

2. Васильєва О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений // Васильєва О.С., Филатов Ф.Р. - М.: Академия, 2001. - 352 с.
3. Енциклопедія постмодернізму - Encyclopedia of postmodernism. Editer Victor E. Taylor and Chrls E. Winquist / за ред. Чарльза Е. Вінквіста та Віктора Е. Тейлора ; пер. з англ. Віктор Шовкун. - К. : Основи // Соломії Павличко, 2003. - 503 с.
4. Леонтьев Д.А. Неклассический вектор в современной психологии / Д.А. Леонтьев // Постнеклассическая психология. Социальный конструкционизм и нарративный подход / соредаторы журналу Филипп Барский и Дарья Кутузова ; редактор- супервизор Лидерс А.Г. - 2005. - № 1 (2). - С. 51-72.
5. <http://www.psychiatry.org.ua/books/spe/paper03.htm>
6. Психология здоровья: учебник для вузов / под ред. Г.С.Никифорова. - СПб.: Питер, 2003. - 607 с.
7. Царенко Л.Г. Методологічні аспекти дослідження дискурсів / Л.Г.Царенко // Наук. зап. Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка // за ред. академіка С.Д.Максименка. - К. : Ніка-Центр, 2009. - Вип. 37. - С. 462 - 474.
8. [www.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Nzipik/2010\\_38/tsarenko.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Nzipik/2010_38/tsarenko.pdf)

## **НЕВРОЗИ У ДІТЕЙ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА**

*Коба Є.В.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Дана проблема по своїй актуальності заслуговує на увагу не тільки фахівців в області дитячої невропатології, але й, насамперед, батьків, вихователів дитячих садів, учителів. З кожним роком зростає кількість дітей, яким поставлений діагноз якого-небудь нервового захворювання. За даними досліджень А.І.Захарова до закінчення молодшої школи здорових дітей менше половини. Причини такого явища криються не лише в складній соціальній обстановці, але на багато глибше[1].

Небезпека цього захворювання криється не в його невиліковності, а у відношенні до цього захворювання. Більшість батьків просто не звертають на перші ознаки неврозів чи нервових розладів у своїх дітей, друга частина - якщо і звертає увагу, то відноситься досить поверхово ("само пройде"), і лише незначна частина починає реальні дії для виправлення положення. На думку шкільних педагогів і психологів до середніх класів діагноз нервового розладу можна поставити більшості дітей, а фактично здоровими можна назвати лише одиниці. Якщо врахувати, що невроз з'являється не в шкільному віці, а набагато раніше, і до шкільного віку у частини дітей спостерігаються стійкі нервові порушення[2].

Прислів'я говорить: "Посієш звичку - пожнеш характер, посієш характер - пожнеш долю", "Звичка - друга натура". Народна мудрість тонко помітила зв'язок між способом життя, що закладається ще в дитинстві, і відносинами людини з людьми, які її оточують, з яких дійсно складається його доля. Якщо дитині в дитинстві батьки постійно вселяли, що він: "нехлюй, телепень", то рано чи пізно він в це починає вірити. Але спочатку усередині дитини відбувається конфлікт, тому що він знає, що він не такий поганий, що він намагається порадувати своїх батьків, а вони цього не зауважують, намагаючись підігнати дитину під свої мірки. З цього конфлікту "впливає" нервова

напруга, з якою дитина близько години не може впоратися. Можливі два варіанти вирішення дитиною цієї проблеми: або він пристосується до непомірних вимог дорослих і приховає свої особистісні якості, але буде змушений шукати механізм захисту власного "Я" доступними для нього способами, або він буде боротися, що породить безліч конфліктів з батьками.

На наш погляд, причини складних взаємин між батьками і дітьми, а, у свою чергу й у більшості випадків, причини підвищеної нервозності дітей, криються в неспроможності батьків, не здатності виконувати материнські і батьківські обов'язки через інфантилізм людей, що створюють родину. Сучасні батьки по інерції продовжують жити своїми проблемами, не задумуючись про долю своїх дітей. Сучасні батьки існують поруч, але не разом. Кожний із членів родини займається своїми проблемами, забуваючи, що дитина має потребу в постійній любові, увазі і турботі, розумінні своїх проблем, яких у неї багато. Замість цього сучасні батьки намагаються якомога раніше перекласти виховання власної дитини на дитячі установи, займаючись тим часом власною кар'єрою і власним життям, що у свою чергу не сприяє здоров'ю дитини у всіх відношеннях. Термін "Возз'єднання в батьківстві", запропонований, Дж.Пірсом, насправді - актуальна вимога до сучасної родини, реально здійсненне в сучасних умовах. Воно допоможе запобігти більшості випадків нервових захворювань дітей, що у свою чергу забезпечить психічне здоров'я підростаючого покоління[3].

Щоб не допустити такого захворювання у своєї дитини, батькам слід любити свою дитину, бути уважними та чуйними до неї. Не допускати перегинів у вихованні, як от вседозволеність або, навпаки, надмірна дисципліна та строгість. Постарайтеся присвячувати власній дитині не 14 середньостатистичних хвилин на добу, а хоча б годину. Якщо це неможливо в будні, подаруйте дитині суботу чи неділю, проведіть цей день разом: сходите в бібліотеку, поплавайте в басейні, відвідайте атракціони, погуляйте на природі, з'їздіть до бабусі... Батьки й діти мають бути друзями. А ваш будинок нехай наповниться затишком та любов'ю, щоб дитина виросла гармонійною особистістю, здоровою фізично та душевно.

#### Література

1. А.І.Захаров "Неврози у дітей", вид-во "Дельта", Спб, 1996 рік
2. В.І.Гарбузов "Нервові діти". - Л., 1990. - 112 с.
3. Дж.Пірс "Чарівна дитина підрастає", Самвидав.

### **БІОРИТМИ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ**

*Кольвашенко І.Г.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Біологічні ритми-це періодично повторювальні зміни характеру та інтенсивності біологічних процесів і явищ. Біологічні ритми можна спостерігати на всіх рівнях організації живої матерії: від внутрішньоклітинного до популяційного. Біологічні ритми фізіологічних функцій настільки точні, що їх часто називають «біологічним годинником».