

Spiritualita v psychiatrii

Spiritualita je už dlouho předmětem lékařského a psychologického výzkumu. Na toto téma existují tisíce odborných prací. Pojmy spiritualita a religiozita se překrývají, ale nejsou totožné. Prvky spirituality zahrnují např. smysluplnost, respektování určitých hodnot, vnitřní růst a transcendenci, tj. zkušenosti s dimenzí přesahující osobní já.

Lze doložit, že spiritualita souvisí s lepším duševním stavem, odolností vůči stresu a lepším zvládáním zátěžových událostí. Takoví lidé navíc při léčbě lépe spolupracují. Popisuje se i nižší riziko předčasné smrti, větší pocity jistoty, klidu a naděje nebo stabilnější vztahy a rodinný život. Spiritualita snižuje riziko návykové nemoci, i když to není faktor jediný a často ani nejdůležitější.

Odborníci v oblasti duševního zdraví se setkávají i s odvrácenou stranou spirituality. Nemyslíme tím, že náboženské a nadpřirozené motivy se stávají součástí bludů. Závažnější jsou činitele, které se vážou k určitým formám religiozity. Lze zmínit netoleranci, odmítání účinných forem léčby nebo konflikt mezi nedosažitelným náboženským ideálem a realitou. Setkal jsem se např. s knězem závislým na alkoholu, který dlouhodobě abstinovat. Tento muž měl kvůli závislosti velké pocity viny. Zeptal jsem se ho, zda se považuje za většího hříšníka než svatý Pavel. Na to jsme se oba rozesmáli. (Svatý Pavel před svojí konverzí pronásledoval křesťany.)

I tak lze spiritualitu a do značné míry i religiozitu považovat za ochranné činitele. Duchovní život pacientů je vhodné podporovat. V dnešní době se na našich pracovištích setkáváme s lidmi různé duchovní orientace. Tu je třeba respektovat a případně i využívat.

Ještě dodáváme, že spiritualita zvyšuje odolnost zdravotníků vůči profesionálnímu stresu, i když to není zdaleka jediná možnost. Materiály týkající se prevence profesionálního stresu jsou volně www.drnespor.eu.

MUDr. Karel Nešpor, CSc.

MUDr. Karel Nešpor, CSc.

Psychiatrická léčebna Bohnice
Ústavní 91, 181 02 Praha 8
nespor@plbohnice.cz