

НЕВРОЗЫ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.

Бехтерева Наталья Владимировна

педагог-психолог, Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение МАОУ «Школа-интернат № 53», РФ, г. Новоуральск

НЕВРОЗ, невроза, муж. (от греч. *neurōn* волокно, нерв). Расстройство, болезнь нервной системы без заметных анатомических изменений нервной ткани. (Толковый словарь Ушакова. Д.Н. Ушаков. 1935 1940).

Сегодня увеличивается количество развивающих игр и методик для детей, но у родителей все меньше времени для того, чтобы поиграть с ребенком. По статистике увеличивается и количество неполных семей, дети переживают на себе стресс родительского развода, проблемы трудоустройства родителей. Изначально неврозы – это эмоциональные расстройства, которые возникают на фоне нарушений отношений в семье. В первые годы жизни для ребенка особенно важны взаимоотношения с матерью, чуть позже не менее значимыми становятся отношения с отцом.

Актуальность проблемы охватывает не только одну семью, но и общество в целом. В нашем образовательном учреждении «Школа-интернат № 53» обучаются дети, находящиеся в сложной жизненной ситуации, из них 56,9% воспитанников из семей, где родители больны алкоголизмом, не работают, дети воспитываются в неполных семьях или под опекой.

Существенно выросла нагрузка на детей. Все это также может вызывать психоэмоциональные нагрузки, которые не всякий организм способен пережить без ущерба для себя.

С каждым годом возрастает количество детей, у которых определяются различного рода невротические нарушения.

Невроз у детей школьного возраста может возникнуть по нескольким причинам.

- **Физиологические причины** – тяжелая беременность матери, осложнение в родах, родовые травмы, болезни в детском возрасте, общее состояние здоровья (поражение нервной системы).
- **Психологические причины** – стресс, конфликты со сверстниками, напряженные отношения в семье, слишком строгое воспитание, чрезмерные нагрузки в школе.

Невроз у детей раннего возраста (до 2–3 лет) обычно связан с физиологическими причинами. Для этого возраста ведущим стрессовым фактором является состояние здоровья (нервной системы). Позже, когда формируется характер ребенка, основными становятся психологические причины. Неврозы у детей дошкольного возраста (3–6 лет) имеют уже 2 комплекса причин: физиологические и психологические (стрессы, чрезмерные нагрузки, неблагоприятное отношение в семье, проблемы в детском садике).

В зависимости от того, какие причины вызвали невроз, симптомы заболевания могут иметь физиологический или психологический характер.

К физиологическим симптомам можно отнести:

- нарушение сна (дневная сонливость, бессонница, ночные кошмары);

- нарушение аппетита (тошнота, рвотные позывы, булимия, анорексия);
- головная боль и головокружение, спазмы сосудов мозга;
- спазматические боли (в области сердца и желудка);
- слабость, повышенная утомляемость, мышечная вялость;
- судороги, тики, мышечные спазмы, нарушение двигательной функции.

Психологические симптомы невроза:

- частые перепады настроения (максимально проявляются у подростков);
- ранимость, обидчивость, уязвимость (чаще наблюдается у детей 3-6 лет, дети старшего возраста начинают скрывать эти признаки, возникает интроверсия);
- страхи, фобии;
- раздражительность и агрессивность;
- угнетенность, подавленность;
- истерические припадки с криками и рыданиями, падениями на пол или ударами об стену.

Неврозы у школьников образуются таким же образом (физиологические и психические).

В соответствии с определенным набором симптомов, неврозы у детей и подростков делятся на несколько видов:

- невроз истерический (истерики, падение на пол, крики, рыдание);
- невроз астенический (слабость, утомляемость, расстройства сна, неадекватно высокая чувствительность к любым внешним факторам (свет, звук, шум, изменение температуры), плаксивость. Вегетативные нарушения (сильная потливость, нарушения в работе пищеварения и мочеполовой системы, тахикардия).
- невроз навязчивых состояний. Это обсессивный невроз (для него характерны различные тики, судорожные спазмы) и фобический невроз (страхи темноты, одиночества, разлуки с близкими, смерти).
- депрессивный невроз (желание уединиться, депрессия, подавленное настроение). Проявление личностных особенностей ребенка (ригидность психических процессов, подавление эмоциональных переживаний в себе, низкая сопротивляемость переживаниям, сильно выраженное чувство ответственности). Чаще всего начальные проявления расстройства связаны с психотравмирующими факторами (проблемы в семье).
- ипохондрический невроз (страх заболеть какой-либо тяжелой болезнью). Развитию ипохондрии подвержены мнительные дети, тревожные, со слабой неустойчивой нервной системой, с высокой внушаемостью и самовнушаемостью. Психотравмирующая ситуация – смерть близкого человека из-за тяжелого заболевания.

Термин «школьный невроз» употребляется в основном в тех случаях, когда боязнь школы, тревога существуют на неосознанном уровне, проявляясь в виде соматических симптомов (рвота, головная боль, повышение температуры) перед посещением школы.

Неблагоприятный психологический климат влияет на возникновение у детей школьных неврозов. Как правило, школьные неврозы проявляются в беспричинной агрессивности, боязни ходить в школу, отказе посещать уроки, отвечать у доски, то есть отклоняющимся,

дезадаптивным поведением.

Признаки проявлений школьного невроза, следующие:

- не откликается на имя, фамилию, хотя хорошо слышит учителя;
- отвлекается, не выполняет требования с первого раза;
- забывает дома необходимые школьные вещи;
- неусидчивый, вскакивает с места, роняет предметы;
- пытается смешить одноклассников, привлекает всеобщее внимание;
- часто меняет позу, почесывается, потирает лоб, руки;
- боится отвечать у доски (наблюдается прерывистый вдох и выдох, затаивается, сдерживает дыхание), руки дрожат, движения скованные;
- дома прячет тетради, дневник от родителей;
- плачет до попытки выполнить домашнее задание;
- не хочет посещать школу.

Неврозы у детей и подростковые неврозы необходимо лечить комплексно, учитывая психологическую и физиологическую симптоматику.

Школьный психолог (проводит комплексную психодиагностику обучающегося, коррекцию дисгармоний в развитии личности ребенка, проводит консультативную работу с родителями или лицами их заменяющими, с ребенком).

Врач-невропатолог (лечит неврологические нарушения, проводит диагностику, назначает медикаментозную терапию).

Подключаются и другие специалисты узкого профиля (врач-эндокринолог, врач-психиатр).

Комплексное и своевременное лечение невроза у детей и подростков помогают полностью устранить симптомы заболевания. При этом основная роль отводится родителям.

Анализируя опыт врачей, психологов, педагогов, можно дать следующие рекомендации родителям по работе с неврозами у детей и подростков.

1. Создать ребенку четкий режим дня. Это помогает стабилизировать работу его неуравновешенной нервной системы.
2. Внимательно следить за нагрузкой в жизни ребенка. При первых признаках неврологического неблагополучия необходима консультация врача-невропатолога.
3. Обязательно необходима посильная физическая нагрузка, она снижает психическое напряжение (спортивные секции, «Спорт-час»).
4. При психологических проблемах в семье – необходима консультация школьного психолога.
5. По возможности, обеспечить ребенку посещение детского психолога для коррекции эмоционального нарушения (арт-терапия, игротерапия, сказкотерапия).

Профилактика неврозов у детей и подростков в образовательном учреждении следующая.

- Знание семейной обстановки и предрасположенность ребенка к невротическим реакциям.

- Благожелательная атмосфера на уроке (смягчение эмоционального дискомфорта. Педагог должен постоянно подкреплять успех ребенка, стимулировать его к выполнению деятельности подсказками, одобрениями, похвалой, постоянной констатацией успеха).
- Повышение активности и самостоятельности обучающихся.
- Коррекция самооценки, уровня сознания, формирование эмоциональной устойчивости и саморегуляции.
- Выбор правильного стиля общения.
- Вовлечение в активные творческие формы деятельности (содержательная оценка ее результатов, всяческое подчеркивание достижений и ряд других средств должны способствовать повышению успеваемости детей с неврозами).
- Повышение самоконтроля педагога.
- Двигательная разгрузка детей, уроки физической культуры.

Список литературы:

1. Буянов М. И. Психотерапия неврозов у детей и подростков (суггестивные и тренировочные методики) – М., 2003.
2. Захаров А. И. «Неврозы у детей и психотерапия», СПб., «Издательство СОЮЗ», 2000.
3. Карвасарский Б.Д. «Неврозы». Руководство для врачей – М., 1979.
4. «Рабочая книга школьного психолога» под ред. И. В. Дубровиной – М., «Просвещение», 1991.