

# OBSAH

<b>Předmluva</b>	5
<b>I. Projevy dětské nervozity</b>	7
Příběh Jiřiny T.	7
Postoje učitelů k problémům neuróz u dětí	9
O neurózách obecně	11
Jednotlivé projevy dětské nervozity	12
1. Neúměrná duševní a tělesná únavnost dítěte	12
2. Neurotická cefalalgie	13
3. Potíže při spánku	14
4. Tiky	14
5. Psychomotorická instabilita	14
6. Mluvní neurózy	15
7. Neurotické poruchy v oblasti zažívání	16
8. Enuresis nocturna — noční pomočování	17
9. Další drobné příznaky neuróz, jichž si učitel může povšimnout	17
10. Neurotické symptomy v oblasti chování a postojů	18
a) Přecitlivělost	18
b) Pocity méněcennosti	19
c) Konflikty s kamarády, učiteli, rodiči atd.	19
d) Zvýšená sugestibilita, podléhavost	20
Základní formy neuróz	20
1. Neurastenie	21
2. Hysterie	21
3. Psychastenie	23
Projevy neuróz u mládeže	23
Některé metody pro rozpoznání neurotických dětí ve škole	26
<b>II. O příčinách neuróz</b>	29
Přehled příčin dětských neuróz	29
A. Příčiny somatické	29
B. Příčiny psychické	33

Některé důležité příčiny dětské neurotizace v rodinách . . . . .	35
Toníček — nervózní dítě — (případ přílišné péče) . . . . .	38
Nesprávné vztahy dítěte k učení a k práci . . . . .	42
Přetíženost dětí . . . . .	46
Zkoušky nervózních dětí . . . . .	48
Dětské konflikty . . . . .	57
Konflikty ve vztazích mezi učitelem a žákem . . . . .	58
Neurotizující vlastnosti učitele . . . . .	63
Některé neurotizující faktory ve vztazích mezi dětmi . . . . .	65
<b>III. Boj proti neurotizaci dítěte</b> . . . . .	<b>69</b>
Životospráva nervózního dítěte . . . . .	70
Rozvrh . . . . .	70
Spánek . . . . .	72
Výživa neurotických dětí . . . . .	74
Odpočinek . . . . .	74
Sport a tělesná práce . . . . .	75
Působení fyzikálního prostředí . . . . .	77
Působení vychovatelova příkladu . . . . .	78
Zacházení učitele s nervózním dítětem . . . . .	80
Zapojení neurotického dítěte do kolektivu . . . . .	84
O vlivu slov . . . . .	84
Každé slovo nějak působí . . . . .	85
Co je sugesce? . . . . .	86
Pochvala a trest u neurotických dětí . . . . .	88
Obecné zákonitosti hygieny myšlení . . . . .	89
Odregování napětí . . . . .	92
Relaxace . . . . .	94
Postup při nacvičování relaxace . . . . .	96
Vlastní provádění . . . . .	97
Jaké povahové vlastnosti chceme vypěstovat u neurotických dětí	102
Radostnost . . . . .	102
Vnitřní sebekázeň . . . . .	104
Ukázka z praxe . . . . .	105
<b>Závěr</b> . . . . .	<b>111</b>
<b>Literatura</b> . . . . .	<b>113</b>