**ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА**

Как только ребёнок идёт в первый класс, он получает огромную физическую и моральную нагрузку.

Для того что бы не пострадало **психическое здоровье младшего школьника**его родителям и школьному учителю необходимо очень внимательно за ним наблюдать.

А при первых признаках школьного невроза принимать меры, посоветовавшись со специалистом.

Особенно сложным периодом в жизни ребёнка являются первый месяц и первые дни, проведённые в школе.

Для того что бы адаптация прошла более-менее безболезненно, есть несколько рекомендаций:

* в первое время первого класса учителя проводят только по 3 – 4 урока в день;
* после уроков, хотя бы в первые дни учебного года, рекомендуют забирать ребёнка домой, а не оставлять в группе продлённого дня;
* не задавать детям домашних заданий, для того что бы не перегружать их психическое здоровье;

Существует несколько признаков, проявляющихся  в поведении детей, которые расскажут вам о наличии школьного невроза.

1. *Агрессивное поведение*. Характеризуется явным непослушанием, грубостью в общении с учителями и завышенной самооценкой. Как правило такое поведение сопровождается плохой учёбой. Ребёнок, у которого не получается учиться хорошо, таким образом пытается привлечь к себе внимание и самоутвердиться, а так же агитирует других детей делать точно так же.
2. *Хорошо успевающий ученик начинаем меняться в противоположную сторону*. Очень часто данное поведение бывает связано со слишком большой нагрузкой, не выдержав которую ребёнок просто «опускает руки».
3. *У детей с внешним благополучием присутствует внутренний страх*, который может проявляться в боязни отвечать у доски, появлении дрожи в голосе или трясущихся рук при сильном волнении. Такие ученики совершенно не создают проблем учителям, тихо ведут себя на уроке, но на них обязательно стоит обратить внимание родителям иначе заниженная самооценка обеспечена.

При возникновении у вашего ребёнка одного из признаков, перечисленных выше, желательным является посещение психолога.

Учителю необходимо вовремя сообщить родителям о наличии у их ребёнка того или иного признака невроза, а психолог подскажет как откорректировать поведение.

Психическое здоровье младшего школьника является важной составляющей общего здоровья и относиться к нему нужно очень внимательно, иначе вы рискуете получит далее ещё более серьёзные проблемы.