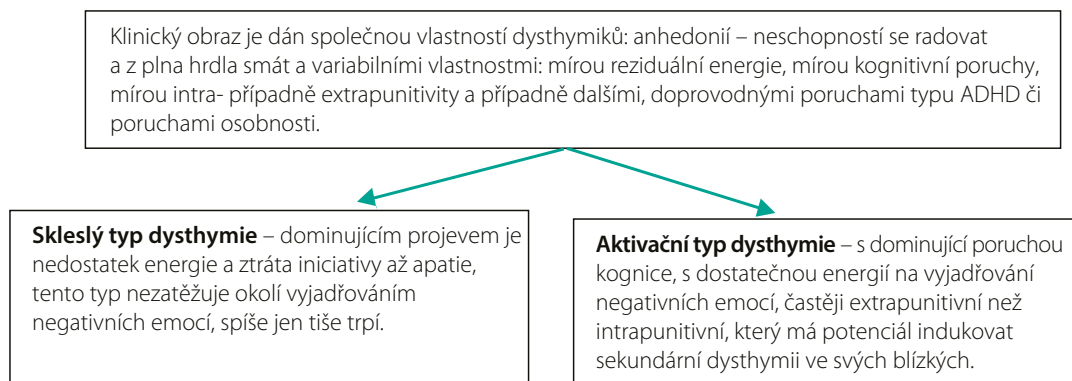


Obr. 1. Dva hraniční typy dystymického chování

svých negativních emocí. Náš příklad je z této kategorie. Tento druh dystymiků charakterizuje, (podobně jako u hysterie) nesnášení klidu. To se projeví buď workoholismem nebo vyvoláváním malicherných hádek či scén. Například každý den po návratu z práce unavený otec seřve celou rodinu, takže za pět minut pláče celá rodina. Za půl hodiny se otec zklidní, pustí si televizi a je zase klid. Osoby s aktivačním typem dystymie obvykle nesou v sobě i sklony k extrapunitivě (za vše může někdo jiný než oni) a mají tendenci k dominantnímu chování.

Někteří lidé s aktivačním typem dystymie však nemají sklon k extrapunitivě, a tak si na nich všimneme, že jsou v neustálé činnosti, kterou kompenzují absenci prožitku radosti a nesnášení klidu, ale svojí neschopností radovat se nezatežují jiné. Neexprimují navenek svoje negativní emoce, nekritizují, nenadávají, jako osoby se sklonem k extrapunitivě, ale často se honí za adrenalinovými zážitky.

Skleslý typ dystymie

Skleslým typem dystymie označujeme těžší dystymie, kde postiženým již nefunguje popsané zlepšení nálady pomocí autostimulace a exprese negativních emocí. Tyto osoby mívají již více depresivní obraz – mají sklony k pasivnímu trávení času ve stavu ubitosti. Ztráta životní energie se projevuje tím, že mimo zaměstnání tráví čas tím, že leží před televizi či jinak pasivně tráví čas. Pokud osoby s výše uvedenou formou označíme jako dominantní dystymiky, tak zde můžeme použít termínu submisivní, apatický, skleslý dystymik. Tito lidé na rozdíl od prvního typu neobtěžují své blízké svoji negativitou, ale spíše tiše trpí a ostatním připadají nepochopitelně smutní a unavení, ale nikoliv negativní jako typ první. Nemají sklon k extrapunitivě a nejsou dominantní.

Osoby s aktivačním typem dystymie, dominantním, extrapunitivním a přitom negativním chováním, značně zatežují své okolí, jak je uvedeno v popsaných případech, zatímco osoby se skleslým typem dystymie (submisivním typem) na sebe moc neupozorňují.

Proč jsme popsali právě tyto typy? Je to podobně jako při reakci na informování o maligní diagnóze. Osoby s extrapunitivním typem chování (hledající vinu vždy mimo sebe) mají svoji agresivní fázi chování po seznámení s maligní diagnózou, jak ji popsala Elizabeth Kübler-Ross. Osoby s intrapunitivním typem chování (hledající vinu v sobě) nemají agresivní chování, a tak uniknou pozornosti, a proto je Elizabeth Kübler-Ross ve svém popisu reakcí vůbec nezmiňovala! Na rozdílnost reakcí

nemocných na sdělení maligní diagnózy a odlišnosti od klasického popisu Elizabeth Kübler-Ross upozorňujeme v naší knize (1).

Pestrost projevů dystymie znázorňuje Obr. 1, jímž chceme říci, že na jedné straně spektra klinických projevů jsou dystymici s dostatečnou reziduální energií, ale s negativní kognicí případně se sklonem k extrapunitivě, s patologickými jádrovými přesvědčeními, kteří mají destruktivní vliv na psychiku svých blízkých neustálým vyjadřováním negativních emocí, zatímco na druhé straně spektra je skleslý typ dystymie s minimální energií, kteří nezatežují okolí vyjadřováním negativních emocí. Obraz dystymie dále modifikují další přítomné poruchy a liší se dle typu kompenzačního chování, které pomáhá těmto osobám vymanit se z negativních emocí a z bolestně pocítované absence radosti.

2.2.4 Příznaky a projevy dystymie

Popsaný případ ilustruje primární dystymii u dominantního muže, protože ta bývá nápadnější u dominantních figur. Pohádky obvykle odrážejí pozitivní i negativní jevy ze života, a tedy i v pohádkách se odrazilo chování extrapunitivních dystymiků, například v postavě macechy ve filmové pohádce Tři oříšky pro Popelku a pak v pohádce O rybáři a jeho ženě bratří Grimmů. Pohádka O rybáři a jeho ženě krásně ilustruje, že jakýkoliv nový a nákladný podnik uspokojuje dystymickou osobu na velmi krátký čas a ta se po chvíli opět propadá do své nespokojenosti a negativní nálady.

Pokud jsou dystymici submisivní, tak spíše jen tiše trpí, popřípadě okolí jim vyčítá, proč vypadají pořád jako „hromádka neštěstí“ či jako „utopené neštěstí“.

Ne každý čtenář zná někoho, kdo odpovídá popisu skleslého typu dystymie, ale jistě každý čtenář zná někoho, kdo odpovídá charakteristice dominantního dystymika, kdo je po většinu času převážně nespokojený, pesimistický, vše vidící černě, mrzutý, trvale naštvaný, podrážděný. Táci lidé někdy bývají i agresivní, ale vždy mívají převážně negativní emoce, mluví o negativních věcech a jevech, které zhusta kritizují, jsou převážně vnitřně nespokojeni, otráveni s „chronickou blbou náladou“. Vyzáfuje z nich pocit: „Všichni mě štvou, život mě nebaví.“ Tito lidé drtí své okolí negativními slovními projevy. Obvykle nemají schopnost líčit pozitivní emoce, prožitky, společně plánovat a společně prožívat těšení se na pozitivní aktivity a neumí se z plna hrdla smát. Proto jsou často neoblíbení a pro jejich okolí je obtížné s nimi vyjít (2–7).