

## Когда влюбленность лечит, а когда калечит...

В психотерапевтической и медицинской литературе нет единой трактовки, что такое любовь и влюбленность. Одни специалисты отдают эти понятия на рассмотрение философам и литераторам. Другие расценивают как психическое отклонение.

Однако по тому, как человек любит, можно объективно судить о его психическом здоровье. Потому что в состоянии влюбленности сильнее проявляются как положительные, так и отрицательные черты личности. Это своего рода катализатор внутренних процессов.

У одних людей, когда они влюбляются, исчезают невротические расстройства. Такое чаще свойственно молодым девушкам. Стоит им потерять голову из-за своего объекта – и ранее характерные тревожности и страхи улетучиваются или заметно ослабевают.

У других, наоборот, со стороны психики происходят нежелательные изменения. Развивается зависимость подобно алкогольной, наркотической, компьютерной, когда человек теряет способность управлять собой и плохо осознает происходящее. Это состояние можно сравнить с болезненно-навязчивым невротическим расстройством, основная черта которого – неприятные назойливые мысли, образы, влечения и стереотипные поступки. У человека появляется непреодолимое желание постоянно видеть объект воздыханий, обладать им. Если этого нет, возникает депрессия, агрессия, апатия.

Некоторые специалисты связывают любовную зависимость с гиперсексуальностью, но я считаю, что такими пациентами руководит не темперамент, а психологический дискомфорт, банальный страх остаться одному.

Пациент, бывает, пытается сопротивляться патологическому влечению многие годы, но безуспешно. Потому что основная причина – ощущение душевной пустоты, боязнь одиночества, на фоне которых и возникает влюбленность (чаще в случайный объект), - остается нерешенной.

Есть люди, завязывающие очередные любовные отношения, чтобы забыть, убежать от нерешенных проблем. Способствует возникновению зависимости увлечение телесериалами: в них культивируется ценность остросюжетных, страстных отношений между мужчиной и женщиной, а такие в реальной жизни, как правило, почти не встречаются.

По моим наблюдениям, семь из десяти современных любовных историй имеют черты зависимости. В данном явлении кроется не только опасность для психики пациента, но и угроза нежелательных социальных последствий.

Человек в состоянии болезненной тяги может стать жертвой профессиональных потребителей, так называемых психопатов – особенного типа людей, которые обладают внешним обаянием и используют его для достижения своих целей, в т.ч. материального обогащения.

Отличительный признак поведения психопатов – бессердечная эксплуатация чувства одиночества. Влюбленного провоцируют отдать все ради сохранения отношений. Последнее время психопатические личности предпочитают знакомиться в интернете, где легко приукрасить свой образ и манипулировать желаниями. На их крючок попадаются в основном те, кто находится в

эмоциональном вакууме, удручен повседневностью, переживает горькое разочарование.

Лечить любовную зависимость чрезвычайно непросто. В отличие от наркотической или алкогольной, она не имеет ярко выраженного характера социальной проблемы. Неудержимая тяга к противоположному полу нередко сочетается или перетекает в другие виды зависимости – жертвы несчастных отношений пытаются глушить внутренний дискомфорт и душевную боль алкоголем, психоактивными веществами.

На восстановление душевного равновесия, как правило, требуются от пары месяцев до нескольких лет и курсы психоанализа, рациональной и гештальт-терапии. Одна из самых сложных задач – подтолкнуть пациента к критическому восприятию объекта страсти, собрать информацию о нем, проверить, соответствует ли действительности то, что он говорит о себе. Попавшим в сети любовной зависимости необходимо помочь повысить самооценку, развивать свою личность, руководствуясь собственными взглядами, а не оценкой партнера (как правило, комплиментами), перестать бояться проблем и решать их самостоятельно, научиться гармонично, строить отношения с людьми.

Во многих случаях на начальном этапе не обойтись без назначения антидепрессантов и других медикаментозных средств.

Специалист ЦДП Партизанского  
района г. Минска «ВИЗАВИ»