Автор: admin
16.04.2014 21:55 -

Что нас страшит в болезнях?

Болеть не любит никто... Однако простым словом «не любит» очень сложно полноценно описать весь спектр эмоций, которые вызывает у нас нездоровье. Гораздо правильней было бы сказать: «Болеть мы не любим и боимся».

Именно страх перед болезнью – один из наиболее важных факторов наших с нею взаимоотношений. Отчего же дело обстоит именно так? Почему мы боимся болеть?

У малышей все объясняется довольно просто:

– во-первых, конечно же, они боятся *боли, крови, неприятных медицинских манипуляций* ;

– во-вторых, ребенок боится, что *болезнь разлучит его с мамой и папой* (и чем он младше, тем сильней такой страх: у младенцев до года он находится, бесспорно, на первом месте);

– в-третьих, ребенок *страдает от ограничения возможностей* (еще вчера все было хорошо, а сегодня вдруг – нельзя бегать и прыгать, плавать, играть во дворе с друзьями и даже ходить в школу);

– и в-четвертых, дети – большие консерваторы, их *страшит все неизвестное*. Когда с тобой происходит
нечто
, о котором тебе толком не говорят, а если говорят, то непонятно, и уже заранее ясно, что ничего хорошего ждать не приходится – становится очень не по себе.

Как видим, причины довольно просты, а вот справиться со всеми этими страхами порой очень нелегко, причем чем тяжелее заболевание ребенка или травма, которую он

перенес, тем проблематичнее ситуация. Поэтому в случае длительного, сложного заболевания или перенесенной тяжелой травмы практически всем детям (да и взрослым!) рекомендуются реабилитация и коррекционные занятия с психологом.

По мере того, как дети подрастают, страхи их меняются.

В подростковом возрасте пугает уже не только боль и неизвестность, но в первую очередь страшит возможность, что *болезнь существенно и в худшую сторону изменит внешность*, физическую привлекательность.

Немалую роль играет и *ограничение общения* – ведь именно в этом возрасте возможность полноценных контактов с близкими друзьями, «своей компанией» и вообще со сверстниками как никогда важна.

А вот ограничение общения с родителями и возможность не посещать школу могут и вовсе восприниматься «наоборот» – как некий бонус своего состояния.

В молодости парней и девушек болезнь пугает как некое *бедствие, лишающее жизненных перспектив*, и тем тяжелее переносится, чем более существенные преграды ставит «на пути к мечте». К примеру, очень тяжело переносятся заболевания, не дающие возможности реализоваться в выбранной профессии или любимом занятии.

Все другие страхи в сравнении с этим как бы отходят на второй план, ведь именно самореализация и профессиональные достижения – самое главное в этом возрасте.

В среднем возрасте человек часто боится не столько самой болезни (хотя и это имеет большое значение), сколько всех «вытекающих» их этого обстоятельства последствий:

– *потери любимой или хотя бы привычной работы* (тем более – трудоспособности вообще);

– *проблем с финансами*, ведь любая болезнь – это нередко и потеря доходов в привычном объёме, и одновременно – резкое, непредвиденное увеличение расходов;

– *изменений статуса в семье* (особенно страшно, когда еще вчера семейный лидер, здоровый и полный сил человек, становится самым «слабым звеном», к тому же зависимым от остальных членов семьи);

– перемены отношений в семье и возможной *негативной реакции партнера или супруга на болезнь* ; нередки случаи, когда при обнаружении «женских» или «мужских» заболеваний (касающихся репродуктивной, сексуальной сферы) партнеры перестают воспринимать друг друга как желанный, привлекательный объект, и если отношения строились более на физической привлекательности, нежели на подлинной близости и общности – брак разрушается.

В старости страхов становится еще больше, да и интенсивность их ощутимо сильнее.

Если в 30-40 лет (а тем более в 20!) болезнь воспринимается как нечто временное, с чем есть силы и время справиться, то в пожилом возрасте человек, напротив, именно этого и боится: ему кажется, что *преодолеть недуг не хватит ни времени, ни сил*.

Человек понимает, что возможность фатального исхода в этом возрасте гораздо выше, чем в молодом, поэтому *страх болезни у пожилых людей всегда смешивается со страхом смерти* – уже довольно близкой и гораздо более реальной, чем раньше.

Кроме того, *старый человек существенно ограничен в возможностях изменить свою жизнь* . И если в молодости и зрелом возрасте даже потерю работы и привычного круга общения в принципе можно пережить, найдя им замену, то в старости это чрезвычайно сложно.

Однако насколько нас страшат болезни, зависит, конечно, не только от **возраста**. На степень эмоционального накала наших отношений с недугом влияет и **темперамент**
.

Чувствительные, мнительные люди (*меланхолики*) переживают нездоровье в разы тяжелее оптимистичных *сангвиников* – поэтому и болезни у них нередко протекают тяжелее.

Уравновешенные *флегматики* внешне относятся к заболеваниям спокойно, однако нередко очень глубоко переживают «внутри себя».

А вот *холерики*, не слишком эмоционально устойчивые, нередко колеблются между отчаянием и «ура-оптимизмом», что вносит сложности в их лечение.

Немалую роль в отношениях «человек-болезнь» играет и **характер**, о чем мы подробно говорили в предыдущих статьях.

И, конечно, очень важен **тип самой болезни, ее течение и особенности**.

Более всего мы боимся тех заболеваний, которые:

– имеют высокий процент смертности;

– имеют выраженный острый болевой синдром или хронический болевой синдром (боли, длящиеся более полугода);

– возможность инвалидности как последствия заболевания;

– влекут за собой непременную госпитализацию, тем более – длительную;

– очень заразны;

– «социально неприемлемы» (ВИЧ, гепатит, венерические заболевания);

– затрагивают не нас лично, а наших близких – в особенности детей.

В зависимости от того, чего каждый из нас боится более всего (соответственно – смерти, боли, беспомощности и зависимости, позора, бессилия помочь), мы и считаем то или иное заболевание или состояние самым страшным.

Однако для успешного излечения (если, конечно, речь не идет о смертельном недуге) нам необходимо в первую очередь поверить в возможность преодоления, и значит – победить свой страх. А сделать это легче, зная «врага в лицо». Проанализировав свои страхи, вы сможете справиться с ними, если в этом возникнет необходимость.

Ну а если это кажется слишком сложным – вам всегда могут прийти на помощь специалисты-психологи. Здоровья вам!

Автор - **Наталья Проценко**
Источник