

У РЕБЕНКА НЕВРОЗ



Что нужно преодолеть родителям, чтобы помочь ребенку избавиться от невроза

Эмоциональные нервные расстройства формируются, развиваются в семье в условиях неправильного воспитания и конфликтов, а внешние стрессы выступают в качестве «последней капли» или толчка. Помимо лечения ребенка, его психологической коррекции и самим родителям нужно провести определенную психологическую работу.

Итак, чтобы ребенок излечился от невроза, вам нужно преодолеть:

1. Недостаточную (несвоевременную) эмоциональную отзывчивость и отвлекаемость.
2. Чрезмерную фиксацию на себе и своих интересах, равно как и недоверие к возможностям ребенка.
3. Неспособность пойти на жертвы во имя ребенка, в том числе и экономического характера.

4. Собственные недостатки характера и поведения, являющиеся отрицательным примером для детей.

5. Ригидные, изжившие себя стереотипы воспитания, в том числе чрезмерную принципиальность, формализм и диктат в общении с ребенком.

6. Непримиримые, неприязненные, конфликтные отношения с другим родителем.

7. Нервные расстройства, если они имеют место, а также неадекватно повышенную чувствительность к стрессу и отсутствие психологической защиты.

Только с учетом всех этих изменений можно обеспечить надежный эффект освобождения вашего ребенка от невроза и недостатков характера.

Какие качества нужны родителям, чтобы вылечить ребенка от невроза

1. Понимание серьезности создавшегося положения, способность адекватно воспринимать беды вашего ребенка, любить его и ценить его здоровье.

2. Доброта и искреннее желание помочь ребенку.

3. Способность во имя ребенка идти на уступки и жертвы.

4. Способность встать на сторону ребенка, посмотреть на себя его глазами.

5. Готовность к переменам.

6. Контроль за своими чувствами и поступками.

7. Терпение и последовательность.

8. Согласие в семье и участие обоих родителей в воспитании и лечении ребенка.

9. Вера в положительный результат лечения.

УРЕБЕНКА ЭНУРЕЗ

(ночное недержание мочи)

Прежде всего, ребенку необходим врачебный контроль.

- Никогда не ругайте ребенка за ночное недержание мочи! Не высказывайте ему своего раздражения – это только усилит заболевание.
- Необходимо создать вокруг ребенка спокойную атмосферу. Для того чтобы ночной сон не был слишком глубоким, следите за тем, чтобы ребенок не испытывал эмоциональных перегрузок в течении дня.
- Прекрасное средство, способное понизить дневную возбудимость, – длительные прогулки перед сном, прослушивание успокаивающей музыки (классическая музыка, звуки природы и т. д.).
- Не следует вести разговоры о заболевании ребенка при взрослых, особенно при посторонних людях и уж тем более – при сверстниках. Это только повысит сосредоточенность ребенка на своем заболевании, усугубит чувство собственной неполноценности.
- Пусть болезнь ребенка станет его и вашей тайной. Это придаст ему чувство уверенности и защищенности.
- Для того чтобы достигнуть положительных результатов в лечении, очень важно, чтобы стремление было обоюдным. Иначе говоря, ребенок должен понимать всю важность и ответственность занятий, стремиться к излечению и верить в успех. Если он будет относиться к тренировкам как к простой формальности, едва ли излечение станет возможным.
- Для того, чтобы повысить уверенность ребенка в своих силах, чаще хвалите его, не бойтесь доверять ему ответственные дела, не заостряйте внимание на недостатках, концентрируя его на достоинствах ребенка. Пусть ребенок станет вашим незаменимым помощником. Обязательно приучайте ребенка ухаживать за домашними животными, помогать престарелым членам семьи.

Все указанные меры должны быть направлены на формирование исключительно важной подсознательной установки: если я могу помочь другим, значит, я могу помочь себе.

ЗАИКАНИЕ



От чего может возникнуть заикание?

В большинстве случаев заикание наблюдается у нервно ослабленных детей. Оно может возникнуть после перенесенного испуга, в результате неправильного воспитания, когда родители от чрезмерной ласки переходят к грубому обращению с ребенком, не соблюдают необходимого для ребенка распорядка дня, перегружают его чтением книжек, заставляют повторять сложные слова, фразы, стихи в то время, когда это ребенку еще трудно, так как его речь не полностью сформирована.

Иногда родители сообщают детям сведения, не соответствующие их возрастному развитию. Например, четырех–пятилетний малыш в разговоре употребляет термины из специальности своего отца или матери. Родители в восторге от «учености» ребенка, но слова эти, несвойственные его возрасту, затрудняют ребенка и в результате могут привести к заиканию.

Очень часто причиной заикания оказывается ежедневная перегрузка впечатлениями. Кино, телевизор, детские спектакли, праздничные елки, чтение книг, большое количество игрушек – все это приводит к перенапряжению нервной системы ребенка и в результате – к дефекту речи.

Ослабление организма ребенка после перенесенной болезни (особенно после тяжелых детских болезней – кори, скарлатины, дифтерии, коклюша, дизентерии и др.) также может служить почвой для нарушения речи. Физические наказания, запугивание, резкие окрики, помещение ребенка в виде наказания в темную комнату могут для нервно ослабленного и впечатлительного ребенка послужить толчком к возникновению заикания.

Иногда заикание у ребенка является следствием подражания заикающейся речи кого-либо из окружающих.

Виды заикания

Заикание бывает двух видов: клоническое и тоническое.

Заиканию детей обычно сопутствует резкое нарушение дыхания.

- Ребенок, перед тем как произнести слово, выдыхает воздух (утечка воздуха), а говорит в то время, когда вдыхает – речь на вдохе. При **клоническом**

заикании ребенок повторяет по несколько раз один тот же начальный слог или звук: ма-ма-ма-машина, п-п-п-петушок, а иногда, перед тем как произнести слово, повторяет какой-нибудь гласный звук, например: а-а-а-а-апельсин, и-и-и-и-игрушка. Клонический вид заикания обычно встречается в первые месяцы речевого расстройства.

- *Тоническое* заикание выражается в том, что ребенок делает длительные остановки и нажим на согласных и гласных звуках, например: п-правда, т-рамвай, й-я думаю, С-аша, А-ньюта.

- Кроме того, бывает смешанный вид заикания, когда у ребенка наблюдаются клонические и тонические судороги, например: «Ма-ма-мама, й-я м-огу у-у-у-упасть!» При этом задержка на одном из звуков (м-огу) часто сопровождается настолько резким напряжением, что оно переходит в судорогу, а иногда даже один звук заменяется другим, например: М-биша (Миша), ребенок как бы захлебывается во время разговора;

- Речь ребенка сопровождается коротким, прерывистым, судорожным дыханием, вследствие чего слова, фразы резко разрываются на слоги – ребенок говорит, как при одышке.

- У ребенка перед началом речи появляется длительная задержка дыхания, и он никак не может начать говорить.

Помимо нарушения дыхания, при заикании может иметь место хрипота и частичная потеря голоса. Иногда голос пропадает совсем и ребенок говорит шепотом.

Можно ли перевоспитать речь заикающегося ребенка?

В случае появления у ребенка заикания необходимо прежде всего обратиться в детскую поликлинику к врачу-неврологу. Он определит причину заикания, даст необходимое назначение для укрепления нервной системы ребенка, направит его к логопеду, который окажет ребенку практическую помощь или даст родителям указания, как можно помочь ему в условиях семьи.

Ни в коем случае нельзя допускать, чтобы родители или окружающие обращали внимание ребенка на неправильность его речи, говорили при этом, что он заикается. С ребенком, начавшим заикаться, рекомендуется как можно меньше говорить. Не следует задавать ему вопросов, нужно говорить с ним спокойно, не торопясь, но не разбивая слова на слоги. Когда ребенок в видимом затруднении останавливается во время разговора или не может начать говорить, необходимо помогать ему, подсказывая нужные слова или напоминания, чтобы он не спешил, а говорил медленно.

Режим дня должен быть строго выдержан и построен таким образом, чтобы ребенок максимальное время проводил на воздухе. Кроме того, дневной сон должен длиться не менее 2-х часов, а ночной – 10–11 часов (в зависимости от возраста). Будить ребенка не рекомендуется. Желательно по утрам делать обтирание, а на ночь – теплый душ.

Питание четырех-пятикратное, полноценное, с большим количеством витаминов и обязательно в определенные часы.

Режим дня, водные процедуры, питание следует согласовывать с врачом, наблюдающим данного ребенка.

Рекомендуется следить, чтобы ребенок по возможности не находился в шумном, неорганизованном детском обществе, которое может вызвать у ребенка резкое возбуждение, что в свою очередь обычно содействует ухудшению речи; необходимо избегать волнующих ребенка впечатлений (театр, цирк, гости, телевизор, страшные рассказы на ночь, ссоры в присутствии ребенка и т. п.).

В семье, где имеется заикающийся ребенок, следует установить речевой режим. Члены семьи должны следить за тем, чтобы их речь была неторопливой, плавной, внятной. Слыша вокруг себя правильную речь, заикающийся ребенок невольно будет подражать ей, и заикание постепенно будет ослабевать, а в некоторых случаях может даже полностью исчезнуть.

Как надо вести себя родителям с ребенком, который начал заикаться

- Взять себя в руки и не паниковать.
- Попытаться разобраться в причинах дефекта.
- Ликвидировать их.
- Создать дома спокойную обстановку.
- Не ссорится при ребенке и не конфликтовать.
- Оберегать от бурных эмоций, даже положительных (празднование дня рождения, посещение кукольного театра и т. д.).
 - Исключить шумные игры и шумные детские компании.
 - Уменьшить интеллектуальную нагрузку.
 - Помочь избавиться от страхов.
 - Выработать уверенность в себе.
 - Найти правильную тактику воспитания.
 - Не расходиться в методах воспитания с другими родственниками.
 - При рождении второго ребенка уделять первенцу максимум внимания.
 - Научить правильно общаться.
 - Постараться не ломать его стереотипы.
 - Повременить с оформлением в детский сад.
 - Как можно реже ходить в гости.
 - Не приглашать часто к себе гостей.
 - Ослабить нервное напряжение.
 - Любыми способами отвлекать его от речевого дефекта и не фиксировать внимание на нем.
 - Не заставлять правильно повторять «невыговаривающиеся» слова.

- Говорить в присутствии ребенка медленно и тихо. Свести к минимуму беседы с ним.

- Повышать общую сопротивляемость его организма для профилактики различных заболеваний.

**Как не надо вести себя родителям с ребенком,
который заикается**

- Всем своим видом подчеркивать свое беспокойство.
- Акцентировать внимание на дефекте и в присутствии ребенка жалеть его.
- Впадать в панику.
- Заставлять по несколько раз правильно выговаривать исковерканные слова.
- Передразнивать его, поправлять, постоянно вовлекать в беседы и разговоры.
- Ссориться, конфликтовать, пугать.
- Увеличивать интеллектуальную нагрузку,
- Постоянно ломать стереотипы.
- Помните, что сроки прекращения заикания во многом зависит от Вас.