

Мания: болезнь или хобби?



ГДЕ ГРАНЬ?

Общество приветствует различные увлечения и хобби. Однако личностная увлеченность может принимать маниакальный характер. Так, любовь к перемене мест выливается в бродяжничество, мания собирательства (вещизм) может «выселить» из квартиры, а желание стать лучшей танцовщицей — привести в психиатрическую лечебницу.

В медицинском понимании мания представляет собой психическое расстройство, болезненное состояние с сосредоточением сознания и чувств на какой-либо одной идее.

Однако грань между патологией и крайней степенью увлеченности является достаточно тонкой.

Порой непросто определить, где заканчивается забота о чистоте дома и начинается навязчивая мания уборки, и как отличить здоровое стремление к сочинительству от графомании — непреодолимой страсти к написанию литературных произведений у человека, лишенного соответствующих способностей...

КОЛЛЕКТИВНАЯ «АТАКА»

Мании могут быть как индивидуальными, так и коллективными. Коллективные мании (массовые истерии) определяются как спонтанное, быстрое распространение ложных или гипертрофированных верований и сентенций внутри большой популяции людей. Они могут охватывать определенный регион, культуру или страну.

Формированию и распространению коллективных маний способствуют средства массовой информации, слухи, страхи, культовые верования и стереотипы. Пожалуй, наиболее живописными примерами коллективных маний являются мяукающие и кусающиеся монахини (Европа, средние века), «атака марсиан» (США, 1938 г.), «эпидемия» исчезновения гениталий (Нигерия, 1990 г.). Среди наиболее массовых коллективных маний, одновременно охвативших население разных стран, можно выделить панические атаки, связанные с Миллениумом (1999 г.) и «пророчеством маяя» (2012 г.).

Установлено, что при коллективных маниях психологический стресс может находить выражение в соматических симптомах (головная боль, головокружение, тошнота, затрудненное дыхание, общая слабость).



Маньяк (франц. *maniaque*, греч. *mania* — безумие, восторженность, страсть) — человек, испытывающий сильное, болезненное пристрастие к чему-либо

Комплекс неполноценности — ревновать жену к каждому мужчине,
мания величия — считать, что она любит вас одного

Борис Крутиер

К числу самых известных индивидуальных маний принадлежат мания величия (мегаломания, преувеличение собственной значимости), мания преследования, нимфомания (патологически повышенное половое влечение у женщин, проявляющееся безудержным стремлением к половому сближению с различными партнерами), клептомания (болезненное влечение к воровству).

У древних греков Мания — страшная богиня подземного мира, персонификация безумия, насылаемого на людей, преступивших установленные законы и обычаи

Как правило, «болезненные» мании (величия, преследования и др.) не являются отдельным расстройством психики, а рассматриваются как симптом психического расстройства при маниакальном синдроме либо как составная часть симптомокомплекса паранойи.

Для маниакального синдрома характерна так называемая маниакальная триада, включающая в себя приподнятое радостное настроение, ускорение ассоциативных процессов, а также двигательное возбуждение со стремлением к какой бы то ни было деятельности. Человек в состоянии мании, как правило, эйфоричен, но также может быть раздражительным, придирчивым или откровенно враждебным к окружающим.

Среди наиболее распространенных маний можно выделить тейя-манию (болезненная любовь), фармакоманию (неадекватная склонность к употреблению лекарств) и ониоманию (навязчивое желание совершать покупки).

Часто причиной возникновения мании становятся депрессия, детские комплексы и страхи, социальная и личная неустроенность. В частности, многие люди, угнетенные быстрым темпом современной жизни, ищут успокоения и душевного комфорта в новых ЛС. В свою очередь, «недолюбленные» дети во взрослом возрасте часто страдают от маниакальной любви — своего рода компенсаторной, защитной реакции на потребность в любви, часто направленной на создание замещающего фантазийного мира. И, наконец, неконтролируемое совершение покупок удовлетворяет потребность женщин в положительных эмоциях.

Чтобы избавиться от мании, следует обратиться к психотерапевту. Но можно и самому попробовать произвести «инвентаризацию» своих жизненных ценностей. Главное помнить, что счастье — это не конечная точка маршрута, а способ путешествия, выбор которого зависит только от нас самих.

Александра Демецкая, канд. биол. наук