

Válka rodiny
Roseových –
nejrychlejší možné
řešení, když to doma
nefunguje.



NESOULAD VE VZTAHU A NEMOC

Jak to spolu souvisí? Pro laika nepolíbeného psychosomatickým myšlením tyto dvě skutečnosti přece nemohou mít nic společného. Pro psychosomatického lékaře je to ale přímá rovnice – čím více neladu v partnerství, tím větší riziko onemocnění.

TEXT: JARMILA KLÍMOVÁ

Prozradím vám několik základních východisek, na kterých stojí moje uvažování, když do mé ordinace vstoupí klient s jakýmkoli somatickým (tělesným) onemocněním, které chce řešit a léčit.

Východisko č. 1: „Nemoc je sociální událost.“ Přeloženo do přijatelné češtiny to v praxi znamená, že každou nemocí něco sdělujeme svému okolí nebo reagujeme na to, jak se k nám naše nejbližší okolí chová.

Východisko č. 2: „Z každé nemoci máme nějaký zisk.“ Ještě prapodivnější věta než ta předchozí... Ale věřte tomu, že nevědomky díky našim nemocem, slabostem a bolestem získáváme mnoho výhod, o které si z jakéhokoli důvodu nejsme schopni říci přímo. Všichni jsme přece někde někdy potkali člověka, u kterého nás přímo praštilo do očí, jak si na své nemoci trvá a vlastně se vůbec nechce léčit. Třeba paní, která se v ordinaci praktického lékaře urazí, když jí po všech vyšetřeních řekne, že je zdravá. To z jejího pohledu není fér! Ona má přece díky své nemoci a steskům tolik pozornosti od svých blízkých...

Východisko č. 3: „Naši nejbližší lidé, tedy rodina, nás v nemoci a ve zdraví ovlivňují nejvíce.“

Nad tím se už asi pozastavovat nebudeme, ale jen zřídka si přiznáme, jak kardinální podíl mají tyto vztahy na utváření našeho ži-

vatního scénáře, do kterého zdraví a nemoc spadají především. Někdy to vidět neumíme, někdy to (raději) ani vidět nechceme.

A nyní se můžeme vrátit k řešení rovnice, o které jsem mluvila na začátku.

Náš partner je, nebo by přinejmenším měl být, našim nejbližším člověkem. Ne vždy to má ale pozitivní dopad. Partner nás může stejně tak milovat, chránit a hýčkat jako zjevně či skrytě terorizovat, utlačovat, deformovat.

Jsmeli hýčkáni a milováni, nepochybně se to projeví na našem zdraví. Samozřejmě pozitivně. Nemoci se nám jako zázrakem vyhýbají. S údivem se díváme okolo, jak si lidé stěžují na různé potíže a nemoci, a nás se to jaksi netýká.

Naopak v případech, že naše klíčové životní vztahy nejsou v pořádku, můžeme se rovnou statečně zařadit do zástupu pacientů, protože dříve či později se nějaká nemoc objeví. A většinou platí, že čím nemocnější a poškozenější jsou naše vztahy, tím závažnější onemocnění se objeví na naší tělesné schránce.

Hluboce cítím s každým, kdo u mne během konzultací pomalu, ale jistě dochází k tomuto bolestnému poznání. Nepřichází jen deziluze o partnerovi, ale často se začíná bortit životní sen. Sen o tom, jak člověk chce – či chtěl – žít. Jak si myslel, že to půjde, jak doufal, že to bude to pravé. A místo toho začíná něco jako čelní náraz do betonové zdi. Podceňovat tuto míru osobního zoufalství je ta nejhorší ignorance, které bychom se dopustili. Mizí ideální iluze partnera a mizí i vysněný obraz sebe sama. Z hlediska emoční zátěže to můžeme směle přirovnat ke sdělení diagnózy o zhoubném onemocnění.

Dnes už víme, že na rakovinu se nemusí zemřít. Stejně tak se nemusí zemřít na ubližování ve vztahu. Když máme odvahu čelit nepřijemnostem, pojmenovat je a začít roztáčet kolo osudu jiným směrem, mohou kupodivu přežít všichni. Jen se musíme smířit s tím, že to nebude bezbolestná léčba, a musíme být ochotni přijmout jisté ztráty, které nás na této cestě ke zdraví čekají. ■



PROČ JSME SE JARMILY KLÍMOVÉ PTALI, JAK SPOLU SOUVISÍ NELAD VE VZTAHU A NEMOC?

MUDr. Jarmila Klímová je psychiatřka a psychoterapeutka, zabývá se psychosomatikou. Ta vnímá příčiny zdravotních problémů člověka ve všech souvislostech – ve vztazích s okolím, s životním stylem a s přístupem k sobě samotnému.