Психология болезни: как отношение к лечению влияет на исход заболевания

В любой момент жизни каждый человек может столкнуться с болезнью. Для одних проблемы со здоровьем – это наказание и крушение всей жизни, для других – испытание и возможность измениться к лучшему. Давно доказан тот факт, что у ребенка после тяжелой инфекции наблюдается резкий скачок в развитии. Многое зависит от того, как люди относятся к своим заболеваниям.

Двадцать лет работы врачом дали мне возможность проанализировать отношение пациентов, обратившихся за медицинской помощью, к своим заболеваниям. Отчетливо выделяются три вида отношений к болезни:

1. Ответственный

Пациенты этого типа спокойны, настроены на диалог и сотрудничество с врачом. Услышав о диагнозе, они не унывают, не впадают в истерику. Осознают, что кроме «волшебных таблеток», необходима работа над собой. Такие люди меняют свой образ жизни - питание, физические нагрузки, режим работы и отдыха, учатся новым гармоничным отношениям с собой и другими людьми. Такие люди не ждут манны небесной, не винят в своих бедах других людей или обстоятельства (в медицинской практике - врача, а в жизни - начальника, жену, мужа, правительство), они берут ответственность за свое нынешнее состояние и за лечения только на себя. В жизни такие люди занимают активную позицию, позволяющую быть успешными и счастливыми. Счастье - это совпадение способностей человека с его деятельностью, гармоничная связь с миром, основанная на всесторонней реализации его задатков посредством проявления воли (В.М. Симонов). Воля всегда предполагает усилия со стороны человека. То есть без его участия чуда не произойдет. Такие люди попадают к врачу не только при возникновении болезни, но и в профилактических целях.

2. Исполнительный

Эти пациенты охотно ходят к врачам, внимательно слушают, записывают рекомендации. Они любят, когда им назначают много лекарств - чем больше и эксклюзивнее, тем лучше. Если в очереди в поликлинике они слышат о том, что кому-то выписали новое эффективное средство, обязательно будут требовать себе такое же. Отказа не терпят, жалуются в вышестоящие организации. Еще исполнители очень любят лечение в стационаре. Но есть одно «но»: обычно терапия заканчивается за порогом клиники. Почему? Люди такого склада не имеют внутреннего мотива быть здоровым, истинная причина обращения к врачу - получить внимание. Как и все психологические проблемы, эта тоже имеет свои корни в детстве. Обычно такие люди были обделены вниманием, а главное, одобрением собственных родителей. И, чтобы заслужить их, они делают все, что вызывает ответную реакцию - похвалу. Не получая похвалы и одобрения, они теряют интерес к любой деятельности. Часто и в жизни такие люди делают что-то, чтобы заслужить благосклонность окружающих - поступают в тот ВУЗ, который нравится маме;

занимаются футболом, потому что папа хочет вырастить из ребенка спортсмена; встречаются с девушкой, потому что друзья считают ее крутой. Такие люди лечатся ровно до тех пор, пока на них обращают внимание медицинский персонал или их близкие.

3. Пессимистичный

Это самая тяжелая категория пациентов. Даже самое незначительное заболевание, изменения в показателях анализов подхватывается ими как флаг и с гордостью проносится через всю жизнь. Иногда - не только свою, но и через жизнь своих близких. Делать что-то, что могло бы привести их к выздоровлению, они не пытаются. Кроме того, такие пациенты склонны свои поведением усугублять свое состояние.

Для чего же они это делают? Как ни странно, в этом положении есть своя выгода. Во-первых, такие люди не выносят стресса, предпочитая идти по пути наименьшего сопротивления. Они привыкли лежать на диване, а не бегать по утрам в парке; объедаться фастфудом, а не готовить полезную пищу. Им легче купить средство от изжоги, чем перестать есть свиные отбивные.

Пациенты такой категории практически не следят за своим здоровьем. Однако им нравится привлекать к себе внимание, демонстративно рассказывая о проблемах со здоровьем, примеривая на себя образ жертвы. «Вот, у меня зрение падает, врачи говорят надо операцию срочно делать! А как я семью то брошу, детей? Без меня же все рухнет!», - жалуется женщина подругам. Не осознавая того, что если она ослепнет, ее дети, о которых она так «заботится», будут вынуждены круглосуточно водить ее за руку, забыв о собственных делах. Жертвенность всегда является обратной стороной эгоизма.

Во-вторых, болезнь - прекрасная почва для манипуляций другими людьми. Пациенты такого типа используют свое состояние, чтобы управлять своими близкими, вызывая жалость и чувство вины. Пока мама лежит на диване с сердечным приступом, никто не посмеет ей возразить. «Ты хочешь уехать в другой город, где тебе предложили хорошую работу? Да ты с ума сошел! У твоей мамы давление, на кого ты ее оставишь?».

Заметьте, у таких людей все завязано на себе: «Я болею, но мне спокойно, мне так удобно, мне все должны, меня нельзя расстраивать». Причина такого поведения - эгоцентризм, реализация невротической потребности во власти и доминирования. Такое состояние, конечно, дает, массу преимуществ, но какой ценой? Готовы ли вы платить своим здоровьем за возможность делать людей марионетками в своих руках?

Автор: Савилова Елена Петровна

Редакторы: Елисеева Маргарита Игоревна, Симонов Вячеслав Михайлович

Ключевые слова: болезнь, здоровье, мотив, невротическая потребность, пациент, активность

Источник фото: unsplash.com

