

# Невроз у детей:

## 13 главных симптомов

Трехлетний Миша без остановки грызет ногти. Маша, десять лет, не снимает кепку. У нее на голове залысина, потому что она постоянно тербит и рвет волосы. Паша в свои семь каждую ночь мочит кровать. Так проявляется невроз у детей.

Какие еще существуют проявления и откуда берется невроз



Причину детского невроза часто нужно искать совсем рядом: переживания передаются ребенку от родителя.

### **Симптомы, похожие на «плохое поведение» и «дурные привычки»**

Бывает, родители ругают детей за «плохое поведение», пытаются контролировать то кнутом, то пряником, но ничего не помогает. Тут надо задуматься: может быть, это детский невроз?

«Плохое поведение» — это следующие симптомы:

1. Ребенок часто капризничает без причины, чуть что — в слезы.
2. Устраивает истерики, когда вокруг что-то меняется: его раздражают резкие звуки, он чутко реагирует на погоду и новую неудобную одежду.
3. Тяжело переносит большие скопления народа.

4. Малыша преследует множество страхов.
5. Не может усидеть на месте, ему надо постоянно двигаться.
6. Быстро отвлекается, легко теряет интерес к играм.
7. Повторяет одни и те же неконтролируемые движения: грызет ногти, выдергивает волосы, брови, ресницы, часто моргает.

Встречаются экзотические случаи. Например, один ребенок до крови бил одну ногу об другую. У другого, когда волновался, на лице появлялась неприятная гримаса, и взрослые никак не могли отучить малыша кривляться. Третий без остановки повторял слово из трех букв, чем вгонял родителей в краску.

## **Симптомы, похожие на физические (соматические) болезни**

Также невроз может проявляться в форме телесных недугов и неясных симптомов:

8. Часто болит голова или живот.
9. Ребенок постоянно кашляет, кашель усиливается при волнении.
10. Не успевает добежать до туалета (старше трех лет): недержание мочи (энурез), недержание кала (энкопрез).
11. Плохо ест.
12. Беспокойно спит.
13. Заикается.

Отличить невроз от физических заболеваний можно по трем критериям.

**Врачи не нашли ничего серьезного.** Педиатр, терапевт, невролог, эндокринолог не находят серьезных отклонений в организме, анализы в порядке или с незначительными изменениями.

**Ребенок подвержен стрессу.** При подробной беседе с родителями выясняется, что ребенок переживает стресс, и не умеет с ним справляться.

**Если стресс прошел, симптомы исчезают.** Или другой вариант: стресс продолжается, но ребенок научился с ним справляться и теперь меньше переживает. Тогда невроз тоже пройдет. Например, родители объяснили, что проблема в воспитательнице, а не в ребенке, — и малыш успокоился.

Это всё — невроз у детей симптомы, тринадцать совершенно разных проявлений. Что же общего?

## «Душевный накопитель»: как появляется невроз у ребенка

Представьте, что в душе ребенка есть сосуд. Когда ребенок что-то чувствует, но не может выразить, чувства попадают внутрь сосуда.

Семилетний Паша боится спать в темноте, но родители называют его трусом и выключают свет. Ребенок перестает говорить о страхе, но все так же боится. Каждую ночь страх капля за каплей поступает в этот сосуд (назовем его «душевный накопитель»). Он неизбежно переполняется — и ребенок просыпается в мокрой постели.



### Вопрос-ответ: ребенок боится спать один в комнате

Маша — пухленький ангелочек. Мама считает иначе: «Хватить жрать, стройность требует жертв! Хочешь быть красивой — никаких плюшек». У Маши в душе раздрай: и толстой она себя видеть не хочет, и сладкого хочется. «Эх, не быть мне красивой никогда», — думает Маша и крутит волосы. И вдруг замечает, что над ухом залысина.

Трехлетний Миша недавно пошел в детский сад. Он от природы шустрый и активный, очень любит бегать и играть. Воспитательница стремление к движению не поддерживает и при всех ругает непослушного ребенка. Мальчик испытывает много чувств: злость на воспитательницу, обиду, что



не дали побегать, стыд. Сказать воспитательнице все, что думает, он не решается. Она может наказать, да и мама говорит, что надо слушаться. Накопитель не справляется. После тихого часа воспитатель замечает, что малыш обгрыз ногти до половины.

Чаще всего в накопитель ребенка «льется» из переполненных накопителей близких взрослых, которые не замечают или не понимают этого.

Папу Паши самого в детстве называли трусом. Он и сейчас боится высказать все что думает начальнику, который достал. Поэтому отыгрывается на жене и детях. Но ни за что в этом не признается, даже самому себе. Он думает, что близкие неправильно себя ведут.



### Страхи родителей, которые передаются детям

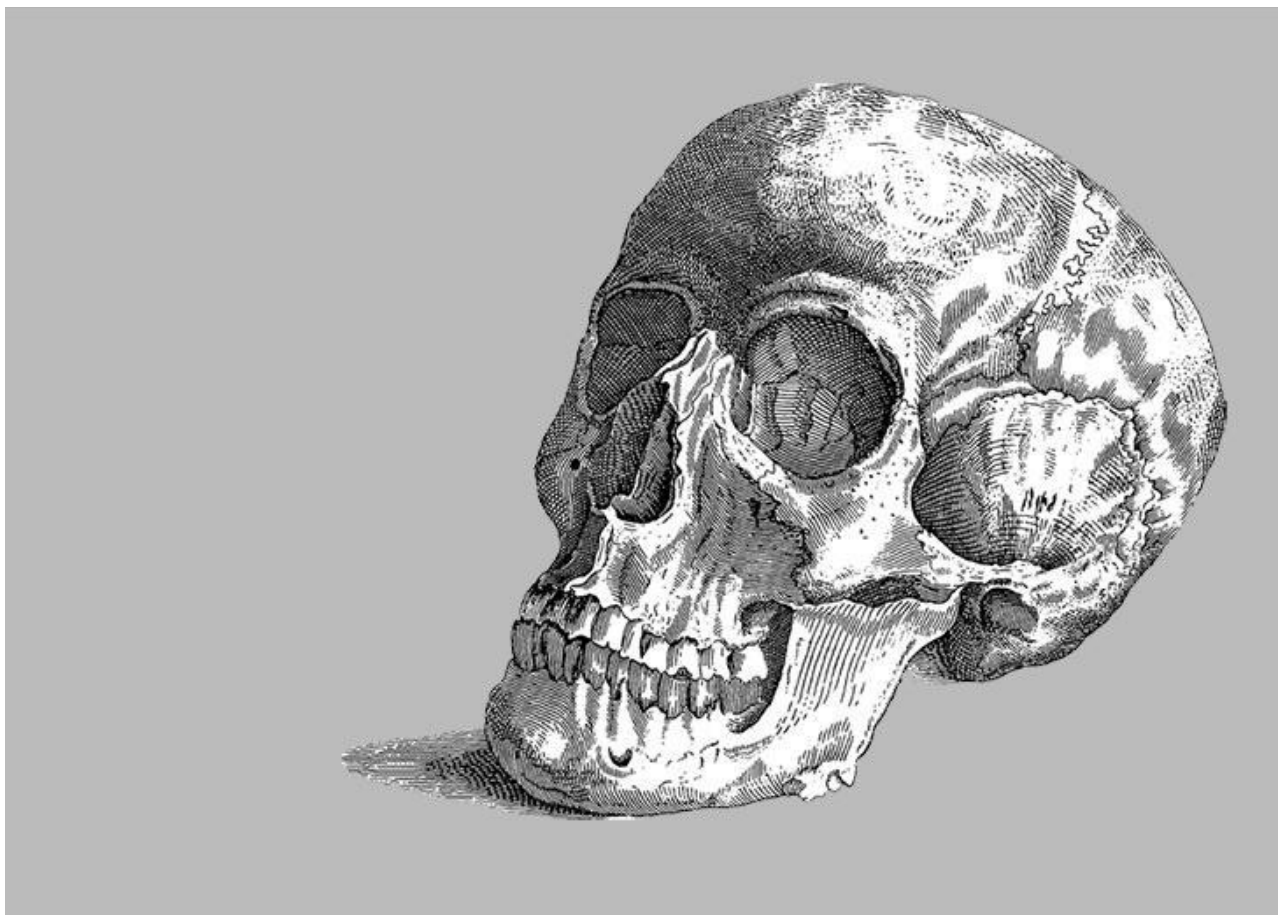
У мамы Маши не складывается личная жизнь. Ей кажется, что она всего лишь беспокоится о судьбе дочери. Но накопленные переживания выплескиваются в жестких словах и действиях по отношению к ней. Результат: у ребенка невроз.

Воспитательница Миши не просто отчитывает ребенка. Ему достается за ее усталость, болеющую коллегу, которую она подменяет, заведующую

и ее собственного шустрого сына-обормота. А маму мальчика тоже в детстве обижали в саду, и она боится повторения.

Этим взрослым придет в голову связать свое поведение с проблемами их чад?

Вторая большая группа причин — сильный стресс, от которого никто не застрахован, от которого не уберегут самые любящие родители. Сюда относится, например, болезнь или смерть близкого человека.



«Мама, а я умру?»

На практике причины могут сочетаться: трудное время в семье, ребенку достается от родителей, и воспитательница (учительница) добавляет последнюю каплю.

## **У кого бывает невроз**

Все дети периодически злятся, боятся и нервничают. Почему у одних невроз, а другим хоть бы что? Почему педагог ругает всех, а невроз только у Миши?

Детям от природы даны сосуды «разной величины». Ребенок с ослабленной нервной системой получит невроз скорее, его накопитель «меньше».

Родителям следует особенно беречь и не перегружать негативом детскую нервную систему в следующих случаях:

- кто-то из родственников страдает от неврозов или психических заболеваний;
- ребенок во время беременности или в родах получил повреждение нервной системы и наблюдался у невролога в первые месяцы жизни;
- ребенок по темпераменту меланхолик, тонко чувствует мир, но быстро утомляется, часто плачет.

В следующей статье подробно разберем, как справиться с неврозом у ребенка — чего делать не стоит и как вести себя родителям.