

Доктор Харви Гордон

ЧТО ТАКОЕ РЕВНОСТЬ¹?

Шейну сорок два. С первой женой, которая родила ему двоих детей, он развелся. Их брак распался после шести лет совместной жизни, поскольку Шейн много пил и со временем стал проявлять черты собственника, ревнуя и иногда избивая жену.

Теперь, снова вступив в брак, он продолжает пить, ведет себя замкнуто, угрюмо, а последние шесть месяцев подозревает жену в измене. Она это отрицает, но Шейн ей не верит. Он начал расспрашивать, куда она ходит, и проверяет ее нижнее белье на наличие пятен спермы. Он плохо спит, плохо ест и, судя по всему, испытывает глубокую депрессию. Хотя Шейн злится на жену, он ее не бьет.

Шейна направили к психиатру, который определил у него патологическую ревность, депрессию и серьезные проблемы, связанные с алкогольной зависимостью. Однако было неясно, вызвана ли патологическая ревность депрессией или, напротив, депрессия вызвана ревностью. Психиатр обратился за независимым мнением к коллеге, другому психиатру, и они пришли к выводу, что Шейна необходимо поместить в больницу – лучше, конечно, с его согласия. Если же он откажется, его следует положить принудительно.

Хотя Шейн не выражал мыслей о самоубийстве, не причинял себе вреда и не был жесток с женой, психиатра беспокоили его ложные представления о своей супруге, поскольку такие мысли часто увеличивают риск насилия. Он действовал согласно своим заблуждениям, допрашивая жену и проверяя ее нижнее белье. Психиатр обнаружил, что эта модель поведения являлась укорененной – то же самое происходило и в отношении первой жены, к которой Шейн проявлял жестокость. Кроме того, он слишком много пил, и это увеличивало риск насилия.

Госпитализацию вряд ли можно принять с легкостью, но врач понимал необходимость поиска баланса между соблюдением прав пациента и обеспечением безопасности окружающих. Шейн согласился лечь в больницу добровольно, и через несколько недель его депрессия значительно уменьшилась. Необходимо было лечить

его и от алкогольной зависимости, подключив к этому процессу жену. Психиатр надеялся, что со временем патологическая ревность Шейна исчезнет.

Ревность – нормальная человеческая эмоция. Человек испытывает ее в тех случаях, если кто-то, как ему кажется, нарушает его взаимоотношения с партнером. Близкие отношения между двумя людьми – норма в западном обществе, однако в некоторых культурах мужчине до сих пор позволено иметь несколько жен.

Ревность возникает и в гетеросексуальных, и в гомосексуальных партнерствах. Часто она основывается на внутренней неуверенности и заниженной самооценке, но поскольку может являться вполне нормальной эмоцией, то играет определенную роль в сохранении отношений. Действительно, если человек вообще не испытывает ревности, его партнер может решить, что им не дорожат.

Ревность губительна, когда становится чрезмерной или искажает мышление человека, утверждая в ложном мнении, будто у его партнера есть кто-то другой. В этом случае ревность перестает быть защитной и становится разрушительной.

Когда именно ревность выходит за рамки нормы, понять непросто, и об этом спорят даже эксперты. Психиатры называют такую форму ревности патологической, и в некоторых случаях она приводит к насилию и смерти.

Что такое нормальная ревность?

Если человек встречается с кем-то еще помимо партнера, последний испытывает горечь, боль или злость. Его самооценка падает. В этом случае он чувствует нормальную ревность.

Иногда такие чувства оказываются крайне болезненными. Пропадает ощущение надежности и удовольствие от отношений, человек видит, как кто-то другой наслаждается тем, что еще недавно было у него. Однако в конечном итоге он примиряется с потерей и болью и продолжает жить дальше.

¹Мозг/ Новый образ жизни(конс. Р. Персоуд; пер. с англ. А. А. Давыдовой).-М.: РИПОЛ классик, 2010. – 640 с.

Что такое патологическая ревность?

Существуют два типа патологической ревности: навязчивая ревность (бредовая) и психотическая (параноидальная).

Навязчивая ревность

В состоянии навязчивости человек не может выбросить из головы какую-то мысль. Обычно эта мысль расстраивает его, хотя он признает ее как свою собственную. Часто он стремится прекратить об этом думать, но выкинуть из головы такую мысль трудно, если вообще возможно.

Испытывая навязчивую ревность, человек убежден, будто партнер его обманывает. Глубоко в душе он в это не верит, однако не может прекратить об этом думать. Даже если он почти уверен в ложности такого умозаключения, полностью разубедить его невозможно.

Психотическая ревность

Тип ревности, не обоснованной реальным поведением партнера. Человек считает, что партнер его обманывает, и ищет свидетельства, даже если их на самом деле нет. Человек постоянно проверяет постель или нижнее белье своего партнера в поисках признаков сексуальной активности.

Он может организовывать слежку или неправильно интерпретировать обычные события, воспринимая их как признак обмана. Например, муж снимает телефонную трубку, а на линии тишина, и ему начинает казаться, что это звонит любовник жены. Он может обвинять ее в измене и даже проявлять насилие. Такое состояние бывает опасным.

Иногда психотическую ревность порождает одна из следующих причин.

Шизофрения. В этом состоянии бредовое убеждение бывает очень сильным. Человек уверен, что кто-то пытается его убить, желая убрать с дороги. Он слышит голоса, когда рядом никого нет. Эти голоса могут рассказывать неприятные вещи о том, чем партнер занимается у него за спиной (см. *Шизофрения*).

Депрессия. Если человек находится в депрессии, он может прийти к убеждению, будто его никто не любит, он надоел своему партнеру и тот нашел себе кого-то еще (см. *Депрессия*).

Повреждение мозга. Иногда ревность является следствием опухоли мозга, болезни Паркинсона или деменции (см. *Альцгеймера болезнь и другие виды деменции*).

Злоупотребление наркотиками. К патологиче-

ской ревности может привести злоупотребление алкоголем, а также амфетамины или кокаин (см. *Наркомания*).

Сексуальные проблемы. Такие проблемы, как импотенция, часто влекут за собой патологическую ревность и с высокой вероятностью приводят к насилию (см. *Сексуальные расстройства*).

Что нужно делать?

Страдая от патологической ревности, человек испытывает волнение и беспокойство. Возрастает риск нанесения травм как партнеру, так и третьему лицу – тому, кто стал причиной ревности. В таком состоянии человек не способен критически отнестись к своим подозрениям и осознать, что на самом деле партнер ему верен. Качество его жизни и взаимоотношений может улучшиться благодаря лечению. Обычно нет необходимости в госпитализации, но если существует риск причинения вреда самому себе или кому-то еще, то лечиться следует в больнице.

Разговорная терапия

В данном случае наибольшую пользу принесет когнитивно-поведенческая терапия (КПТ). КПТ помогает качественно повлиять на мышление и поведение пациента. Благодаря этим изменениям, он разберется со своими мыслями и поступками и научится эффективно управлять ими, что улучшит его самочувствие. В отличие от других видов разговорной терапии, КПТ сосредотачивается на проблемах и сложностях, существующих здесь и сейчас.

Другой формой разговорной терапии, применяющейся в работе с ревностью, является психодинамическая терапия (см. *Психотерапевтические и медикаментозные методы лечения*).

Медикаментозное лечение

Лекарства часто необходимы и используются параллельно с разговорной терапией. Если ревность носит навязчивый характер, пациенту помогут антидепрессанты. Они применяются и в тех случаях, когда ревность вызвана депрессией.

Если причиной ревности является бред или шизофрения, пациенту требуются антипсихотические препараты. Чаще всего их принимают в виде таблеток, но иногда делают уколы: один раз в три-четыре недели.

Важно найти и вылечить любые другие проблемы, которые усиливают чувство ревности. К ним относятся алкоголизм, наркомания и импотенция.

Могут ли лечить человека против его желания?

Патологическая ревность может привести к опасным ситуациям. Если существует высокий риск нанесения телесных повреждений и врачи уверены в наличии психического заболевания и необходимости медицинской помощи, человека могут поместить в больницу вопреки желанию на основании закона о психическом здоровье (см. *Законы о психическом здоровье*). Иногда временное разделение с партнером дает человеку возможность почувствовать себя лучше.

Любое агрессивное поведение, даже вызванное психическим расстройством, неприемлемо и противозаконно, и в этом случае полиция может завести уголовное дело. Помимо собственного психического здоровья, необходимо иметь в виду и безопасность окружающих, в том числе детей, которые также могут пострадать.

Какое лечение выбрать?

В первую очередь человеку следует принять сам факт, что ему требуется помощь, и обсудить возникшую проблему с друзьями и семьей. Необходимо обратиться к врачу, чтобы узнать, какое лечение могут предложить после определения типа патологической ревности.

Советы семье и друзьям

Если вас тревожит состояние партнера или знакомого, который страдает патологической ревностью, важно понять, что это психическое заболевание, которое можно вылечить. Имейте в виду и вероятный риск причинения вреда окружающим, особенно тому, на кого ревность направлена.

Постарайтесь убедить ревнивца обратиться за помощью, хотя он, скорее всего, не захочет ее принимать и даже рассердится, когда вы об этом заговорите.

Если с его стороны возникают угрозы или акты насилия, возможно, стоит связаться с полицией и найти способ разделить пару.

Если пара живет отдельно, появляется риск преследования [см. *Преследование (сталкинг)*]. В этом случае необходимо связаться с полицией или врачами.

Ревность для врачей-практиков представляет определенную сложность. Когда пара приходит в клинику и один человек обвиняет другого в измене, врачу бывает непросто разобраться, является ли это проявлением патологической ревности или подлинным стрессом из-за тайной измены партнера.

Иногда пары распадаются, поскольку патологическая ревность отвращает преданного партнера, но в глазах ревнивца разрыв лишь подтверждает то, что его подозрения были обоснованны.

Работа с проблемой ревности зачастую требует присутствия обоих партнеров и очень умелого психотерапевтического подхода, однако врачам сложно добиться посещения их обоих, особенно если один утверждает: «Со мной все в порядке, вы лучше лечите пациента».

В основе ревности действительно лежит неуверенность и низкая самооценка. Однако для выздоровления важно, чтобы в лечении оказались задействованы оба человека.

Литература.

1. Uncommon Psychiatric Syndromes, David Enoch and Hadrian Ball, Hodder Arnold Publications, 2001.
2. P. E. Mullen and L. H. Maack, «Jealousy, Pathological Jealousy and Aggression», глава из книги *Aggression and Dangerousness*, D. P. Farrington and J. Gunn (редакторы), Wiley and Sons

Студент 4 курса МИФИ Кирилл П.

GOOGLE ЕСТЬ – УМА НЕ НАДО?

(обзор интернет-материалов о клиповом мышлении)

В течение нескольких десятилетий проводилась огромная исследовательская работа в области, которая теперь называется теорией доминантного полушария. Исследования показали, что каждое полушарие мозга – левое и правое – выполняет разные функции, обрабатывает информацию различного типа и имеет дело с проблемами разного рода.

Левое полушарие в основном отвечает за логически-вербальную деятельность, а правое – за интуитивно-творческую. Левое оперирует словами, правое – образами; левое имеет дело с частями и особенностями, правое – с целым и связями между отдельными частями. Левое полушарие связано с анализом, т.е. с делением на составляющие; правое – с синтезом, т.е. со