

За последние десятилетия количество нервных заболеваний постоянно увеличивается как среди взрослых, так и среди детей. Современные родители нуждаются, прежде всего, в понимании причин развития детского невроза, так как без этого не может быть ни его предупреждения, ни преодоления заболевания.

Одна из причин невроза - это подавление темперамента в процессе воспитания.

Природа запрограммировала человека на определенный стиль поведения, обусловленный темпераментом. Действуя согласно своему темпераменту, ребенок эффективнее адаптируется, преодолевает трудности, действуя вопреки темпераменту, он поступает противоестественно. Темперамент предопределяет индивидуальность человека, а с этим потребность в самосохранении, из которой рождается чувство достоинства. Без достоинства нет человека, нет личности. При подавлении темперамента и обострении инстинкта самосохранения подавляется и чувство достоинства. Отказываясь от своего достоинства, ребенок достигает безопасности. В процессе воспитания родители неосознанно нередко подавляют темперамент, обостряя инстинкт самосохранения, и вызывая тревожность, подавленность и неуверенность ребенка в себе. Такой ребенок опасается других, ждет нападения, насмешки и обиды. Он не справляется с задачей в игре, с поручением, он быстро становится замкнутым или тревожно-общительным.

Еще одной причиной невроза становятся неосознаваемые установки.

Сферу неосознаваемого составляют все впечатления человека, воспринятые им без участия сознания через органы чувств, а также осознанная информация, которая за неактуальностью вытесняется в область бессознательного. Все, что ушло в детстве в неосознанное, влияет на поступки и поведение человека всю жизнь. Если обижать ребенка, он не будет помнить, как это было, но в отношении обижавшего его родителя будет испытывать недоверие и напряжение.

Все эмоционально пережитое в детстве, собственный жизненный опыт, внушенные родителями нормы поведения - это довлеющие над ребенком установки. Пережил ли ребенок боль, страх чего-либо, унижение - у него возникнет установка избегать подобного. Человек, обрстая установками с детства, даже осознавая проблему,

испытывает при ее разрешении сильное давление установок.

Установки могут быть гармоничными и противоречивыми. Внутренние противоречия вызывают внутренний конфликт личности, приводящий к неврозу.

Внутренние конфликты у детей возникают с момента постижения понятий "можно" и "нельзя", "хочу" и "нельзя". Внутренний конфликт - это всегда проблема выбора между желаниями и реальностью, между удовлетворением запретного желания и наказанием за это, между двумя взаимоисключающими друг друга желаниями. Переживания, связанные с необходимостью выбора усиливаются, если ребенок нерешителен. Разрешение конфликта затягивается, что еще более парализует активность ребенка. Чувства несостоятельности усиливается еще больше. Так возникает порочный круг, выбраться из которого может помочь уже только специальное вмешательство.

Внутренний конфликт может быть вызван несколькими факторами, например, борьбой установок. В этом случае одна установка подвигает вперед, к борьбе и достижению цели, а другая, предписывает уступчивость и пассивность. Первая установка не исчезает, но побуждает стыд, взывая к совести и ответственности. Ребенок мечется, его мучают сомнения. Так возникает невротизация. Внутренний конфликт может быть вызван борьбой установок с темпераментом. По темпераменту ребенок на обиду хочет ответить дракой. Но установка "нельзя", "накажут", заставляет его уступить обидчику, подавить в себе эмоцию гнева, смириться с несправедливостью. При подавлении темперамента установками возникает конфликт отказа от темперамента с потребностью самосохранения. Если конфликт решается в пользу сохранения темперамента (индивидуальности и достоинства), ребенок испытывает тревогу и страх наказания и осуждения. Если ребенок вбирает не темперамент, а безопасность - он страдает от чувства унижения и стыда.

Внутренний конфликт может быть вызван борьбой осознаваемых притязаний (желаний) и самооценкой. Ребенок осознает, что он хочет, но сформированная в его бессознательном самооценка, как неудачника и неумехи, останавливает его, вяжет по рукам и ногам. Ребенок стремится к самоутверждению среди сверстников, но будучи тревожным и неуверенным, вынужден отказаться от этого, испытывая чувства стыда и несостоятельности.

К развитию невроза может привести острая психическая травма.

Происходит это, если ситуация потрясает ребенка до такой степени, что мгновенно меняет его, подавляя темперамент, изменяя несозревший характер, приводя к острому чувству несостоятельности. В результате так же мгновенно образуется новая и очень сильная установка, которая подавляет предыдущие. Пережитое потрясение со временем уходит из сферы сознания, "забывается", но остается в неосознанном, откуда побуждает к невротическому реагированию, направленному против того, что вызвало это переживание. Мгновенно возникший невроз вылечивается так же быстро, сколь драматически быстро он возникает, достаточно многократно обыграть ситуацию, внося в нее элементы комичности. Но если имеет место хроническая психическая травматизация, то выявление механизма возникновения невроза и его лечение, гораздо сложнее. Постоянная травматизация может быть не сильной, но изматывающей: ребенок обидчив - его постоянно обижают, он пуглив - его запугивают.

Психическая травма не всегда очевидна, особенно у детей, поскольку у ребенка свой внутренний мир, с ограниченным жизненным опытом и напряженными переживаниями. Обычная для взрослого ситуация на улице, например потасовка подростков, может вызвать у ребенка шок, а наоборот трагическая ситуация останется им не понятой. Для того чтобы излечить невроз, необходимо установить наличие психической травмы и выяснить ее истинные причины.

Возвращаясь мысленно к изложенному материалу, Вы наверняка испытываете сложные чувства и задаетесь вопросом: возможно ли избежать всех факторов, способных привести к развитию невроза, что делать, когда признаки невроза уже налицо, как помочь своему ребенку?

Для начала остановимся на нескольких простых советах:

- Начните с себя, если Вы сами страдаете от невроза, Вам не удастся воспитать здоровую личность.

- Не пугайтесь, не паникуйте и не отгораживайтесь от проблемы (а значит и от ребенка), если понимаете, что он страдает от невроза.

- Будьте бережны и осторожны в своих взаимоотношениях с сыном или дочерью и нечего не предпринимайте без профессиональной консультации.
  
- Не прибегайте самостоятельно к лекарственной терапии потому, что можете добиться только внешней сглаженности симптомов, без изменения структуры заболевания, а то и с ухудшением его.
  
- Не руководствуйтесь советами "знающих доброжелателей", потому что, как любое заболевание, невроз нуждается в лечении специалиста.
  
- Не ставьте самостоятельно ребенку диагноз, если его поведение возбуждено или подавлено и не соответствует вашим желаниям, поскольку можете искусственно ввести своего здорового малыша в невротичное состояние.