**Консультация для воспитателей «Признаки стресса у ребенка»**

- Повышенная агрессия, перепады настроения, нервозность, обидчивость, кривляние, упрямство, трудности в соблюдении дисциплины. Если еще вчера ваш малютка был милым и послушным ангелочком, а уже сегодня превратился в неуправляемого чертенка — подумайте: не было ли в последнее время в его жизни таких изменений, которые могли бы спровоцировать подобное поведение?

- Мышечное напряжение, низкая активность **ребенка**, отстраненность, плохая концентрация внимания и запоминания, трудности воображения.

- Неожиданные страхи. Большинство из родителей сталкивались с ситуацией, когда их чадо младшего возраста внезапно отказывается засыпать в комнате, рассказывая о *«страшных чудовищах под кроватью»*. Или же **ребенок** становится плаксивым, начинает бояться смерти *(своей или близких)* и тревожиться, когда уходит на занятия в детский сад.

- Регресс в развитии. Подобные симптомы хорошо наблюдаются у детей младшего возраста. Обычная ситуация: в семье родился брат или сестра. И старший **ребенок**внезапно начинает вести себя как маленький: **капризничает**, просится быть все время на ручках, вспоминает о соске, забывает вовремя сходить в туалет. Причина проста: **стресс у старшего ребенка**. Своим поведением он просто хочет обратить внимание на себя.

- Появившиеся дефекты речи, заикание.

- Проблемы со здоровьем. Симптомы могут быть настолько сильными, что вызывают физические патологии, которые напрямую связаны с психосоматикой. У малютки может подняться температура, сильно разболеться живот… Взрослые начинают искать причину в вирусах и бактериях, назначать лечение таблетками, совершенно забывая о психологической составляющей. Ведь, если убрать психосоматический раздражитель, здоровье резко идет на поправку без медикаментов (нарушение или чрезмерное повышение аппетита, снижение или прибавка массы тела, изменение состояния функционирования мочевого пузыря и кишечника боли в спине, животе, головные боли).

- Быстрая утомляемость и нарушение сна, боязнь контактов, **стремление к одиночеству**.

- Компульсивность. Внешне кроха может вести себя спокойно. Но в то же время появляются непривычные для него движения, которые возникают спонтанно. И он сам даже не следит за тем, что делает это осознанно. Например, девочки начинают наматывать длинные волосы на пальцы или сосать прядь волос; мальчики — грызть ногти, держать руку в трусах. У детей после напряжения могут появляться такие **признаки**, как внезапное подергивание плечами, частое моргание, постоянное покашливание, качание головой, дрожание рук.

**Любые перечисленные выше симптомы являются поводом для обращения за консультацией специалиста.**