«Школьным неврозам» –НЕТ!

Вступление.

В последнее время на различных форумах, сайтах ведутся обсуждения, что школа портит психическое здоровье детей. Виновата ли школа?

Родители считают, что до школы со здоровьем всё было хорошо, ребёнок не состоял на учёте невролога, а теперь всё поменялось. Неужели ребёнок «ни от чего» становится нервным, плаксивым, часто болеющим?

«Ни от чего» здоровье не ухудшается. Многие трудности , которые возникают, связаны с тем состоянием ребёнка, с которым он пришёл в 1 класс.

Младший школьник краткая характеристика.

Младший школьный возраст- период накопления знаний. Этому хорошо благоприпятствует доверчивое подчинение авторитетному взрослому, внимательность, игровое отношение к действительности.

В этом возрасте ребёнок сверхвосприимчив , у него повышенная реактивность, он запоминает все факты в подробностях, любит подражать – копируя манеры, действия и рассуждения учителя.

Много изменений происходит и в здоровье ребёнка. Ещё не полностью произошло окостенение позвоночника, что делает его уязвимым. Отсюда необходимые требования к правильной посадке ребёнка, мебель необходимой высоты по росту, необходимость наряду с учебными занятиями соблюдать двигательную активность, чтобы не менее половины времени пребывания в школе ребёнок пребывал в движении. Также из-за слабого развития на этот момент мелкой мускулатуры кистей возможно быстрое уставание при письме. От этого у ребёнка возникает иногда тремор рук, дрожание при письме. Поэтому педагог должен соблюдать правильный режим письма. Например : первоклассник пишет 5 минут с последующим отдыхом в виде упражнений для кистей рук.

 В данном периоде развития повышаются защитные возможности организма в целом. Нервная система становится более устойчива к стрессам, иммунитет больше противостоит простудным заболеваниям.

Устанавливается выраженное одностороннее доминирование руки и всех частей тела. Преобладающее большинство младших школьников становятся правшами, левши встречаются реже. Но если практика указывает на на чёткую леворукость, то ребёнок пишет левой рукой.

В целом к 7годам отмечается физиологическая готовность к обучению.

Возможные трудности:

-быстрая утомляемость

-раздражительность

-тоска по дому

-готовность пробовать всё на вкус

-быстрое переключение внимания

-копирование лексикона взрослых

-впечатлительность

- обидчивость

Восприятие своего места в системе отношений.

Меняются интересы ребёнка, ценности, весь уклад его жизни.

Происходит смена образа и стиля жизни, новые требования, новая социальная роль (ученика), принципиально новый вид деятельности – учебная деятельность. В школе он приобретает не только новый социальный статус, но и новые знания и умения.

Формируется новая самооценка, основанная на основе учительского оценивания и достигаемых результатов в обучении. Появляется уверенность в себе, компетентности.

Но иногда самооценка снижается, если появляются затруднения в обучении. Если родители и учитель относится к этому критически, то возникает неверие в свои силы, чувство неполноценности, утрачивается интерес к обучению, что может привести к «школьным неврозам».

Учитывая актуальность проблемы считаю, что проблему школьных неврозов можно снять или снизить, если соблюдать ряд факторов.

- Фактор самооценки школьника

-индивидуальные особенности эмоциональной сферы детей

-работа с родителями

-текущая и итоговая аттестация

-расписание и гигиеническая организация уроков

-изучение работоспособности учащихся в процессе учебных занятий

-общий режим дня учащихся

Самооценка.

Придя в школу ребёнок в первую очередь очень нуждается в поддержке учителя. Ученик зависим от учителя. Ребёнок должен получать эмоционально от учителя ровно столько, сколько он мог получить от любящих его дома людей. Любовь и принятие безусловное.

Если самооценка снижена, то на бессознательном уровне начинают действовать такие механизмы как:

-агрессивное реагирование на критику

-болезненная обидчивость

-отчаянное стремление привлечь внимание

-снижение общего уровня поведения

Работа с родителями.

Очень важно тесное включение родителей в школьную жизнь. Что исключит конфликты между школой и родителями, а также поможет иметь полную информацию о ребёнке, его внешкольные увлечения, достижения, и.т.д. Это поможет педагогу лучше изучить индивидуальные особенности ребёнка и найти с ним благоприятный контакт.

Семья обеспечивает тот необходимый психологический фон, который необходим для нормального обучения.

Невроз.

Невроз связанный со школой у разных детей проявляется по-разному, но в первую очередь это-

-отказ от школы

-боязнь выхода к доске

-снижение поведения в классе

Профилактика школьных неврозов.

Требуется комплексный и индивидуальный подход. Это обратимое заболевание, которое требует сплочённой работы специалистов. Неврологов, педагогов, психологов, а также родителей. Главная задача – устранение страхов. Проработка с психологом негативных эмоций, связанных с нахождением в школе.

-развитие эмоциональной близости и доверительных отношений с детьми, родителями, педагогами

-регулярные релаксирующие занятия

-снижение умственной и физической нагрузки

-приём лекарственных препаратов успокоительного действия

-пересмотр модели воспитания

-разбор непонимания, конфликта, нахождение путей решения

Вывод: Младший школьник – это песчинка на ветру в мире знаний. И без любви родителей и учителя этой песчинке невозможно остаться на месте. Она будет нестись по ветру в неизвестном направлении, не зная, как остановиться… Он ищет (младший школьник) вторую маму на время начальной школы. Она – вторая мама (учитель) лепит из него здоровую, эмоционально устойчивую личность, которая обладает правильной мотивацией к обучению, не боится трудностей и уверена, что всё ей по силам. Конечно учитель один не справится, необходима поддержка родителей.

При правильном подходе и организации школьной жизни невроз исключён или протекает в очень лёгкой форме.

Очень хочется верить, что педагог, который пришёл работать с детьми в школу готов их полюбить, как своё собственное дитя. Если таковой готовности нет, то скорее всего у данного специалиста неправильно выбрана профессия.

Литература: Л. Петрановская «Если с ребёнком трудно»

Л. Петрановская «Тайная опора», «Привязанность в жизни ребёнка»,

Ш. Амонашвили «Здравствуйте, дети!»