

02.06.2021

Traumatizácia v detstve a zdravie v dospelosti

Vysoký krvný tlak, obezita, migréna, ale aj bolesti chrbta, alergie, kožné problémy či astma, s ktorými bojujeme v dospelosti, môžu súvisieť s traumatizáciou v detstve. Vyplýva to z výsledkov výskumu, ktoré zazneli na odbornom seminári pre medicínske a pomáhajúce profesie. Spoluorganizátorom podujatia bolo Národné koordinačné stredisko pre riešenie problematiky násilia páchaného na deťoch (NKS) pri Ministerstve práce, sociálnych vecí a rodiny SR.

NKS v spolupráci s partnermi druhýkrát zorganizovalo odborný seminár pre lekárov, psychológov a ľudí z ďalších pomáhajúcich profesií. *Traumatizácia v detstve a zdravie v dospelosti*. Seminár nadväzoval na medzinárodnú konferenciu ešte zo septembra 2019. „*Pandémia koronavírusu sa dotkla aj nás. Viani sme tento seminár zorganizovať nemohli, tento rok sme zvolili online formu,*“ uviedla riaditeľka NKS Mária Vargová.

Na seminári s medzinárodnou účasťou sa zúčastnilo takmer 200 odborníkov z rôznych odvetví medicíny, psycholóvia, psychiatri, sociálni pracovníci, policajti a pod. *„Naším cieľom je zapojiť čo najviac lekárov do multidisciplinárnej spolupráce, keďže ich účasť v tímoch, ktoré spolupracujú na prípadoch týraných detí, je veľmi dôležitá. Snažíme sa preto prinášať aj pre nich atraktívnu tému a takto ich motivovať k spolupráci,*“ priblížila angažovanie strediska jeho riaditeľka.

V úvode seminára vystúpila psychiatrička, psychoterapeutka a výskumníčka MUDr. Natália Kaščáková, PhD., ktorá vo svojej prednáške priblížila negatívne dopady traumy z detstva na zdravie v dospelosti: *„Výskumami sa potvrdzuje výrazná spojitosť včasnej traumatizácie so zhoršeným duševným a somatickým zdravím, a tiež s rizikovým správaním, ktoré vedie k zhoršenému zdraviu a včasnej úmrtnosti.*“ O prejavoch traumy u detí a možnosti terapií hovorili psychologičky a psychoterapeutky Mgr. Jana Ashford a Mgr. Hanka Vojtová.

V rámci panelovej diskusie účastníci otvorili stále aktuálnu tému neprimeraných reakcií okolia na obe domáceho a sexuálneho násilia. Z praxe vyplýva, že častokrát dochádza k ignorovaniu zverejnených informácií a dospelí sa snažia deti umlčať. *„Preto musíme hovoriť nielen o násilí, ale aj o jeho dôsledkoch, medzi ktoré trauma určite patrí, a vytvárať priestor pre prácu s traumatizovanými ľuďmi,*“ vysvetlila Mária Vargová, riaditeľka NKS.

Jedným z najdôležitejších krokov v boji proti násilium páchanom na deťoch je vytvárať pre ne také prostredie, v ktorom budú nielen pociťovať dostatok bezpečia a podpory, ale budú aj schopné hovoriť, ak sa stali obeťou nejakej formy násilia. *„Prostredie nevytvára iba rodina a najbližší, ale každý, kto vstupuje do života dieťaťa. A práve preto sa takýmto podujatiami, vzdelávaním a vzájomnou výmenou skúseností snažíme nabádať zainteresované subjekty k spolupráci. Seminárom sme zdôraznili nielen potrebu identifikácie a pomoci dieťaťu v čo najskoršom veku, ale ponúkli sme účastníkom aj možnosti realizácie pomoci traumy v dospelom veku. Vzhľadom na veľký záujem o tieto témy plánujeme takéto odborné semináre aj do budúcnosti,*“ uzavrela riaditeľka strediska Mária Vargová.

Na prípravu odborného seminára, ktorý sa konal v utorok 25. mája 2021, sa podieľali: Národné koordinačné stredisko pre riešenie problematiky násilia na deťoch pri MPSVR SR, Liga za duševné zdravie, Slovenská psychiatrická spoločnosť, Pro mente sana, Slovenská psychiatrická spoločnosť, Univerzita Palackého v Olomouci, Edisonline.

Prednášky:

MUDr. Natália Kaščáková, PhD.: Traumatizácia v detstve negatívne ovplyvňuje zdravie v dospelosti

Psychiatrička, psychoterapeutka, výskumníčka. Pôsobí v súkromnej psychiatickej a psychoterapeutickej praxi v Bratislave a v Inštitúte sociálneho zdravia na Univerzite Palackého v Olomouci. Podieľa sa na viacerých výskumoch a odborných štúdiách zameraných na skúmanie súvislostí medzi traumatizáciou v detstve a neskorším životom, vzťahovou väzbou, odolnosťou a zdravím. Je autorkou knihy Obranné mechanizmy z psychoanalytického, etologického a evolučno-biologického aspektu.

Anotácia: Traumatizácia v detstve môže narušením vývoja kľúčových neuronálnych štruktúr zásadne meniť reaktivitu na stresové podnety v zmysle zvýšenej vulnerability. Výskumami sa potvrdzuje výrazná spojitosť včasnej traumatizácie so zhoršeným duševným a somatickým zdravím, a tiež s rizikovým správaním vedúcim k zhoršenému zdraviu a včasnej úmrtnosti. V našom príspevku uvádzame výskyt retrospektívne udávanej traumatizácie u reprezentatívnej vzorky dospelých obyvateľov Slovenska (výskum realizovaný v apríli 2019, N = 1018, priemerný vek 46,24 rokov, 48,7% mužov). Poukazujeme na súvislosti včasnej traumatizácie so vzťahovým štýlom správania a so sledovanými zdravotnými ťažkosťami (napr. hypertenzia, obezita, migréna a bolesti hlavy, bolesti chrbta, bolesti v malej panve u žien, astma, kožné ochorenia, alergie, problematické pitie alkoholu, úzkosti, depresie) v dospelosti. Rozsah problematiky traumatizácie v bežnej populácii je výzvou pre utváranie preventívnych programov a terapeutických postupov v klinickej praxi.

Mgr. Jana Ashford: Prejavy traumy u detí a možnosti terapie

Pracuje v ALMA Centre v Bratislave. Je psychologička, psychoterapeutka, pracuje terapeuticky s deťmi, dospelými a rodinami, je členkou Slovenského inštitútu pre psychotraumatológiu a EMDR, je supervizorka pre detských EMDR terapeutov na Slovensku a v Čechách.

Anotácia: Príspevok sa venuje tomu, ako vplýva trauma na deti, ako je možné rozpoznať dôsledky traumy a ako je možné terapeuticky pracovať s traumatizovanými deťmi. Čo považujeme za traumy? Od čoho závisí to, ako sa dieťa s traumou vyrovná? Aké prejavy môžeme pozorovať u traumatizovaného dieťaťa doma či v škole? Ako sa prejavuje disociácia u detí? Ako je možné terapeuticky pomôcť traumatizovaným deťom? Odpovede na tieto otázky skúsime osvetliť aj na kazuistickom príklade.

Mgr. Hanka Vojtová

Je klinická psychologička a psychoterapeutka, pôsobí ako trénerka pre Slovenský inštitút pre psychotraumatológiu a EMDR, pracuje v Trenčíne.

Anotácia: Prednáška prinesie poznatky o dôsledkoch, ktoré sa prejavujú u dospelých komplexne traumatizovaných v detstve. Komplexná traumatizácia detí - týranie, zanedbávanie, zneužívanie, vyrastanie v dysfunkčnej rodine - má zásadný vplyv na vývin nervovej sústavy a tým na psychické, fyzické i sociálne fungovanie jedinca nielen v detstve, ale aj v dospelosti. Dospelí trpia najrôznejšími psychickými ťažkosťami, prednáška sa zameriava najmä na komplexnú posttraumatickú stresovú poruchu.

Hostia panelovej diskusie:

Mgr. Jana Ashford - psychologička, psychoterapeutka pracuje v ALMA Centre v Bratislave, ktoré pomocou psychologického poradenstva alebo psychoterapie pomáha deťom aj dospelým prekonať náročnejšie životné obdobia.

Doc. Mgr. Zuzana Dankulincová, PhD. - je docentkou v odbore sociálna psychológia a pôsobí na Ústave psychológie zdravia a metodológie výskumu Lekárskej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. Toto pracovisko sa zameriava na zraniteľné skupiny populácie a pani docentka osobne vedie výskum Care4Youth venujúci sa duševnému zdraviu dospelých a mapovaniu systému starostlivosti o dospelých s duševnými problémami.

Prof. MUDr. Jozef Hašto, PhD. - psychiater a psychoterapeut, od roku 2013 vykonáva súkromnú psychoterapeutickú prax, prednáša na viacerých vysokých školách, pôsobí ako školiťel v oblasti psychoterapie a venuje sa vydavateľskej činnosti. Je autorom viacerých odborných publikácií a desiatok odborných štúdií.

