные и воображаемые. Если мама оставила ребёнка одного смотреть телевизор, тот ребёнок например, может увидеть страшную аварию, он дорисовывает её в голове, так, что случится невроз. Поэтому мама должна быть рядом и всё объяснить. Или например, почему папа ушёл из семьи. Если родитель не объясняет, ребёнок додумывает. У ребёнка умерла любимая собачка, он переживает, плачет, в какой-то момент родителю это надоедает, и он говорит, что он слишком уже большой, хватит плакать. Невроз чаще всего не начинается внезапно, а развивается в течение продолжительного времени.

Опасность невроза кроется не в его тяжести или неизлечимости (невроз - излечим), а в отношении к этому заболеванию. Большинство родителей просто не обращают на первые признаки неврозов или нервных расстройств у своих детей, вторая часть - если и обращает внимание, то относится достаточно поверхностно (“само пройдет”), и лишь незначительная часть предпринимает реальные действия для исправления положения.

5. Причины неврозов (слайд №3)

Для развития невроза необходимо наличие двух моментов — **конфликта** (внутреннего или внешнего, сознание-подсознание, противоречивые установки мамы и папы) и **патологической реакции** личности на этот конфликт. Т.е., в результате острого или хронического стресса, лично значимого для ребёнка, его психика реагирует чрезмерно (по И.П. Павлову — «срывом высшей нервной деятельности вследствие перенапряжения возбудительного или тормозного процесса или нарушения подвижности этих процессов»).

Причинами невроза- психогении (эмоционально-заострённые переживания, ситуации, с которыми ребёнок не может справиться в силу возраста, незрелости, интенсивность ситуации)

6. Кроме того, существуют **провоцирующие факторы (слайд №4)**

- **Социальные** (проблемы в семье, неправильное воспитание ребенка (комплекс неполноценности – мама говорит, что она в моём возрасте и это умела, и так делала, а я нет думает Лена. Лена начинает бессознательно сопротивляться этому, что она такая неумеха, но это же моя мама говорит – идёт внутренний конфликт, который формирует комплекс неполноценности. Ведь наше отношение к себе складывается с помощью внешних установок, отношения других людей, под влиянием жизненных обстоятельств), недостаточное внимание родителей, неправильное половое воспитание, чрезмерная строгость взрослых или чрезмерная свобода, предоставленная ребенку и т.п.).

- **Психологические (слайд №5)** (особенности личности ребенка, тип его темперамента и особенности характера, а также психические травмы, перенесенные в детстве, болезнь родителей, потеря одного или обоих родителей, развод родителей или конфликты между ними и т.п.).
- **Биологические (слайд №6)** — (наследственность, тяжелое течение или осложнения во время беременности матери, тяжелые роды, перенесенные ребенком ранее соматические заболевания, хроническое недосыпание, слишком сильные умственные или физические нагрузки, частые болезни в раннем возрасте, особенно с осложнениями, и т.д.).

Виды неврозов:

1. Неврастения

2. Невроз страха

3. Невроз навязчивых состояний

4. Истерический невроз

Неврастения (Что воля, что не воля, всё равно...«нет сил, но хочу».)

Дети с комплексом «гадкого утенка». Страдает от мучительной неуверенности. "Болезненное перенапряжение психофизиологических возможностей ребенка. Он не в силах соответствовать завышенным требованиям окружающих и заранее считает себя не способным справиться с любыми предстоящими трудностями".

Чаще всего это происходит от неспособности родителей принять ребенка таким, каков он есть на самом деле. Ребенок, в свою очередь не может понять, почему родители так строги к нему, ведь он так старается делать то, что они требуют. Противоречия самих родителей приводят ребенка к нервному перенапряжению, неврастении. Говорить о здоровой психике ребенка не приходится - конфликт родителей с ребенком, воспринимается последним, как собственная неполноценность. На самом деле, приходится удивляться терпению детей в таких ситуациях. По словам Захарова, родители по его просьбе подсчитали сколько замечаний в день они сделали своему ребенку: около 300 противоречивых требований (не просьб, обращений, а требований и приказов). Другой причиной подобного невроза может быть переключение внимания родителей на другого ребенка, появившегося в семье, неспособность самих родителей равномерно распределять внимание между всеми детьми в семье. Часто, упреки в адрес старшего (в такой ситуации реже бывает наоборот) ребенка бывают несправедливы и мотивированы тем, что "он старший, на нем больше ответственности, он сам должен понимать". Как правило оборачивается такая ситуация нервными срывами, тиками, а в худших случаях неприкрытой агрессией к младшему брату или сестре. Так страдающий ребенок понимает причину снижения своего рейтинга у родителей.

- Малыш теряет интерес к игрушкам, сладостям, развлечениям, перестаёт радоваться окружающей обстановке, не хочет узнавать новое. Не может ответить на вопрос, что хочется. Нарушения сна, сон не глубокий, с кошмарными сновидениями. Головные боли, боли в сердце. Он уверен, что очень болен.
- капризы, плаксивость;

- «истерики», упрямство;
- частые и резкие смены настроений;
- повышенная раздражительность;
- вялость;
- быстрая утомляемость;
- низкая учебная успеваемость в школе.

Истерический невроз (конфликт высокого и низкого мнения о себе)

Гиперопёка или гипоопёка.

Истерический симптом всегда имеет адресата, чаще всего родителей, учителей, воспитателей. Он даже знает, как вызвать рвоту.

"Его внешние проявления, видимо, знакомы всем: ребенок чрезмерно капризен, то и дело устраивает истерики, падает на пол, бьется. Но подобный невроз надо отличать от патологии характера, которая бывает в более старшем возрасте". Можно добавить: надо отличать от педагогической запущенности, но причина - та же. Родители до определенного момента потакали возрастающим требованиям чада, но потом ввели ограничения, поступив непоследовательно - ведь ребенок не понимает смену логики родителей. "Главное отличие: ребенок не хочет быть таким; он устраивает сцены, хотя и страдает от этого. Но ничего с собой не может сделать, это происходит помимо его воли". Причины возникновения такого поведения: непоследовательность в воспитании родителей и ближайшего окружения - бабушек и дедушек. За примером далеко обращаться не надо, он взят из жизни. Приехала свекровь, которая видит своего внука раз в год, решила проявить "педагогическую чуткость. "Ребенку нельзя говорить нет" - сказала она мне. Ребенок требовал достать специально спрятанные от него сладости перед обедом. Малыш почувствовал, что здесь он не получит сопротивления, заставил бабушку поднять его на нужную высоту и сам достал искомое. Перед этим устроив небольшую истерику для острастки. Хуже было, когда бабушка уехала - невозможно было объяснить, почему ему запрещают то, что вчера разрешили.

Другой причиной истерического невроза называют обратную сторону такой ситуации: не повышенное внимание к ребенку, а наоборот, полное отсутствие такового. Дети, лишенные эмоционального внимания, по мере накопления дефицита внимания устраивают демонстрации. Но, как правило, натывается на стену непонимания - всегда тихий и незаметный ребенок превращается в неуправляемого буяна. "Ты нам такой не нравишься" - как бы говорят родители. Таких детей называют "невостребованными".

Невроз навязчивых состояний

Обычно проявляется в более старшем школьном возрасте. Состояния, при которых ребенок испытывает потребность совершать какие-либо действия, так как, по его мнению, это несет в себе защитные элементы. На самом деле, это и является механизмами защиты, как тики, однообразные движения, или респираторные явления (по мнению В.И.Гарбузова).

Корни этого невроза - те же, семейные отношения, вернее их нарушения. Повышенная требовательность родителей, требовательность - ради требований, принципиальность - вопреки здравому смыслу. Родители требуют беспрекословного подчинения от ребенка, воспитание напоминает муштру. У детей в таких семьях возникает мнительность, боязнь

нарушить требования родителей (о взрослых, выросших в таких условиях говорят: "Пуганная ворона куста боится").

Крайне эгоцентричны – фиксированы только на себе, своей безопасности, на своём благополучии, на своей проблеме. Крайне тревожны и мнительны относительно себя и своего здоровья

Постоянно происходят, какие-то ритуалы. Навязчивые движения могут быть разнообразны: почёсывание носа, шмыганье носом, похрюкивание, мытьё рук, считать 30 машин пока иду до школы, пока не встретится 30, в школу не пойду, трихотилломания (обезобразив себя, защищает своё чувство собственного достоинства: «Я плохой, я сам себя наказываю»), пересчитывание иголок, дотронуться до какого-то предмета определённое количество раз.

Если навязчивости появились после 8 лет, то чаще всего они проходят сами и бесследно, если появились в 3-6 лет, то есть риск их возврата в 8-11 лет.

У взрослых могут сохраняться такие навязчивые действия, причиной которых был не невроз, а более глубокое расстройство — нейроинфекция, например, но и они значительно смягчаются по сравнению с детскими.

Правда, чем раньше появляются навязчивые движения, тем длительнее их течение, но все они имеют тенденцию уменьшаться или исчезать к подростковому возрасту. Опасения врачей вызывают только навязчивости, появившиеся до 3 лет.

обгрызание ногтей, щелканье пальцами, однотипные гримасы, причмокивание, покашливание, шмыганье носом, моргание с явным усилием, скрежет зубами, повороты шеи, взмахи кистями рук, покручивание пуговицы на одежде, накручивание волос на палец и выдергивание волос, стереотипное повторение одного и того же слова — всего не перечислишь.

Бывает и так, что одновременно с этим в поведении ребенка появляются нелепые ритуалы.

Например, ребенок обходит все препятствия только с одной стороны, справа или слева; дует на ладони, прежде чем сесть за стол; закрывая двери, дергает дверную ручку определенное число раз; если нужно погасить свет в комнате, несколько раз нажимает на выключатель, и тому подобное.

Характерный признак подобных навязчивостей —

их повторение, порой почти ежеминутное и безумно раздражающее родителей.

Ребенок может причинить себе вред: сгрызть ногти до крови, прокусить губу, открутить все пуговицы на одежде, выдрать волосы на голове до видимой залысины и так далее.

Невроз страха

Могут быть шоковая и подострая психотравмы, вызывающие испуг.

Факторы эмоциональной депривации - длительная разлука с родителями, что-то долгое время не получается, тяжёлые заболевания близких, неправильное воспитание – не ходи туда, мир опасный.

"Мы знаем, что, когда возникают такие состояния, чаще всего речь идет о страхе смерти. Он проявляется в той или иной степени у всех детей в возрасте 5-6 лет. ... Как правило, дети сами справляются с подобными переживаниями; но только в том случае, если в семье существует жизнерадостная эмоциональная атмосфера... А если ребенок и прежде был беспокойным, то подобное беспокойство резко усиливает возрастной страх смерти, и вот вам набор невротических страхов, как у этой девочки (боязнь лифта, пожара, огня, болезни, машин и т.д.). Все эти страхи мотивированы, по существу, одним: боязнью, что может что-то случиться. В своем максимальном выражении это "что-то" означает смерть: от пожара, болезни и т.д. ...Источником подобных страхов была мать, тревожная по характеру, и всего этого боявшаяся в детстве".

А.И.Захаров видит причину передачи материнских страхов дочери в такой особенности психологического развития ребенка, как “феномен ролевой идентификации” - в возрасте 4-5 лет девочки хотят в играх изображать себя мамой, мальчики 5-8 лет - отца. Так и в данном случае девочка подсознательно, незаметно усвоила материнский способ поведения.

Ребёнок постоянно охвачен беспокойством, ни одной минуты не может быть один.

Ему всё время кажется, видится, мерещится какая-то опасность, апофез которой наступает во сне.

Дети не могут сразу ответить на внезапный вопрос, боится выходить из дома = невротическое развитие личности. Страх – это часть его, он не верит никому, он не стремится их преодолеть.

Заикание или невротический логоневроз

Заикание, также известное как невротический логоневроз, возникает на фоне психологической травмы. Причинами могут быть скандалы в семье, разлука с близкими, испуг, а также мысли опережают речь, появляется волнение, излишнее напряжение. Также причиной может быть переизбыток информации, необходимой, по мнению родителей, для более раннего интеллектуального развития ребенка и его речи.

Невротические расстройства сна

Данные виды расстройства могут возникать в виде долгого и трудного засыпания, беспокойного и тревожного сна с частыми просыпаниями, наличия кошмаров и ночных страхов, разговоров во сне и хождения по ночам. Эти расстройства связаны с особенностями сновидений и работой нервной системы. Дети утром могут не помнить, что ходили или говорили по ночам.

Нервная анорексия

Нарушение пищевого поведения в детском возрасте явление частое. Оно наблюдается не только у дошкольников, но и у подростков. Обычно причинами являются перекормы или насильные кормления, совпадение приёмов пищи со скандалами и ссорами в семье, сильным стрессом.

Невротический энурез. Может быть и единственным проявлением невроза.

Если ребёнок писается с рождения к неврологу – это болезнь.

Невротический энурез – это непроизвольное недержание мочи. Может быть следствием развода родителей, их конфликта, начала учёбы в школе, эмоционального отвержения ребёнка. Энурез может быть бессознательным проявлением протеста ребенка на отношения между членами семьи.

Невротический энкопрез (проявление истерического невроза)

Невротический энкопрез – это расстройство, связанное с непроизвольным и неконтрольным испражнением, которое характеризуется отсутствием патологии со стороны кишечника. Встречается намного реже, чем энурез. Оно проявляется в том, что ребенок с уже сформированными навыками самообслуживания непроизвольно в дневное время испражняется в белье. Ребёнок в этот момент не испытывает желание пойти в туалет, а после не сразу замечает, что произошло. Среди причин возникновения данного расстройства выделяют затяжные конфликты внутри семьи, крайне жёсткие требования к ребёнку, хроническая эмоциональная депривация, отсутствие тепла и ласки. Иногда мамы тотально контролируют чистоту трусов, следят за опорожнением. Ребёнок не чувствует это, если он делал это давно, может ходить с грязными трусами. Иногда они даже измазывают калом кровать матери, одеяло = закрепляют за собой территорию и право на маму.

Пока мама с ним носится, как с маленьким ничего не изменится. В основе лежат глубинные неосознаваемые механизмы, регрессия (хочу быть маленьким) Запоры – страх дефекации.

Домашняя психотерапия

Самое главное: не ругайте и не наказывайте ребенка за симптом!

Невротическим симптомом ребенок привлекает ваше внимание к своим трудностям.

Поэтому поговорите с ним откровенно: что его волнует на самом деле? Какие у него трудности, проблемы в общении с кем-то?

Ругать больного бессмысленно: повторное описание проблемы закрепляет проблему, а чтобы получить решение, надо описывать решение.

В общем, разговаривайте с ребенком о чем угодно, только не о его симптомах. Наказание за симптом лишено смысла. Если вы скажете ребенку: «Сегодня ты грыз ногти, поэтому будешь стоять в углу», то в углу ребенок, скорее всего, будет грызть ногти — больше там заняться нечем.

Есть, конечно, методики поведенческой терапии, которые делают симптом нежелательным и болезненным, но ребенок — не собака, одними условными рефлексами его не вылечишь.

Ваше главное лечебное средство — отвлечение внимания, постоянная занятость ребенка вместе с вами.

Причины детских неврозов - в несовершенстве семейных отношений. Но, таким образом, проблема становится похожа на замкнутый круг: родители несут из своего детства свои страхи проблемы, перекладывая их на плечи порастающих детей, те в свою очередь - на плечи своих детей. И так можно продолжать долго, пока кто-либо из этой цепочки не остановится и не задумается, как исправить это положение. Сознательное родительство, то есть полное осознание своей ответственности как родителя и воспитателя многим мамам и папам помогло решить проблемы своей семьи и растить своих детей относительно здоровыми. Дети, чувствуя в родителях, прежде всего любовь, находя опору и понимание более безболезненно проходят кризисные моменты своей жизни.

Очень важный момент, которому Захаров придает большое значение - период до рождения ребенка. Насколько ребенок будет желанным в семье, в каком состоянии находится сама семья на момент появления ребенка в семье.

Старинная притча говорит: когда к древнему мудрецу пришли молодые родители, ребенку которых было 10 дней, и спросили: "Когда нам начинать воспитывать своего ребенка?" На что мудрец им ответил: "Вы опоздали на 9 месяцев и 10 дней".

На самом деле, никто не требует совершенства от родителей, все имеют право на ошибки, но многих из них можно было бы избежать. Для начала решить собственные проблемы и проблемы взаимоотношений в семье. Ясное понимание такого решения в будущем гарантирует и психическое здоровье ребенка в семье, а так же гарантия, что большинство ваших проблем не перейдут бесполезным багажом в жизнь наших внуков.

Не менее важно понимание чувства меры - "Ничто не яд, ничто не лекарство - главное мера". Избыток неоправданного внимания, этакое "всевидящее око", родителей может породить в ребенке неуверенность в собственных силах, различные комплексы, так же может привести к возникновению невроза. Адекватное отношение к возрасту ребенка (кстати, большинство родителей не может спокойно принять темпы взросления собственных детей - здесь возможны полярные мнения, то им кажется, что ребенок еще слишком маленький, то предъявляются требования, не соответствующие возрасту ребенка) - сложность, которую не многие могут преодолеть спокойно. Понимание и уважение к личной жизни ребенка соблюдается далеко не всеми родителями, но это относится уже к разделу этики самих родителей.

Многие родители воспринимают собственного ребенка, как еще один шанс для воплощения собственных амбиций и нереализованных возможностей. Как и чем расплачиваются дети таких родителей, по-моему, не требуется рассказывать.

Действительно, перечислять причины детских неврозов можно долго. Главное понять, что причины нервных заболеваний детей кроются не в несовершенстве детской природы, а в ошибках воспитания. Конечно, нельзя забывать, что спровоцировать выход невроза "на поверхность" может какой угодно напряженный момент - облаяла собака, резко просигналила машина, несправедливость учителя, но надо помнить, что основа закладывается в раннем детстве.

В кабинете у одного человека висел плакат: "Кто хочет работать - работает, кто не хочет - ищет оправдания собственной бездеятельности". Перефразируя, можно сказать: "Кто хочет вырастить гармоничного ребенка - прикладывает усилия для достижения своей цели, кто хочет заниматься только собой - ищет оправдания собственной бездеятельности".

Говоря о детских неврозах, надо постоянно помнить, что это заболевание получают в виде наследства от своих собственных родителей. Неврозы у детей - заболевания не генетические, но обусловлены состоянием родителей на момент рождения малыша.

Пословицы о воспитании (Приложение)

Кто собою не управит, тот и другого на разум не наставит.

Дитяtko, что тесто: как замесил, так и выросло.

Кто не мог взять лаской, не возьмет и строгостью.

К чему ребенка приучишь, то от него и получишь.

И к худу и к добру приучаются смолоду.

Наказывать легче, воспитывать труднее.

Детушек воспитать — не курочек перещипать.

Итог. Рефлексия.