

## Rodzice Chorzy Psychicznie

Psychiczna choroba matki lub ojca stanowi zagrożenie dla ich dzieci. Ryzyko, że one również zachorują, jest większe niż wśród dzieci, których rodzice nie mają problemów ze zdrowiem psychicznym.

To ryzyko jest szczególnie wysokie, gdy rodzic ma schizofrenie, chorobę afektywną dwubiegunową, ciężką depresję lub jest uzależniony od alkoholu, leków czy narkotyków. Prawdopodobieństwo zachorowania jest jeszcze większe, gdy takie problemy mają obydwój rodzice, ojciec i matka.

Podatność na zachorowanie bywa przekazywana na drodze genetycznej, ale niebezpieczne dla dziecka są także zaburzone zachowania i reakcje rodziców. Upośledzają one ich zdolność okazywania dziecku miłości i bycia dla niego trwałym wsparciem. Niestabilizowane i nieprzewidywalne środowisko rodzinne sprzyja rozwojowi zaburzeń psychicznych u dziecka, zwłaszcza gdy dochodzi do rozkładu małżeństwa, a matka i ojciec nie radzą sobie z powinnościami rodzicielskimi.

### Czynniki pozytywne, zmniejszające ryzyko:

- wiedza dziecka o tym, że jego rodzice są chorzy, więc nie można ich winić za pewne zachowania,
- stabilny dom rodzinny,
- poczucie bycia kochanym przez oboje rodziców,
- silna więź ze zdrowym rodzicem,
- wrodzona zrównowazona i pogodna osobowość dziecka,
- siła wewnętrzna i zdolności przystosowawcze dziecka,
- posiadanie przyjaciół,
- zainteresowanie nauką i dobre wyniki w szkole,
- zainteresowania pozaszkolne, hobby,
- pomoc z zewnątrz ukierunkowana na wzmocnienie więzi w rodzinie, np. poradnictwo małżeńskie i rodzicielskie.

Lekarze, terapeuci, pracownicy socjalni i wszyscy inni, którzy mają pod opieką osobę dorosłą chorą psychicznie, powinni także interesować się tym, czy nie ma powodów do obaw o stan psychiczny i emocjonalny jej dzieci. W razie potrzeby powinni skierować dziecko na badania do psychiatrii dziecięco-młodzieżowej.

Terapia indywidualna lub rodzinna daje możliwość przezwyciężenia problemu, jakim są chorzy psychicznie rodzice, pomagając dziecku w zdrowym rozwoju. Psychiatra dziecięco-młodzieżowy wzmocnia pozytywne tendencje w rodzinie oraz silne strony w psychice dziecka. W toku terapii cała rodzina uczy się, jak zminimalizować negatywne oddziaływanie na dziecko choroby matki czy ojca.

Niestety, zbyt często lekarze, rodzina i otoczenie skupiają swoją uwagę na chorych psychicznie rodzicach, ignorując problemy mieszkających z nimi dzieci. Tymczasem **pomoc dzieciom powinno się traktować jako integralną część programu leczenia rodziców.**