



Zásady prevence a psychoterapie neurotických a psychosomatických onemocnění

MUDr. PhDr. Jan Poněšický, Ph.D., lékař a psycholog, psychoanalytik, psychoterapeut a angažující se filozof, byl za svou politickou činnost v KANu a za protest proti sovětské okupaci souzen a vypovězen z Krajské nemocnice v Českých Budějovicích. Z důvodů pokračující diskriminace emigroval roku 1977 do SRN, kde pracoval na renomovaných psychosomatických a psychoterapeutických klinikách v Göttingenu a Düsseldorfu, a posléze se stal v roce 1986 primářem na psychosomatické klinice v Isny v Badensku-Würtenbersku. Roku 1996 se přestěhoval do východního Německa, kde se stal vedoucím lékařem psychosomatického oddělení pro léčbu anorexií, bulimií a hraničních poruch osobnosti. Přednáší na psychoterapeutických a psychoanalytických doškolovacích institutech v Drážďanech a v Lipsku, jakož i na PPF a Pražské vysoké škole psychosociálních studií v Praze, a vyvíjí bohatou supervizní činnost v Německu i v České republice. Přednáší na kongresech doma i v cizině, publikuje odborné stati a knihy na téma psychosomatiky, psychoterapie, psychoanalýzy, agrese, násilí a moci, ženství a mužství a filozofické antropologie.

Psychogenní onemocnění jsou v naší uspěchané a na výkon a úspěch zaměřené době stále častějším fenoménem. Odcizení, povrchnost vztahů a smysl života viděný v zábavě a blahobytu protiřečí autentickým lidským hodnotám a potřebám jak seberealizace, tak i vzájemnosti a občanské odvahy. Zvláště neurózy a psychosomatická onemocnění, jež jsou považovány za civilizační choroby, jsou podmíněné nepřírodným způsobem života, stresem, to jest tlakem na přizpůsobení se daným podmínkám, přičemž rozhodující roli hraje způsob, jak tyto zátěžové situace zpracováváme. Mnohem lépe se s nimi vyrovnávají lidé, kteří dbají na své mezilidské vztahy a zázemí, a též ti, kteří se ze svých zkušeností učí a mohou se opřít o své názory a ideály.

To je i cíl psychoterapie. Autor poukazuje na fakt, že rozhodující roli v ní hraje vztah a interakce mezi pacientem a terapeutem, jeho postoj a angažovanost. Terapeut se chtě nechtě stává v jistých ohledech vzorem pro pacienta. Na co terapeut reaguje, do jakých stránek pacientovy osobnosti se vcítuje a jak s ním jedná – tato interpersonální dynamika, kterou Poněšický podrobně popisuje, hraje podstatnější roli nežli proklamované terapeutické postupy a techniky.