

Gyermekbetegségek lehetséges lelki okai

A szervezet sejtjeinek működéséért felelős impulzusokat a mindenkori lelkiállapot nagymértékben befolyásolja, így a negatív pszichikai tényezők, mint a szorongás, a félelem, a düh, a frusztráció, a féltékenység és az alacsony önbecsülés egyaránt hozzájárul bizonyos betegségek kialakulásához.

A tapasztalatok szerint a gyermekek gyakrabban lesznek betegek, ha egy új élethelyzetbe kerülnek, még akkor is, ha látszólag elfogadták a megváltozott körülményeket. Tipikus példa erre az új családtag, vagyis a kistestvér, illetve a nevelőszülő érkezése. Mindezt a gyerek úgy élheti meg, hogy rá már nincs akkora szükség, mint korábban, netán csak ötödik kerékként van jelen a közösségben.

Azok a gyerekek, akiknek az önbizalma gyenge lábakon áll, jellemzően a kívülről kapott pozitív visszajelzésekből merítenek erőt. Ezért minden lehetséges módon igyekeznek megfelelni a körülöttük lévőknek, különösen szüleiknek, illetve a gondozó- vagy óvónőiknek. Miközben azonban környezetük véleményére és elvárásaira fókuszálnak, gyakran háttérbe szorítják saját vágyaikat.

Gyakran előfordul a gyerekeknél, hogy néhányuk bármennyire is szeretné kifejezésre juttatni mindazt, ami benne zajlik, nem tudja megfogalmazni, ezért a szó átvitt értelmében lenyeli mondanivalóját. Ez a probléma jelentkezhetsz akkor is, ha a gyerek ugyan képes lenne kommunikálni érzéseit, ám környezete értetlenségétől vagy közönyétől tartva mégsem teszi, és magában bosszús, amiért nem értik.

Ahogy a gyermek lépésről lépésre elsajátítja az önkifejezés módjait, illetve megszűnik az ezzel kapcsolatos félelme, lassacskán összhangba kerül önmagával, és akkor a sorozatosan jelentkező betegségektől is búcsút lehet venni.

Nagyon jellemző azonban az a tény, miszerint a gyermekeknek még nincs annyiféle lelki problémájuk (pl: párkapcsolati, szerelmi, munkahelyi probléma), mint a felnőtteknek, mégis produkálnak olyan tüneteket, betegségeket, amiket a felnőttek szoktak. Ennek egyszerű magyarázata az, hogy a gyermek betegsége sok esetben a szülő tükre. Minden szülő boldognak és egészségesnek szeretné látni a gyermekét. Éppen ezért, amikor a gyerek megbetegszik, a szülőben ott bujkálhat a félelem: vajon mit nem csináltam elég jól, hogy ez történt?

A gyerek az első hét évben a szülők rezgése alapján próbál ösztönösen tájékozódni. Érzékeli a szülőben vagy szülők között zajló szorongást, feszültséget, elkeseredést, hiányérzetet, szomorúságot. Hét év alatt az anya érzéseit azonosítja, a férfi mintát hét év felett kapja a gyermek.

Mit kellene tennünk azért, hogy gyermekünk egészséges legyen? A válasz nagyon egyszerű: legyünk **BOLDOGOK!** Hiszen ezt az érzést a gyermek a mi mintánkon keresztül tanulja meg. A szülő a gyereknek mintát mutat szavakkal, gondolatokkal, viselkedésmintákkal. Ha nem vagyok boldog, akkor a gyerek megtanulja, hogy hogyan lehet boldogtalanul élni. Ha

pedig boldogtalan vagyok mint szülő, akkor nem vagyok elégedett az életem valamely területével és a lelki megbetegedés következtében fizikailag is gyengülök.

Mivel a gyerek a szülő problémáját tükrözi, ezért a megoldáshoz a betegség megértése vezet. Nem könnyű rájönni az okokra, hiszen a megértés alapfeltétele a szülő önmagához való őszintesége. Amikor a probléma kellős közepén vagyunk, nehéz őszintének lenni, mivel mást gondolunk magunkról tudatosan, és más a probléma valódi oka tudat alatt. Ráadásul tisztában kell azzal is lennünk, hogy másképp látunk dolgokat akkor, ha nem vagyunk érzelmileg érintett szereplői egy történetnek, így tiszta fejjel tudunk jó tanácsot adni; és másként tudunk ítélni abban az esetben, ha a saját bőrünkön vagyunk kénytelenek érezni egy helyzet megoldásának összes kínját és szenvedését.

A betegség nem azért képződött a gyerekekben, mert a szülő nem akarta megoldani a problémáját, hanem azért, mert a szülő nem tudta, hogyan oldja meg azt. Ezért a szülő a gyerek megbetegedésén keresztül ki is zökken egy időre az élete mókuskerekéből, és jó esetben, próbálja más megvilágításból nézni a dolgokat. Sokszor a betegség lefolyása elég idő arra, hogy a szülő problémája spontán megoldódjon. De ez nem mindig ennyire egyszerű. Hisz szívesebben foglalkozunk a tünetek kezelésével, az sokkal egyszerűbbnek tűnik. Így azonban olyan sokszor visszatérhet a probléma, hogy a szülőnek muszáj elgondolkodnia.

The power of your life

A betegség probléma és nem tünet! Ha foglalkozunk a betegség szimbolikájával és megtaláljuk a baj gyökerét, a betegség akár spontán, gyógyszer vagy terápia nélkül is képes meggyógyulni. Természetesen a felismerésen kívül magát a problémát is meg kell oldani. A felnőtt ember nem szívesen foglalkozik a tünetekkel, inkább elnyomja azokat. Ha fáj a fejük, elég ha beveszünk egy fejfájás csillapítót ahelyett, hogy végiggondolnánk, mi a kiváltó, igazi ok. A betegségek szimbolikája, a testi elváltozás helye, milyensége egyértelműen mutatja azt, hogy a való élet mely területén vannak megoldásra váró feladatok, „orvosolni való” problémák.

A tünetek akkor több figyelmet kapnak, ha azok a gyermekünkön jelennek meg. Rájuk jobban odafigyelünk, értük jobban aggódunk. Magunknak nem vagyunk annyira fontosak, mint a gyermekünk. Ezért vállal át dolgokat a gyerek, hogy komolyabban vegyük az életünk problémáit. Ezzel a gyerek tanítja a felnőttet. Az igazi tanulás nem a szavakból, hanem a tettekből fakad. A gyerek folyamatosan figyel, hogy a szülő mit mond, és mit tesz. Ha a szülő a berögzült szabályoktól képes elszakadni, akkor a gyerek is képes lesz átlépni a korlátokat, akár saját korlátait is.

Az egészség alapja az egészséges gondolkodás. Csak azt várjuk a gyermekünktől, amit nap, mint nap mi is teszünk. Minden betegségnek lelki oka van! A szülőn keresztül feltárhatóak a problémák, és feloldhatóak a gyógyulást akadályozó tényezők.