

Choroba ako odkaz

Neustále sa vracajúce choroby... kašeľ, zápal, bolesti hlavy, hnačky, bolesti bruška, dusenie, pomočovanie. Väčšina rodičov si myslí, že je to normálne alebo, že ich dieťa je náchylnejšie na choroby. Lekári predpisujú ďalšie a ďalšie lieky, ktoré nezaberajú, dokonca žiadna príčina sa nenájde. Tá však môže byť niekde úplne inde a ochorenie môže mať oveľa hlbšie súvislosti, ako by sa mohlo zdať.

Telo a psychika nefungujú oddelene

Každá choroba má svoj psychický a fyzický diel. Psychosomatika predstavuje psychofyzický problém teda problém vzťahu tela a duše. Každá choroba vzniká v nejakej konkrétnej životnej situácii, deje sa konkrétnemu človeku s konkrétnou minulosťou, konkrétnymi vzťahmi a to všetko vytvára celok, ktorý sa môže zásadným spôsobom podieľať na vzniku ochorenia. Dalo by sa povedať, že nás symptóm upozorňuje na veci, ktoré v našom živote nerobíme správne.

Psychosomatika a deti

Každé dieťa čas od času ochorie, problém však nastáva ak sa to deje opakovane a dlhodobo. V detskom veku vznikajú psychosomatické poruchy a ochorenia častejšie ako u dospelých. Prečo je to tak? Malé dieťa, na rozdiel od dospelého, ešte nie je schopné aktívne ovplyvniť situáciu, ktorá v ňom vyvoláva stres, úzkosť alebo rozporuplné pocity. Nedokáže o tom hovoriť a vyjadriť to slovami. Z tohto dôvodu sa môže stať, že jeho dlhodobo a

opakovane potláčané emócie premietnu aj na telesnú úroveň. Ochorenie tak častokrát predstavuje útek od nejakého, pre dieťa neriešiteľného problému alebo záťažovej situácie, a to nielen v rámci rodiny, ale môže ísť aj o problémy v škole alebo v rovesníckej skupine.

Čo môže byť príčinou?

Jednoznačný dôvod a príčina neexistujú. Ide o súhrn viacerých faktorov.

- vrodené vlastnosti
- temperament
- výchova
- vzťahy v rodine a mimo nej
- životný štýl rodiny
- prostredie, v ktorom dieťa vyrastá
- vek
- celková odolnosť organizmu
- vážnejšie ochorenia v rodine alebo úmrtie niekoho z najbližších

Najčastejšie typy psychosomatických ochorení u detí

Negatívne emócie sa prenášajú ako epidémia, nákaza. V prípade, keď sú rodičia v napätí, strese, deti to intenzívne vnímajú a nakazia sa nimi.

Psychogénny kašeľ

tzv. nervózne odkašliavanie = „máme doma dusno“

Deti, ktoré trpia chronickým kašľom sú často nadmerne a pritom neuspokojivo závislé na matke a nie sú schopné sa osamostatniť. Často sa vyskytujú aj konflikty v rodine. Dieťa sa nevie dostatočne presadiť, potláča hnev. Kašeľ v tomto prípade predstavuje prejav hnevu pri neuspokojovaní potreby závislosti a starostlivosti, ktoré dieťa nedokáže otvorene a priamo vyžiadať.

Čkanie

Čkanie sa objavuje u detí, ktoré sú vystavené premieňajúcej sa veľkorysosti a trestajúcej prísnosti rodičov. Chýba skutočná láska. Prudšie záchvaty sa môžu objaviť v momentoch neistoty, alebo pri zhoršení stavu.

Srdcová neuróza

Tento typ neurózy sa môže prejavovať viacerými príznakmi ako búšenie srdca, závrate, návaly potenia, psychická a fyzická slabosť. O srdcovej neuróze sa môže hovoriť u deťoch, ktoré vnímajú odlúčenie od matky ako nejaké ohrozenie.

Zápcha

Zápchou trpia väčšinou úzkostné deti s obmedzenými sociálnymi kontaktmi. Môže byť prejavom silného priania závislosti, starostlivosti či straty kľúčovej vzťahovej osoby (rozvod rodičov). Dieťa doslova nedokáže niečo stráviť.

Bolesti hlavy = „mám toho plnú hlavu“

Bolesti hlavy sa často vyskytujú u detí, ktoré túžia po uznaní a sú schopné urobiť pre ocenenie maximum. Tieto deti majú problém „vypnúť“ a oddýchnuť si.

Kožné ochorenia

Koža je miestom kontaktu s druhými ľuďmi a reaguje na problémy, ktoré sa týkajú komunikácie s okolím. V rodinných vzťahoch môžu prevládať dva extrémny. Buď ide o nadmerne ochranársky postoj rodiča k dieťaťu alebo na druhej strane o chladný vzťah (chýba dotyk).

Ako im môžete pomôcť?

Dôležité je sústrediť sa v prvom rade na dieťa a na vzťahy v rodine a nie na chorobu. Symptómy by mali byť chápané ako jednoduché signály, oznámenia orgánov, ktoré reflektujú vnútorné zakotvenie. Dôležité je vnímať ochorenie v kontexte vzťahov, v ktorých sa nachádza, neorientovať sa len na chorobu a sledovať rodinné zázemie ako druhotný a menej podstatný vplyv. Liečba psychosomatických ochorení je dlhodobý proces a vyžaduje spoluprácu viacerých odborníkov ako aj celej rodiny.

Váš tím CPPPaP (PhDr. Beáta Tancsáková)