**«ИГРА КАК СПОСОБ ПРЕОДОЛЕНИЯ НЕВРОЗОВ У ДЕТЕЙ»**

Игра в настоящее время умирает, как и непосредственность чувств, их открытость и искренность. Особенно это относится к жителям больших городов — чрезмерно серьезным, озабоченным родителям с левополушарным (сугубо рациональным) мышлением. При подавлении детской непосредственности появляются неврозы, поскольку страдает эмоциональная сфера ребенка, при этом он не только не сможет раскрыть свои интеллектуальные резервы, но и не будет способным ощутить радость жизни и почувствовать себя Человеком с большой буквы. Если бы дети играли так, как раньше, а родители понимали их и были более терпимыми, то, несмотря на все тяготы жизни, не было бы таких психических отклонений, как неврозы — в виде неврастении, истерического невроза, невроза страха и навязчивых состояний.

При *неврастении*ребенок перенасыщен информацией, игра расценивается как детские шалости, поэтому не допускается, зато много запретов, ограничений и регламентации. Постепенно уходит спонтанность, естественность чувств, утрачивается способность к самовыражению, ребенок зажат, скован, говорит взрослыми фразами, высказывает недетские суждения. Избыточная информация, ранние, субъективно понимаемые успехи, стремление к престижности негативно влияют на душу ребенка: он должен только соответствовать нормам, правилам, условиям без учета его индивидуальности, своеобразия характера и личности. При этом невозможно быть самим собой, выражать свои чувства и быть творческой, созидательной личностью. Вместо этого отмечается постоянная напряженность, неумение отдыхать, расслабляться, просто играть, смеяться, не говоря уже о способности гибко и непосредственно вести себя со сверстниками.

При *истерическом неврозе*можно требовать и хотеть чего угодно, не встречая никакого сопротивления, из-за сложных взаимоотношений родителей и их конфликтов между собой. Другими словами, пока родители занимаются решением своих проблем и пытаются наладить отношения, ребенок райтет как бы сам по себе, преодолевая возрастные трудности все более аффективным и драматическим образом. Отчаявшись привлечь внимание слишком озабоченных и занятых собой родителей, нередко больше любящих себя, чем собственное чадо, ребенок начинает проявлять свое право на любовь и привязанность капризами, истериками, демонстративным поведением, чтобы обратить на себя внимание мамы и папы, теряющих душевную теплоту и непосредственность чувств, зато проявляющих немотивированную безучастность к потребностям ребенка или властно подавляющих (не признающих) его призывы к любви и пониманию. В подобных ситуациях часто оказываются «бесполые» дети, т. е. те, чей пол разочаровал родителей, и те, кто родился слишком рано или слишком поздно, когда чувства родителей еще не созрели или уже угасли и ребенок оказался скорее помехой для их эмоционального благополучия, чем опорой. Потом все может перемениться. Каждый из родителей (чаще один из них) перенесет на ребенка всю свою нереализованную любовь, горечь разочарований и неурядиц в супружеской жизни, будет все ему прощать, подчиняться, надеясь встретить ответное чувство. А это порождает вседозволенность, непоследовательность, сопровождающиеся постоянными выяснениями, кто кого больше любит, нервными срывами и непреходящими обидами. Часто именно так родители компенсируют тщательно скрываемое чувство собственной неполноценности и эмоциональной неудовлетворенности.

При *неврозе страха*ребенок постоянно охвачен беспокойством, страхом и неуверенностью в себе, он не может быть самим собой ни одной минуты. Ему все время кажется, видится, мерещится какая-то опасность, апофеоз которой наступает во сне, населенном сонмом ужасов и тревожных предчувствий. Эти дети не могут сразу ответить на внезапный вопрос, легко теряются, смущаются, неспособны быстро сориентироваться в незнакомой обстановке. Игра со сверстниками и тем более с родителями им недоступна, поскольку страхи парализуют волю и спонтанность чувств. Это неудивительно, если учесть, что тревожно-мнительные родители, не преодолев свои страхи в детстве, заражают ими детей и не могут обеспечить адекватной психологической защиты, не говоря уже о собственной неспособности играть и быть эмоционально непосредственными с ребенком.

Когда же у детей обнаруживаются навязчивые (неотступные) мысли и опасения, когда они постоянно надоедают взрослым, думают об одном и том же и совершают одни и те же движения (тики) или заикаются от одного воспоминания, то это *невроз навязчивых состояний,*или *обсессивный невроз*(фр. obsession — одержимость, навязчивость). При нем отмечается не по возрасту развитый рационализм, который заменяет эмоциональность. Тогда полностью исчезают спонтанность, непосредственность и открытость в выражении чувств. Эти дети слишком рационально разрешают свои эмоциональные проблемы (как, впрочем, и их родители), рано приучаются думать штампами, стереотипами, негибки в мышлении, придают слишком большое значение мелочам. Обычную игру со сверстниками они презирают или боятся с ними играть, да и их самих сверстники неохотно принимают в свою компанию. Такие дети предпочитают компьютерные игры, недетские занятия, порой у них наблюдаются странные увлечения. Часто они слишком «правильные», преисполнены чувства долга, прямолинейны в суждениях, не способны на компромиссы, не могут представить себя на месте других людей. Такие дети слишком одно-сторонни и негибки, неотвязно думают о чем-то одном, «увязают» в проблемах, без конца пережевывая их как умственную жвачку, вместо того чтобы подойти к ним радикально и конструктивно. Дети с неврозом навязчивых состояний склонны подвергать сомнению любой очевидный факт, который со временем кажется все более сложным и неразрешимым. Они замкнуты и необщительны, избирательны и настороженны в контактах, доверяя только самым близким людям, которых давно знают и которые, по их мнению, не представляют никакой опасности.

При *неврастении*наиболее очевидно противоречие между чрезмерными требованиями родителей с левопо-лушарным (рациональным, абстрактным) мышлением и возможностями детей с исходным правополушарным (интуитивным, образным) мышлением. Другими словами, эти дети не настолько рациональны, насколько хотелось бы родителям, обычно инженерно-техническим работникам или ученым. Более того, дети могут быть ле-ворукими («вдвойне правополушарными»), скрытыми левшами (которых быстро переучили) или просто детьми с правополушарным образным мышлением, развитой интуицией, воображением, художественными задатками и выдающимися не столько теоретическими, сколько практическими способностями.

В основе всех неврозов у детей лежит неверие в их возможности, отсутствие индивидуального подхода в воспитании, неумение общаться и играть с ними, непоследовательность и противоречивость воспитания, а также крайности в отношениях с детьми, восприятие их «без пяти минут взрослыми» или «беспомощными младенцами». В результате непоследовательности и отсутствия гибкости при воспитании детей, разногласий между взрослыми в семье создается поле психологической напряженности, все более возбуждающе действующее на психическое развитие детей и одновременно тормозящее их активность из-за нарастания тревоги, страхов и неуверенности в себе.

В результате усиливающихся переживаний происходит перенапряжение нервной системы и при некомфортных отношениях в семье и неадекватной воспитательной тактике родителей развивается психогенное заболевание личности — невроз. Отметим, что больше всего неврозов у детей наблюдается в первые два года обучения в школе. Это не случайно, так как этот период является наиболее сложным для адаптации и наиболее труден для детей, не способных играть и взаимодействовать со сверстниками.

Игра — школа эмоциональности, воображения и фантазии, динамичного и гибкого мышления, принятия и разыгрывания ролей, общения со сверстниками и взрослыми, равно как и школа самостоятельности и независимости, инициативности и творческого самовыражения. К тому же в играх с правилами ребенок учится сдерживать эмоции, преодолевать трудности, доводить начатое до конца, что развивает умение владеть собой и уверенность в своих силах. Игра как существенный вид деятельности детей стимулирует расширение кругозора, любознательность, образное и логическое мышление, сообразительность в поисках правильного решения задачи, как и подвижность, ловкость, координированность движений. Наконец, игра со сверстниками помогает преодолевать конфликтные ситуации, шероховатости в общении и находить выход из сложных, порой драматичных ситуаций. Все это делает игру средством самовоспитания, приобщения к миру взрослых. Но одновременно игра — самостоятельная психическая реальность, уникальный и неповторимый мир детства.

В более систематизированном виде игра предстает перед нами как средство:

1) познания (усвоения новых знаний);

2) развития эмоциональности, усиления жизнерадостности и преодоления негативных чувств;

3) самовыражения, раскрытия своего творческого потенциала, возможностей и способностей;

4) приобретения коммуникативного опыта через умение принимать и играть роли;

5) формирования гибкого, ситуативного, альтернативного мышления и непосредственности в общении;

6) развития психических процессов, в том числе воображения, внимания, памяти, мышления, эмоционально-волевых процессов;

7) социализации (приобщения к социуму).

Игра — это неразрывное ролевое действо, не допускающее остановки, повторения и подразумевающее вовлечение всех присутствующих в процесс игры и происходящие в ней изменения. Сыгранность — кульминация лечебной игры, достигаемая в неоднократно повторяющихся занятиях.

Игра — это владение образами, весьма затруднительное для лиц, подверженных неврозам. Эта способность приобретается не сразу, скорее она воспитывается, формируется в процессе построения игр от простых предметных к более сложным ролевым играм. Более успешным бывает результат, если игры проводятся и дома.

Лечебное воздействие игры значительно шире ее психологической задачи или коррекции, существующих сами по себе, не заменяя, а дополняя психотерапию неврозов. Все это эффективно только при одном условии — в случае заинтересованности ребенка хотя бы в том, что с ним будут играть, уделять больше внимания, чем раньше, хвалить за успехи, не отрицая временных неудач и поражений.

Эмоции исчезают у родителей вследствие шоковых стрессов, запредельных испугов, бесконечных неудач, разочарований и обид. Как следствие — невроз, не говоря уже о депрессии (эмоциональной подавленности). Здесь, как никогда, необходима «оживляющая» психотерапия посредством совместной игры с детьми, на что немногие родители могут решиться.

В  отличие от взрослых, детей еще можно эмоционально «расшевелить» как раз посредством игры, интересных, захватывающих занятий, просмотра классических российских и зарубежных (Уолта Диснея) мультипликационных фильмов, посещений кукольного театра, рисования, музыки, пения, танцев, природы в ее первозданной чистоте, а то и просто улучшения настроения родителей и прекращения конфликтов в семье. Все это раскроет оптимальные возможности психотерапии и будет способствовать предупреждению неврозов и в следующих поколениях.