**Неврозы. Приемы работы  родителей с  детьми.**

      В практике школьного психолога часто встречаются  дети  с  повышенным уровнем тревожности, которая ведет к разного рода невротическим реакциям. Если родители и педагоги не обращают внимания  на такие проявления, то у ребенка, со временем, развивается невроз.

**Невроз** – группа заболеваний, возникающих вследствие психической травмы и сопровождающихся нарушением общего самочувствия, неустойчивостью настроения и соматовегетативными проявлениями.  К ним относят:

***Невроз страха*** -  ребенок «заражен» всевозможными страхами.

***Неврастения*** -  болезненное перенапряжение психофизических возможностей ребенка,  когда он не в силах соответствовать завышенным требованиям окружающих и  заранее считает себя неспособным справляться с любыми предстоящими трудностями.

***Истерический невроз*** -  ребенок устраивает истерики, при этом  сам ничего не может с собой поделать, от этого страдает.

***Невроз навязчивых состояний -***  обычно проявляется в более старшем школьном возрасте, когда ребенок  подвластен различным навязчивым состояниям: навязчивые тики, мысли.

***Невропатия*** -  чаще встречается среди школьников, имеющих трудности в обучении.

**Выделяют ряд невротических проявлений, которые вызывают тревогу родителей:**

- ребенок грызет ногти;

- непроизвольные тики, подергивания у ребенка, плаксивость, неуверенность в  себе;

- расстройство сна, ночные страхи, кошмарные сновидения, боится спать один;

- ночное недержание мочи (энурез);

- расстройства аппетита, отказ от еды;

- расстройства речи – страх  перед речевой деятельностью в присутствии большого количества людей, может развиться заикание, замкнутость;

- нервная ослабленность,  быстрая утомляемость;

- вегетососудистая дистония, проявляющаяся в низких показателях артериального давления;

- соматическая ослабленность – частые ОРЗ, хронические тонзиллиты, бронхиты, снижение иммунитета;

- диатезы.

**Эти проявления ведут  к :**

1)      невозможности сосредоточиться;

2)      частым ошибкам в работе;

3)      ухудшению памяти;

4)       появлению частого чувства усталости;

5)      быстрой речи;

6)      состоянию, когда мысли «улетучиваются»;

7)       частым беспричинным болям;

8)      повышенной возбудимости;

9)      состоянию, когда «идти в школу не хочется».

**Возможные приемы работы родителей с ребенком, имеющим невротические расстройства.**

1.      Проанализировать ситуацию  самостоятельно  или обратиться за помощью к школьному психологу и попытаться найти причину, которая могла привести к расстройству нервной системы у ребенка;

2.      Быть спокойными, терпеливыми, ласковыми, выдержанными, не кричать на ребенка, даже если что-то не так.

3.      Исключить из методов воспитания наказания, угрозы и свои нервные срывы.

4.      Помните, что ребенка надо не лечить, а любить.

5.      Проанализировать свое поведение и отношение к ребенку.

6.      Создать дома теплую обстановку: проверьте, достаточно ли ребенок отдыхает, не слишком ли много у него обязанностей.

7.     Посильные ли требования вы предъявляете к нему, не очень ли часто ребенок страдает из-за вас.