

# Atacul de panica si cuplul

Articol de: anca axenia

Cunoasteti atacul de panica, starea de boala in care te bucuri de o sanatate fizica perfecta? Spre exemplu incepe sa te doara inima, nu ai aer, ai senzatia ca vei muri si nu vei mai fi. O stare profunda de durere si de suferinta pare a se instala. Unii cheama salvarea, altii merg la urgente. Se fac analize, ele ies, de cele mai multe ori perfecte. Si totusi starea de rau pare iminenta si foarte reala.

Spre deosebire de acum 10 ani se pare ca medicii s-au obisnuit sa identifice cu usurinta starea de atac de panica si atunci apare recomandarea catre psihoterapie. Aici lucrurile par foarte simple. Acum 10 ani era mai complicat, pacientii sufereau profund cand constatau ca "sunt sanatosi". Pare usor amuzant, dar lucrurile in realitate sunt mult mai tragice. Motivul pentru care poate sa para amuzant este ca nu suntem in situatie si atunci putem vedea anumite lucruri si pierdem pentru ca nu simtim ceea ce simte un pacient aflat in atac de panica.

Intentia mea nu este sa ma refer la atacul de panica, ci la impactul lor asupra persoanelor din jur, asupra familiei, asupra sotului sau sotiei, partenerului sau partenerei. Spuneam ca poate parea usor amuzant intrucat nu suntem in situatia respectiva, ca urmare suntem "afara", in afara trairii.

Ce ar trebui sa stie cu siguranta un partener?

Ca se afla intr-o situatie complexa, ca este intr-o contradictie si banuiesc, ca nu este nici prima si nici ultima cu care se confrunta in viata;

Ar mai trebui sa stie ca, daca concluziile medicale sunt corecte si, in proportie de 100% as spune ca sunt atat timp cat eu nu am auzit de vreun pacient care sa fie diagnosticat cu atac de panica si sa nu fi consultat macar 4 medici diferiti, dar cu concluzii similare, nu se poate intampla nimic rau;

Ar fi de asteptat sa inteleaga ca problema este in sufletul pacientului si nu este un moft al sau pe care il construieste intr-un scop necunoscut lui;

Ca este o problema in care psihoterapia este importanta;

Ca pacientul are nevoie de sprijinul lui, dar nu are nevoie de identificarea cu acesta. Intr-un fel a nu pica in jocul atacului de panica nu inseamna a nu simti pacientul asa cum este;

Sa accepte ca si lui ii este greu si ca este om si ca poate avea dorinte, tendinte care sa i se para imorale, neacceptabile, etc.

Daca vrei sa te joci, pune in locul atacului de panica orice si vezi ce iese. Cand spun orice ma refer la ceva care ti se intampla tie si modul in care recepteaza partenerul. Poate vei regasi ceva din modelele de aici si astfel iti vei intelege mai usor partenerul.

Taguri articol: panica, cuplul, urgente, analize, ,

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

