

Reakcie v terapiách stimulujúcich mozog

Mgr. Viera Lutherová

Turbulentné obdobia počas terapeutického procesu sú známe asi každému odborníkovi z oblasti zdravotníctva, či už sa staráme o psychické alebo fyzické zdravie.

Po začatí terapeutického procesu pacient/klient nie vždy cíti hneď úľavu. Poznajú to zubári, poradcovia v oblasti výživy aj psychológovia. Každý terapeutický proces totiž predstavuje zmenu zabehnutého stavu a zmena vždy predstavuje pre fungovanie klienta nejakú mieru záťaže. Klient sa niekedy necíti lepšie, a to aj napriek tomu, že sa veci uberajú správnym smerom. Tento stav/fázu označujeme pojmom „terapeutické zhoršenie“.

Pomenováva situáciu, kedy sa klient prechodne môže cítiť horšie, symptómy sú výraznejšie než pred začatím terapie, alebo sa prechodne objavia iné ťažkosti. Býva sprievodcom mnohých terapeutických intervencií a zásahov.

Začali sme s intervenciou

V oblasti neurovývinových a neurostimulačných terapií/metód môže byť terapeutické zhoršenie vítaný signál.

Znamená, že centrálna nervová sústava reaguje na ponúknutú stimuláciu.

Po rokoch skúseností môžem povedať, že sa netýka všetkých klientov. Je to veľmi individuálne či k terapeutickému zhoršeniu dôjde alebo nie.

Čo sa týka intervencií a ich efektu, niekedy sa deje u klienta dostavba chýbajúcich prepojení a následne dozretie zručností, ktoré s nimi súvisia.

Vtedy sme svedkami len pozitívnych zmien. Niekedy sa proces skôr podobá na prestavbu od základov.

Ak sa v nervovom systéme začne diať zásadnejšia zmena, tak navonok môžeme pozorovať prejavy,



ktoré skôr vyzerajú ako krok späť než dopredu. Ide o zvýraznenie príznakov, ale o regrese v pravom slova zmysle tu nemôžeme hovoriť.

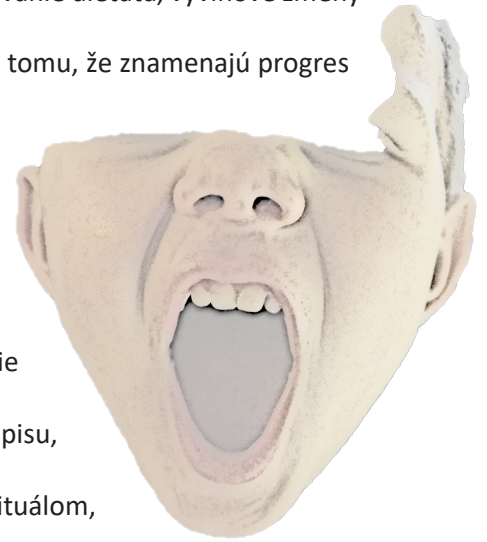
„Zhoršením“ niekedy rodičia označujú aj výsledok pozitívnych zmien. V procese neurotypického a fyziologického, rozumej normálneho, dozrievania sa bežne udeje, že dieťa, keď postúpi v schopnosti uvedomovať si seba, začne pociťovať strach v situáciách, v ktorých sa to predtým nedialo. Začína si napríklad uvedomovať existenciu vlastnej telesnej zraniteľnosti, koncept budúcnosti, začína si uvedomovať svoje prežívanie, vnímať okolie a uvedomovať si možné dopady na svoj život. V postupujúcom procese dosahovania autonómie, rozvoja osobnosti/sebauvedomovania a nadobúdania zručností spozná slovo *nie* a nebojí sa ho použiť. Rodič niekedy hlási, že ich vždy poslušné dieťa, ktoré nemávalo zlú náladu, zúri a vzdoruje. Niekedy rodičia mylne usúdia, že absencia obdobia vzdoru a súhlasné správanie dieťaťa je výsledkom ich rodičovských kompetencií. Nie vždy je ľahké odlíšiť spoluprácu od submisívnosti, vnútornú vyspelosť dieťaťa, ktoré si uvedomuje opodstatnenosť nárokov od oneskoreného dozrievania uvedomovania si vlastnej osobnosti.

V tomto prípade nejde o zvýraznenie príznakov, ani o terapeutické zhoršenie, ale o naštartovanie osobnostného vývinu. Vymeškanú fázu vzdoru niektorí rodičia absolvujú napríklad aj 9 rokov po narodení potomka a nebýva to sranda. Ani pre rodiča, ani pre dieťa. Submisivita môže byť aj výsledkom úzkostného prežívania dieťaťa. Takéto dieťa sa obáva dostať sa do konfliktu, bojí sa konfliktu s rodičom alebo inou osobou predstavujúcou autoritu, a uplatňovať svoju autonómiu. Ak sa však u takéhoto dieťaťa začne redukcia úzkosti, môže sa objavovať zvýšené sebaapresadzovanie a vymedzovanie voči okoliu, čo okolie môže mylne posudzovať ako nepatričnú detinskú vzdorovitosť. Je dosť rodičov, ktorí toto vnímajú pozitívne, lebo dieťa sa správa viac partnersky. Neurobí veci len tak, lebo niekto povedal.

Niektorí rodičia nemusia vedieť spracovať autonómnejšie správanie dieťaťa, vývinové zmeny vyvolané terapiou môže vnímať ako stresujúce a negatívne, aj napriek tomu, že znamenajú progres vo vývine dieťaťa.

Tak ako vyzerá to zhoršenie, alebo zvýraznenie príznakov?

Takým typickým zhoršením môže byť napríklad vystupňovanie úzkosti, zajakania, slinenia, obhrýzania nechtov, zhoršenie pravopisu, náladovosť. Dieťa sa môže prechodne vrátiť ku dávno zabudnutým rituálom, alebo sa správať detinskejšie napr. maznať sa, hrať sa na bábätko. Moja skúsenosť je, že ak terapeutické zhoršenie nastane, zvykne sa skôr vystupňovať niečo, čo je alebo bolo typické pre dieťa. Za pomoci niektorých metód sa dieťa akoby vracalo v čase, do raných štádií vývinu, je „detinskejšie“. Pri neurovývinových metódach, ako je napr. INPP, sa pokúšame aktivizovať rané mechanizmy, s ktorými súvisí, okrem iného, aj nezrelá regulácia emócií. Táto je však vývinovému veku, kam sa dieťa akoby vracia, adekvátne. Dieťa si v istom zmysle ide zopakovať rané štádiá vývinu a môžu sa uvoľňovať aj neuvedomené emócie z tohoto času.



Podráždenosť, bolenie hlavy, zvýraznenie zabúdania, dezorganizovanosť sa môžu objaviť aj ako dôsledok preťaženia. Systém síce dostáva prospešné stimuly, ale môže ich byť príliš veľa a nestíha ich spracovať. Žiadny terapeut na svete nemá krištáľovú guľu, aby vedel predvídať, ako zareaguje dieťa. Ak aj dieťa reálne zažíva preťaženie a my pozorujeme vyššie uvedené symptómy, neznamená to, že sa deje niečo principiálne zlé. Aj z práce/školy vieme prísť unavení a podráždení. Neznamená to nevyhnutne, že práca/škola nám ubližuje a máme ju opustiť. Môže to byť len signál, že potrebujeme zvoľniť a dať na čas dole nohu z plynu. Nezabúdajme, že zmena na úrovni CNS znamená reálne odstraňovanie alebo prebudovávanie starých spojov a vzorcov alebo budovanie nových. Dieťa je v tým vystavené zvýšenej záťaži, ktorá vyplýva z terapeutického procesu.

Ďalšou príčinou zhoršenia môže byť, že klient, u ktorého prebieha takáto terapia, je v tomto čase zraniteľnejší, lebo prichádza o vybudované kompenzácie. Kompenzácie sú finty/barličky, ktoré si mozog, väčšinou aj v spolupráci s telom, vytvoril, aby sa vysporiadal s rozličnými menšími dysfunkciami. Je to náš terapeutický zámer, aby sa zbavil barličiek, ktoré mu pomáhali v čase, keď dozrievanie určitých zručností bolo blokované. Vybudované okľuky a skratky, mu pomáhali dosiahnuť požadovaný výkon. Keď zoberiete vo vhodnom čase vozíčkarovi v rehabilitačnom procese vozík a nútite ho postaviť sa na barle, lebo teraz to už „dá“, nebude rád. Na začiatku sa bude trápiť, a až neskôr bude vnímať benefity novonadobudutej zručnosti. A tiež kým sa naučí novému spôsobu



pohybu, tak bude menej

efektívny a bude vyzerať, že

„zabudol“, ako sa má

presúvať z bodu A do bodu

B. V skutočnosti nič

nezabudol, len sa musí naučiť

efektívnejšie využívať nové, lepšie

„zapojené“ dráhy.

Zdrojom zvýraznenia príznakov môže byť, že nedokonale fungujúca CNS sa spočiatku neľahko prispôsobuje výzvam na viacerých frontoch zároveň. Tým, že premyslene ponúkame systematický prísun stimulov, mozog môže začať pracovať na viacerých frontoch naraz a niektorú oblasť proste „vypustí“, lebo sa aktuálne venuje budovaniu niečoho iného. Navonok to vyzerá, že dieťa stratilo danú zručnosť, no v skutočnosti sa z nervového systému nemôže niečo len tak „stratiť“.

Skutočný regres

U dieťa (rovnako aj dospelého), samozrejme, môže nastať aj skutočný regres. Tzn. že sa značne zredukuje dosiahnutá úroveň nadobudnutých zručností. Úpadok môže byť postupujúci tzn., že časom dôjde ešte k výraznejšiemu úbytku zručností, prípadne ostane určité obdobie na rovnakej úrovni. Prípadne to môže byť prechodná fáza a časom sa vráti na pôvodnú úroveň a následne postupuje vo vývine ďalej. Skutočný regres sa však deje v prípadoch vážneho zásahu do organizmu v zmysle traumatizácie alebo rozvoja degeneratívneho ochorenia, ktoré poškodzuje nervový systém. Trauma môže mať rôzne zdroje napríklad fyzické poškodenie mozgu vplyvom úrazu/pri nehode, intoxikácia alebo aj vážne ochorenie. Traumaticky môže pôsobiť aj chronická psychická záťaž/stres resp. akútna ťažká psychická trauma, s ktorými si dieťa nevie poradiť.



Zo skúsenosti s rozmanitými anamnézami, s ktorými som prišla do styku, zraniteľné deti¹ môžu zareagovať skutočným regresom aj na také „bežné“ udalosti ako je narkóza, očkovanie, ľahké úrazy hlavy, ťažší priebeh bežných detských chorôb, vysoké teploty a pod. Najčastejšie sa to stáva keď dôjde k ich kombinácii. Pre väčšinu detí tieto udalosti nemajú výrazný vplyv v zmysle mentálneho a motorického vývinu. Organizmus a centrálna nervová sústava sa s nimi vysporiadajú bez pozorovateľných následkov. Všetky tieto faktory sú nevítaným a záťažovým vstupom do systému, ktorý má potenciál poškodiť. Správne fungujúca CNS, ktorá nemá narušené procesy údržby, sanácie a odstraňovania poškodených nervových buniek, priebežne vykonáva potrebné opravy. Výsledkom je, že dieťa aj po takýchto udalostiach prosperuje a pokračuje ďalej v štandardnom vývine. Ak procesy údržby nefungujú správne a efektívne, kumulácia viacerých drobných

¹ deti u ktorých nachádzame rôzne rizikové faktory už od počatia ako napr. história potratov u matky, neotočený plod, komplikácie počas tehotenstva u matky či dieťaťa, predčasne narodené deti, ťažké pôrody, zdravotné komplikácie alebo oneskorený psychomotorický vývin v prvých mesiacoch, deti s väčšími vývinovými problémami apod.

patogénnych javov môže mať zásadný vplyv na spustenie regresu, alebo aj trvalého narušenia trajektórie vývinu.

Neustúpme, ďalej však s citom

Podnety ktoré prinášajú neurosenzorická stimulácia alebo neurovývinové cvičenia nie sú poškodzujúcimi stimulmi. Rovnako ako učenie čítania, angličtiny, behanie, plávanie a počúvanie hudby. To na čo pri terapiách dávame pozor je, aby stimulov nebolo príliš veľa. Nervový systém nie je vhodné preťažovať a je rozumné poskytovať mu len toľko podnetov, ktoré je schopný spracovať a integrovať. Tu sa niektorým rodičom zdá, že v terapeutickom procese sa deje málo. Chcú viac intervencií, ale v tomto prípade *menej je určite viacej*. Je to preto, že vystavením centrálnej nervovej sústavy stresu, sa produkuje menej rastových faktorov, ktoré sú nevyhnutnou zložkou budovania nových spojov. Podnety sú prospešné, len ak ich je príliš veľa naraz mozog nevie, „čo skôr“. Ak rodič tlačí príliš na pílu, má veľa očakávaní, pridáva stimuláciu alebo navyšuje počty cvikov/intervencií bez konzultácie s terapeutom, tak procesu nepomáha, ale ho spomaľuje, prípadne úplne zablokuje. Príliš veľa podnetov mozog zahlcuje, nestíha ich spracovať a integrovať. Zjednodušene povedané, zahltený vystresovaný mozog nemá možnosť sa meniť.

Od terapeuta sa očakáva, že bude klientov manažovať tak, aby bola stimulácia tak akurát. Ani zbytočne málo, ani príliš veľa. Smerom k rodičovi musia ísť zrozumiteľne podávané informácie v predstihu, kým terapia začne a tiež musí bežať komunikácia aj v priebehu intervencií, nielen až na kontrolách. Ak sa zhoršenie vyskytne, každý prípad sa posúdi zvlášť a poskytnú sa potrebné úpravy intenzity stimulácie. Od rodiča sa očakáva, že bude s terapeutom komunikovať aj priebežne, ak je to nutné. A samozrejme, že bude trpezlivý. Tiež je fajn, keď rodič rozumne narába so svojimi očakávaniami aj nárokmi na výkon dieťaťa. Je veľmi stresujúce pre dieťa druhý krát opakovať raný vývin

a zároveň plniť rovnaké alebo vyššie nároky okolia, ako tomu bolo pred terapiou. Nápomocné je, keď sa aj rodič mení, tak ako sa v priebehu terapie mení dieťa. Ak rodič zmeny u dieťaťa oceňuje, dieťa bude komfortné so svojim novým ja. Je dobré, ak ich rodič oceňuje aj napriek tomu, že kladú väčšie nároky na jeho rodičovské a výchovné kompetencie. Ako mi raz povedal jeden z mojich tínedžerských klientov: „Je to také čudné, ale akoby sa objavovalo moje nové Ja.“ Dieťa v tomto čase potrebuje zvyčajne viac pochopenia a podpory. Samé má dosť starostí so sebou a ako rodičia ho nemusíme zaťažovať ešte aj svojimi zneisteniami, strachmi a požiadavkami.



Nie je výhodné pre dieťa, keď sa intervencia preruší len preto, lebo rodič sa zľakne rozmanitých sprievodných javov. Zvýraznenie príznakov neznamená zhoršenie stavu dieťaťa. Dieťa sa nemôže reálne vývinovo vrátiť a natrvalo stratí svoje nadobudnuté zručnosti pod vplyvom stimulov prichádzajúcich v terapeutickom procese. Takéto straty zručností môžu spôsobiť len okolnosti traumy a neurodegeneratívnych chorôb. Nie je pre dieťa prospešné, ak ho ponecháte v „rozbabranom“ stave prestavby. Terapia by mala dospieť aspoň do bodu, keď sa CNS po fáze „rozoberania“, začne nanovo skladať. To je aj fáza, v ktorej už k terapeutickému zhoršeniu zvyčajne nedochádza. Ak si nie ste istý, čo sa deje s dieťaťom, kontaktujte svojho terapeuta, povedzte mu o svojich obavách a nerobte unáhlené kroky bez konzultácie. Terapeut má rovnaký záujem ako vy a to progres dieťaťa. Väčšinou tento proces nie je priamočiary, často je to dva kroky dopredu, jeden dozadu, neznamená to však, že vybraná intervencia, alebo terapeut sú nekvalitné. Terapeut je spolu s rodičom a dieťaťom na jednej lodi a spolu, každý svojou časťou, ovplyvňujú spoločnú plavbu.