

Почему дети бывают нервными?

Невроз ребенка-это невроз семьи!

Обвиняя своего ребенка в излишней нервности, задумайтесь на минутку: нет ли в этом Вашей вины? А если есть, так в чем она состоит и действительно ли вы виновны?

- Любой будущей матери необходимо создать плоду особый "комфорт", обеспечить его безопасность, защитить своего малыша, пусть еще не родившегося, но стремящегося жить. А для этого надо пожертвовать многим, поступиться своими желаниями, отказаться от давних привычек и взглядов, изменить образ жизни. Любой будущей матери надо сделать все-все от нее зависящее, чтоб различные вредности внутриутробно не воздействовали на нервную систему плода. Ну, а вредности - это курение, алкоголизм, даже малый глоточек шампанского - яд. Все инфекции, перенесенные во время беременности, начиная от ОРВИ и до самых опасных, - это тоже угроза и риск повреждения нервной системы плода. Остановленный выкидыш, резус-несовместимость, прием разных лекарственных средств...
- Наиболее травмируют женщину конфликты в семье. Все конфликты - как мины замедленного действия для беременной! Они - главный источник ее психического дискомфорта. А психический дискомфорт отражается даже на показателях крови, и не только беременной, но и плода, что отзовется в дальнейшем, когда плод уже станет ребенком.
- Стресс может быть не только у беременной, но и у роженицы. Он ослабляет родовую деятельность, затягивает роды и вызывает кислородное голодание плода. Поэтому любая родовая травма, стремительные роды, симптомы недоношенности и переношенности в дальнейшем могут отразиться на поведении ребенка.
- Когда беременность и роды прошли благополучно, "невротизировать" ребенка могут все воспалительные и механические повреждения головного мозга.
- Однако больше всего ранят психику детей условия их жизни, тот микроклимат, что вы создаете. Ребенку трудно вынести, когда он то "тропический", то "резко континентальный", а вы, как будто бы волшебной палочкой, жонглируете воспитанием, и ваш конечный результат нередко попадает "пальцем в небо".
Всех воспитательных ошибок не перечесать. И чаще всего виновата мама. Малыш все время подражает ей, стараясь быть похожим на нее. Поэтому, когда она капризна - он капризен, она раздражена - он раздражен, она эгоистична - он эгоистичен. Недаром говорят: "У нервной мамы - ребенок нервный".
- Невротизирует ребенка ряд причин: он очень часто беспокоен, когда недосыпает, когда весь день его проходит в просмотре телевизионных передач, когда он слушает ужасные истории и сказки, когда он ходит в гости, где очень шумно или многолюдно. Неуправляемый ребенок часто бывает и в

такой семье, где "скрещивают шпаги" два поколения: отцы и дети, его родители и их родители.

- Таким реакциям подвержен также и ребенок, которого вы "укрощаете" ремнем. Любой "физический" вид наказания сопровождается реакцией протеста.
- Все избалованные дети капризны тоже, особенно когда их хвалят без предела, внушая, что они - неповторимы. Высокая самооценка их приводит часто к конфликтным ситуациям. Такой малыш не может адаптироваться к саду. В кругу своих ровесников его неповторимость не видна. Зато он часто отстает от них во многих навыках развития: не может сам одеться, застелить постель, не знает, как зашнуровать ботинки.
- Реакция протеста достигает апогея, когда в семье вдруг появляется новорожденный, и мама с папой отдают все предпочтения ему. Нежданный, непредвиденный удар судьбы. Его предали... И чтоб напомнить о себе, ревнуя, ребенок ваш устраивает сцены, причем такие, на которые нельзя не обратить внимания. И вам теперь уже невольно надо помнить, что в доме есть еще один малыш, довольно умный, малыш-помощник, на которого можно положиться. Так что, пожалуй, нечего и думать, кто из двоих достоин предпочтения.
- Еще сильнее, чем рождение младенца, травмирует ребенка, делая неуправляемым, распад семьи. Ему необходимы как и мама, так и папа. Он любит их обоих сразу. Уход кого-нибудь из них из дома - невыносимая трагедия. Немного раньше он невольно был свидетелем конфликтов, участником их и судьей. Все это глубоко запало в душу. Он стал как будто бы наэлектризованным и по малейшим пустякам способен разрядиться.

Как надо вести себя родителям, чтобы ребенок не был нервным:

- Разрядить конфликтную ситуацию в семье.
- С самых первых дней жизни ребенка создать ему психический комфорт.
- Не раздражаться, запастись терпением. Все время помнить, что вы - пример для подражания.
- Найти всем взрослым единый воспитательный подход.
- Не завышать возможности ребенка и не внушать ему, что он неповторимый.
- Ни в коем случае не унижать достоинство ребенка своими методами наказания.
- Всегда быть с ним доброжелательными и тактичными.
- При появлении новорожденного в семье все делать так, чтобы малыш не ощущал себя ненужным.
- Ребенок ваш не должен быть "орудием" в борьбе друг с другом. Он - не судья в конфликтах.
- Оберегайте малыша от травм и от заболеваний, воздействующих в основном на нервную систему.
- Уделяйте максимум внимания ребенку.
- Закаливайте малыша и тренируйте его нервную систему.

Учитесь вместе со своим малышом мыслить позитивно!

Желаю успехов!