Консультация психолога для родителей «Синдром навязчивых движений у детей»

Синдром навязчивых движений признан медиками заболеванием, у него есть свой номер в Международной классификации болезней (МКБ-10), нарушение отнесено к невротическим, вызванным стрессовыми ситуациями, а также соматоформным. Однако у врачей не было и нет единого стандарта диагностики этой болезни.

Факторы, которые могут запустить механизм возникновения синдрома навязчивых движений:

- сильный стресс;
- долгое нахождение в психологически неблагополучной обстановке;
- тотальные ошибки в воспитании — попустительство или чрезмерная строгость;
- дефицит внимания;
- перемены в привычной жизни — переезд, смена детского сада, отъезд родителей и их долгое отсутствие;
- резкий испуг.

Устойчивые навязчивые действия, практически не поддающиеся волевому контролю и коррекции могут говорить об обсессивно - компульсивном расстройстве личности (обсессии – навязчивее мысли, компульсии – навязчивости в двигательной сфере). Обсессивно - компульсивное расстройство у детей может проявляться не только в «странных» привычках или страхах, но и в виде тиков, простых и сложных. К простым тикам относятся моргания, подергивания головой, плечами, вокализации (голосовые тики). К сложным тикам относят навязчивые действия в виде прикосновения к отдельным частям тела в определенной последовательности, сгибания и разгибания пальцев рук, подпрыгивания и т.п.

Для детей с подобными особенностями развития характерно появление ритуалов – закономерной цепочки действий, которая обязательно должна быть выполнена. Это может быть простой ритуал в виде раскладывания одежды или предметов в определенной последовательности, ритуал умывания или сборов в школу. Или это может быть довольно сложная цепочка действий, не всегда имеющая рациональную природу – совершение последовательности определенных действий перед выходом на улицу или перед отходом ко сну (например, три раза обойти вокруг стула, затем посидеть на нем 1 минуту и вновь обойти вокруг него, но уже в обратную сторону). Если ребенку не удается совершить привычные действия или ритуал, нарастает напряжение, тревога, вплоть до панических состояний.

Следующая категория состояний, характерных для обсессивно - компульсивного расстройства – навязчивые сомнения и навязчивые страхи, такие как страх того, что что-то может случиться с родителями, страх заболеть какой-то болезнью, страх заражения.

Поскольку имеет место повышенная чувствительность, то для провоцирования начала расстройства таким детям достаточно малозаметного для окружающих людей стресса. Именно из-за этого появление «странностей» в поведении ребенка для взрослых

кажется не связанным с какими-то событиями. Тем не менее, первичный «пусковой момент» всегда присутствует.

К причинам подобных расстройств чаще всего относят конституциональные (врожденные) особенности личности. Исследователи чаще всего указывают на врожденную повышенную чувствительность таких детей, что приводит к выраженной боязливости и формированию тревожности как свойства личности. С недавних пор стали говорить о возможной роли стрептококковых инфекций, так как в ряде случаев расстройство возникало после перенесенного заболевания.

Временному стрессовому синдрому всегда имеется объяснение, у него всегда есть причина. А вот у психического заболевания причины чаще всего может не оказаться.

Рекомендации родителям

Если вы заметили у вашего ребенка симптомы невроза навязчивых движений, обратитесь за первичной консультацией к неврологу, медицинскому психологу или врачу-психотерапевту.

Не относитесь к симптомам невроза как к плохому поведению: не наказывайте и не критикуйте ребенка за них.

Если невроз проявляется в присутствии других людей, не оправдывайтесь перед ними, не отягощайте состояние ребенка чувством стыда и вины, не провоцируйте у него мысли о своей неполноценности.

Реагируйте на навязчивые движения спокойно, но старайтесь переключить внимание ребенка на какие-то другие действия: например, предложите ему сделать какую-то поделку или попросите принести вам что-нибудь.

Чаще беседуйте с ребенком, пытайтесь понять его внутренний мир, побуждайте озвучивать свои мысли.

Проводите как можно больше времени с ребенком на свежем воздухе, поощряйте общение со сверстниками и подвижные игры.

Помните, что невроз навязчивых движений – это ваша общая проблема с ребенком. Возможно, что-то не ладится в ваших с ним отношениях, или между членами вашей семьи существуют явные или неявные конфликты. В любом случае, чтобы выявить причины расстройства и решить проблему необходимо, обратиться к специалисту.

Никакое лечение не поможет вашему ребенку, если не будет создан психологически благоприятный климат в семье.