

Лекторий для родителей
на тему
«Детские неврозы, что они несут за собой».

Г.Барнаул 2014г.

Невроз.

О неврозе говорят все, но мало кто знает, что это такое. Великий врач, психолог и психотерапевт Зигмунд Фрейд определил суть невроза в двух словах: «бегство в монастырь», имея в виду, что в невроз впадают все те, кто оказался слишком слаб для приспособления к реальной жизни. И Фрейд подчеркнул, что в основе развития невроза лежит чувство несостоинственности. Следовательно, невроз может возникнуть у детей, которые страдают от мучительной неуверенности в себе, у детей робких, несамостоятельных, плохо приспособленных к реальной жизни. Уверенные в себе – отважны, они, как правило, победители, и им сопутствует удача, а те, кто не уверен в себе, - импотенты во всем, они нерешительны, а в результате – неудачливы.

О ПРИЧИНАХ. Как же возникает чувство несостоинственности? Сверхзадача человека – приспособиться к жизни, достойно самоутвердиться в ней. Между тем по разным причинам, в том числе генетическим, примерно четверть людей рождается очень умными, здоровыми, сильными, выносливыми, половина имеет по всему этому средние показатели, а у третьих – слабые шансы на успешное приспособление, самоутверждение. Огромное значение имеет воспитание. Зачастую встречается воспитание по типу «неприятия», когда по различным причинам один из родителей или оба, не осознавая этого, не любя своего ребенка. У таких родителей взгляд холoden, руки жестки, когда они пеленают или одевают ребенка, они слишком требовательны или равнодушны к нему. Кто – то удивленно спорит: бывает ли такое? Да, бывает, и нередко. Если родителей раздражает плач и крик ребенка, его неугомонность и беготня, если с языка в его адрес часто срываются замечания: «В кого ты такой неудачный уродился?», «Господи, у людей дети как дети, а этот...», если вообще ребенок во всем раздражает, если он ест, пьет, ходит, говорит и дышит «не так» - значит, его бессознательно не приняли, не любят. У такого ребенка, будь он семи пядей во лбу и красив, неотвратимо разовьется комплекс неполноценности. И тогда даже тот, кто родился «лебедем», будет ощущать себя, опять – таки бессознательно, «гадким утенком». Часто встречается и другой неблагоприятный тип воспитания – «эгоцентричный». Это значит, что ребенка любят, обожают, он кумир семьи. Его захваивают, его желание угадывают и немедленно выполняют. Его самооценка завышена. В этом случае он может быть во всех отношениях средним или даже слабым, действительно «гадким утенком», но считать себя «лебедем». И вот этот принцип приходит в детский сад, школу, приходит с высокомерием, но дети и воспитатели немедленно определяют его истинные возможности. Дети смеются над ним, ставят на место – словами и руками, а воспитатели, учителя – ставят низкие оценки. Ребенок ошаращен, в результате также впадает в комплекс неполноценности, и у него возникает страх перед жизнью за пределами семьи. Вот вам и кандидат в невроз! И все – таки дети, страдающие чувством несостоинственности, как – то держатся, стараются не выпасть из жизни, пытаются защитить себя, держаться хоть бы в «середине». Они пока держатся на плаву, не сдаются, хоть страдают от своей тревожности, мнительности и страха. Но вот с ними случается что – то чрезвычайно неприятное, что – то крайне испугавшее, унившее безмерно. Все это потрясает до глубины души. Возникает невроз.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ НЕВРОЗ ? В психике человека заложена способность и готовность к психологической защите. Если человек унижен он защитить свое

достоинство не способен, у него может возникнуть глубокая убежденность в том, что у него все в порядке, что он вовсе не унижен, что он умный, добрый, хороший, а вот все вокруг – люди «плохие, жадные, глупые». Например, ребенок унижен своей плохой успеваемостью в школе, унижен тем, что его отвергают, презирают сверстники. Он может путем психологической защиты прийти к мыслям: «Таня, отличница, - дура, и ей просто везет, отличные отметки она высиживает зубрилкой, да и учительница благоволит к ней. Все же остальные в классе – злые и тупые, учительница несправедлива ко мне. А я – умный, но мне не везет, я другой, я просто «белая ворона», меня не понимают...». В результате достоинство восстановлено. Эта удивительная способность видеть в черном белое, а белое как черное заложена в бессознательном и рождается в бессознательном, а поэтому человек воспринимает то, что диктуется ему психической защитой, как истину и убежден, что так оно и есть. Так вот, невроз и является бегством в психологическую защиту. Невроз – великий самообман!

РАЗНОВИДНОСТИ НЕВРОЗА. Есть три общепринятые формы невроза: неврастения, истерический невроз и невроз навязчивых состояний.

НЕВРАСТИНИЯ. Фиксированная в бессознательном форма психологической защиты – капитуляция. В неосознаваемых глубинах психики рождается убежденность: «Я добровольно капитулирую перед трудностями жизни, прекращаю борьбу за самоутверждение, ибо я болен». Одно дело, когда человек принимает решение о капитуляции, поскольку осознает, что недостаточно умен, слаб, неприспособлен к жизни. Другое дело, когда он полагает что умен, достаточно образован, но капитулирует потому что болен. В этом случае чувство достоинства не только не страдает, но даже возвышено, потому что человек считает, что делает это добровольно, в связи с болезнью, а с больного и взятки гладки. Что же это за болезнь при неврастении, которая оправдывает капитуляцию перед жизнью? Внутреннее состояние организма контролируется нашей бессознательной психикой. Если человеку жизненно важно для самосохранения, для его достоинства продемонстрировать кому – то болезнь, бессознательное дает команду, и у человека температура повышается до 40 градусов, повышается или понижается артериальное давление, парализуется рука и так далее. При неврастении человек демонстрирует депрессию («ничего не хочу», «ничто меня не интересует») и артерию – слабость, усталость, отсутствие физических сил. При неврастении у ребенка усталые, печальные глаза, он бледен, говорит тихо, сутулится, еле тащит ноги. Но все это только для того, чтобы его оставили в покое, ничего от него не ждали и не требовали! Ребенок может какое – то время жить с чувством несостоятельности, стараться быть не хуже сверстников в детском саду или школе. Но однажды на него накричали, очень испугали, или в чем – то он оказался слабым, осрамился, и его ругали. И в результате он рухнул, капитулировал. Но чтобы родители приняли его капитуляцию, он бессознательно предъявил им «болезнь». Отец начал укорять его, привычно обругал: «Лентяй, бездельник, тряпка», но мать уже не присоединилась к нему, как бы раньше, а гневно возразила: «Ты что, не видишь, ребенок еле жив, чахнет день ото дня. Он болен, оставь его в покое!». Постепенно все оставляют его в покое. Вся соль такого невроза – «ход в монастырь», поиск покоя, капитуляция. Это невротическое приспособление к нему, от борьбы, от трудностей и проблем. Его опекают родители, и будут опекать, пока они живы. Потом он чему – то обучится, где – то будет работать – где нет ответственности, где тихо можно получать

скромную зарплату. Самому невротику хорошо, только родственникам, которые вечно помогают ему, плохо. А для общества это – еще один социально неприспособленный человек.

ИСТЕРИЧЕСКИЙ НЕВРОЗ. Он возникает чаще всего у детей с низкими способностями, да еще и воспитанными как «кумир». Встретившись с трудностями, с недоброжелательностью в детском саду или школе, такой ребенок использует психологическую защиту в форме «бегство в болезнь». Именно при истерическом неврозе ребенок вечером в воскресенье демонстрирует родителям высокую температуру 39 – 40 градусов и в понедельник освобождается от школы. А в пятницу вечером температура нормализуется. Именно при этом неврозе могут появиться паралич рук, истерические рвоты, дневное недержание мочи и кала (энкопрез) – все то, что освобождает от посещения детского сада или учебы в школе. И в результате он не ходит в школу, а школа направляется к нему на дом учителей. И так дальше пойдет жизнь. Если при неврастении ребенок жаждет только того, чтобы его оставили в покое, то при истерическом неврозе он демонстрирует (также неосознанно!) болезнь, затем инвалидность, будучи слишком требовательным, к родителям.

НЕВРОЗ НАВЯЗЧИВЫХ СОСТОЯНИЙ. Чаще всего возникает у тревожных, боязливых детей, неуверенных в себе. Они испытывают страх перед угрозами, которых так много в реальной жизни. Так, например, при одном ребенке рассказывали о некоем несчастном случае, а он и ухом не повел, а другой встревожился, начал спрашивать, может ли такое случится с ним. Надолго запомнил. Этому второму и грозит невроз навязчивых состояний и вот живет такой ребенок, отличается от других детей тем, что всегда боится, крайне осторожен и тревожен. Пока у него нет невроза. Когда он боялся, ему говорили, что с ним ничего не случится, он верил и успокаивался. Но вот он действительно заболел, попал в больницу, была угроза жизни. Или его избили, сбила машина, он тонул... Короче пережил то, что называют психической травматизацией. Теперь в его душе постоянно страх, что с ним или с его родителями что – то случится, страх смерти и несчастья. И подобно тому, как стучат по дереву, он определенным образом потряхивает руками, ходит, останавливаясь через строго определенное время и притоптывая ногой несколько раз, поминутно отплевывается, до чего – то дотрагивается, прежде чем выйти из квартиры или войти в нее. Некоторые несколько раз открывают и закрывают двери, строго определенным образом складывают свою одежду и так далее. Короче, теперь подобные ритуалы подменяют для невротика полноценную жизнь. В учебе, а потом на работе он абсолютно точен, семнадцать раз отмерит и лишь потом отрежет, а может, так и не решится отрезать. Своей аккуратностью, педантичностью, надежностью он вызывает уважение учителей, руководителей. Но они всегда знают: он только исполнитель, и ему нельзя поручать-то, что требует решительности и отваги. Такой человек тоже невротически приспособился к жизни.

ПУТИ ИСЦЕЛЕНИЯ. Нужно с самого раннего детства прививать ребенку интерес ко всему, что происходит вокруг него, любознательность, стремление к полноценной жизни, отвлекая его от тенденции замкнуться на внимании только к самому себе, на своих ощущениях, проблемах. Короче, если ребенок смотрит только

на себя, ему грозит невроз, а если он веселый и жизнерадостный с детьми, в играх и забавах, если его интересует все, что вокруг него, - у него не будет невроза. Труднее с чувством несостоятельности. Оно преодолевается только наличием у ребенка качеств, укрепляющих уверенность в себе. Надо, чтобы малыш был развит физически, достаточно силен, ловок и спортивен, способен за себя постоять. Все ребята нырнули в воду и поплыли – поплыл и он. Все на велосипеде и он тоже. Они играют в футбол, и он не испортит игры. Он не уступает другим в учебе. Отвечая у доски, он не вызывает у одноклассников смех и презрение. Значит, если ребенок отстает по какому – то предмету, нужно, чтобы он занимался дома с родителями, в крайнем случае – с репетитором. Пусть он никогда не испытывает стыда и страха ни на уроках математики, ни на уроках русского и иностранного языка. В результате его не будет отвергать, начнут уважать – и он сам себя зауважает тоже. А значит – избавится от чувства несостоятельности. Однако есть дети, которые имеют некий недостаток, который не устраниТЬ. Скажем, отсутствие пальцев на руке, маленький рост, неблагоприятные внешние данные, врожденная психофизическая недостаточность. Тогда судьба ребенка зависит от того, сумеют ли родители найти компенсацию этой недостаточности. Следует помнить, что у каждого ребенка, можно найти какие – то способности и развить их максимально. Михаил Таль был мал ростом и не имел пальцев на правой руке. Однажды мама отвела сына в шахматный кружок, где он, как известно, преуспел. Он не знал чувства несостоятельности, и у него не было невроза. Слабый должен стать ловким и умелым. Все приемы самозащиты разработаны для малых ростом и физически не слишком сильных. А в результате тех, кто освоит эти приемы, уважают рослые и сильные от природы. Короче, если природа оказала ребенку в росте и физической силе, у него должны быть развиты умелость, ум и воля. Вообще, каждый ребенок должен обязательно чем – то выделяться, что обеспечивает ему гордость за себя. Один играет на музыкальном инструменте, другой блестяще знает иностранный язык или сильнее других в математике, а кто – то хорошо рисует, великолепно плавает, или разбирается в компьютерах, или умеет что – то другое, чего остальные не умеют. Нет чувства несостоятельности – не будет невроза или, если он есть, исчезнет.

Очевидно, что все страдающие неврозам эгоцентричны. Эгоцентризм – крайняя степень эгоизма. Невроз – дитя чувства несостоятельности. И предупреждение невроза, как и избавление от него – преодоление эгоцентризма и устранение чувства несостоятельности. Другого пути нет!