

Mania în perspectiva evoluționistă

2010

Starea psihopatologică maniacală e circumscrisă în prezent, în conformitate cu concepția prototipic categorială promovată de DSM-III-IV, printr-o listă de simptome. Mai precis :

☐ O perioadă distinctă de cel puțin o săptămână de dispoziție expansivă sau iritabilă anormală:

☐ Trei (sau patru dacă dispoziția e iritabilă) din următoarele :

☐ Stima de sine exagerată sau grandoare

☐ Scăderea necesității de somn

☐ Mai locvace decât în mod uzual sau presat să vorbească continuu

☐ Fuga de idei sau experiență subiectivă că gândurile sunt accelerate

☐ Distractibilitate

☐ Creșterea activității orientată spre scop

☐ Implicarea excesivă în activități plăcute care au un înalt potențial de consecințe nedorite

☐ Evaluarea cantitativă a sindromului maniacal scala Young Mania Rating Scale – pe baza căreia se fac cercetările științifice, se bazează de asemenea pe prezența și intensitatea unor simptome.

☐ Sindromul hipomaniacal care permite identificarea ciclotimiei și diagnosticarea tulburării Bipolar II, are în vedere aceleași simptome, diferența față de episodul maniacal constând în numărul, intensitatea și durata acestora.

Starea sau episodul maniacal este intuitiv resimțit și identificat de orice om, fără să fie nevoie să se fi specializat în psihopatologie. De aceea s-au căutat

echivalențele sale în normalitate, mai ales după ce în ultimele decenii s-a acordat o importanță crescută psihologiei populare.

În mod firesc și urmând principiul comprehensibilității lansat de Jaspers încă de la întemeierea psihopatologiei ca știință (1913), **echivalentul în normalitate a tulburării maniacale le-a apărut tuturor a fi starea de veselie, de bună dispoziție și bucurie, de care are parte oricine din când în când în cursul vieții.** Pentru această apropiere pledează în primul rând sentimentul de bine subiectiv, de dispoziție euforică, de elafie. Bucuria normală se opune tristeții, la fel cum mania se opune depresiei. Bucuria apare cu ocazia împlinirilor, a succeselor, a veștilor bune în contrast cu depresia care apare în urma eșecurilor, a pierderilor, a veștilor proaste

În perioadele de bucurie omul nu este doar vesel, bine dispus; ci, odată cu bucuria el se manifestă prosocial, dorește să nu fie singur, să împărtășească cu alții starea sa de bine. Prin opoziție, în perioadele de depresie omul se retrage în singurătate.

Sociabilitatea crescută din perioadele de bucurie și veselie, propensiunea prosocială și dorința de împărtășire a bunei dispoziții cu alții, atrage atenția asupra asemănării acestei stări psihice – și deci a maniei – cu faza de dezinhibiție a sărbătorilor. Asemănările ies în evidență la orice abordare atentă și sistematică

La fel ca în cazul episodului maniacal în perioada dezinhibată a sărbătorilor întâlnim:

□ Dezinhibiție psihică în toate planurile, există o dezinhibiție instinctivă (alimentară, de manifestare erotică), psihomotorie (cu multă mișcare, dans), verbală (cu logoree, cântece).

□ Accentuarea trăirii prezentului; personale nu discută prea mult despre viitor sau trecut; se decid repede, uneori iau hotărâri pripite; este promovată latura hedonică a plăcerilor actuale, faptul de a trăi intens acum și aici

□ Reducerea distanțelor sociale oficiale, scăderea reticenței în abordare; ierarhiile sociale se estompează în cursul sărbătorii (de ex. la carnaval), subiectul poate vorbi aproape orice cu oricine în această perioadă, poate spune direct celuilalt ceea ce are în suflet.

Manifestările „euforiei sărbătorești” menționate mai sus sunt potențate, cum se știe de toată lumea în cadrul psihologiei populare, de consumul unor substanțe psihoactive de tipul alcoolului. Faptul e promovat de ritualul social, în cadrul întâlnirilor sărbătorești la care se oferă de la început o cupă de șampanie pe stomacul gol, astfel încât alcoolul absorbindu-se rapid crează în scurt timp o „atmosferă sărbătorească” prosocială și fără inhibiții.

Simetria de manifestări dintre starea maniacală și manifestarea euforică sărbătorească atrage atenția asupra unui aspect pe care-l subliniază psihopatologia evoluționistă. Și anume : stările psihopatologice sunt manifestări deficitare disfuncționale a unor mecanisme psihologice normale cu valoare adaptativă – a unor „moduli psihici adaptativi” (m.p.a) - promovați și selecționați evolutiv datorită valorii lor utile pentru specie și individ.

Manifestările din cadrul „atmosferei sărbătorești” cresc coeziunea grupului social, având deci valoare adaptativă,... motiv pentru care s-au selecționat de-a lungul generațiilor, zeci de mii sau poate sute de mii de ani.

Privitor la sărbători, care sunt evident un fenomen uman, neîntâlnit în biologie și care au legătură cu invocarea de către om a zeilor (a transcendenței ca ființă), se cer făcute încă două precizări:

Orice sărbătoare are două faze, ambele cu valoare de coeziune a grupului social în jurul mitologiei sacrale : prima e cea de pregătire sobră și ritualică (post, rugăciune etc.) care are similarități cu manifestările psihopatologice obsesionale cu coloratură depresivă; și doar la capătul acesteia, după un moment ritualic culminant, se oficiază eliberarea pentru faza dezlănțuirii dezinhibate a sărbătorii.

În al doilea rând, sărbătorile au un calendar al lor, care implică periodicitatea: faptul nu e lipsit de semnificație pentru psihopatologia maniacală care, prin definiție, se manifestă periodic

Trimiterea făcută mai sus la psihopatologia evoluționistă – care se dezvoltă privitor la sărbători, care sunt evident un fenomen uman, neîntâlnit în biologie și care au legătură cu invocarea de către om a zeilor (a transcendenței ca ființă) se cer făcute încă două precizări:

Comparații și asimilări cu stări psihice normale adaptative, au fost făcute în diverse direcții ale psihopatologiei. Așa e de exemplu starea de alertă a animalului în mediu necunoscut, posibil periculos. Atât la animal cât și la om dacă această stare de alertă se decontextualizează și se manifestă intens, disfuncțional, ea nu mai are valoare adaptativă; ci se manifestă ca sindrom al anxietății generalizate. În mod similar, spaima decontextualizată ne sugerează atacul de panică; iar fricile, care sunt extrem de utile d.p.d.v. adaptativ, ne conduc spre sindromul fobic. Manifestări adaptative în psihologia animală au fost găsite ca echivalent pentru tulburările obsesiv-compulsive, agresive, addictive, histrionice și depresive. Pentru depresie una din interpretări pune accentul pe inhibarea agresivității adversarului în fața unui individ neputincios; iar alta pe necesitatea unor perioade de refacere.

Dar pentru starea maniacală?

Echivalentul de „modul bio-psihic adaptativ” al stării maniacale a fost puțin comentat. El poate fi adus în discuție prin polaritate cu starea depresivă, mai ales în înțelesul ei de retragere pentru refacere. În raport cu astfel de perioade – și mai ales cu hibernarea – întâlnim în lumea animală perioadele de propensiune expansivă, în care indivizii explorează activ ambianța, caută și obține activ hrană, sunt combativi și se acuplează.

Aceste manifestări expansive, performante, au un numitor comun, care constă în creșterea energiei, a forței în manifestare, reducerea inhibițiilor,

funcționarea generală la un nivel crescut. Totuși, explorarea activă a teritoriului se diferențiază de la un punct încolo de combativitatea în luptă; iar aceasta, de creșterea sociabilității intraspecifice cu dezinhibiție sexuală, ce se petrece în perioada acuplării. Echivalentul în psihologia animală a stărilor maniacale ar putea fi apropiat de aceasta din urmă, de perioada dezinhibată a rutului, care se desfășoară și ea ciclic. Dezinhibiția sexuală în cadrul creșterii atitudinii prosoziale este la om doar una din manifestările stării maniacale. Dar legătura pare destul de comprehensibilă.

Psihopatologia evoluționistă abordează stările psihopatologice ca disfuncții deficitare ale unor mecanisme psihice adaptative – selecționate și transmise genetic datorită valorii lor pozitive pentru individ sau specie. Această orientare doctrinară psihopatologică nu se limitează la ceea ce omul moștenește strict de la animale;... ci se referă și la ceea ce s-a selecționat în perioada celor câtorva milioane de ani ai evoluției omului ; și la cei câteva sute de mii de ani în care el a ajuns să fie tot mai apropiat de ceea ce suntem azi.

Ultimii 10.000 ani și perioada neoliticului, care e mai apropiată de modul de a fi și de a funcționa a omului de azi, ar juca și ei un rol parțial în selecția modurilor psihice antropologice adaptative. Pe lângă modulul biologic generic al propensiuni active și cel mai specific al sociabilității gregare de tip rut, la om s-a selecționat desigur și un modul funcțional ce favorizează manifestările din faza dezinhibată a sărbătorilor sacrale. Și mai apoi, din cursul oricărei sărbători. Iar pe măsură ce omul s-a diferențiat tot mai mult ca persoană ce pune accent pe individualitatea sa, acest modul adaptativ sărbătorească a fost util pentru a semnifica și succesele personale, odată cu care subiectul tinde să împărtășească cu alții bucuria împlinirii sale.

Modulul psihic adaptativ al sociabilității gregare, cel care e util necesar și adaptativ în perioadele de rut, de dezinhibiție sărbătorească și de succes personal,

cel ce are un trunchi comun cu manifestările de expansivitate performantă a individului, este selecționat și depozitat în fiecare om, în fiecare din noi, la fel ca modulul psihic adaptativ al anxietății și fricii, al verificării și suspiciunii, sau al retragerii pentru refacere. La fel ca ultimul, selecția sa a implicat o manifestare periodică. Omul recent și actual, cel al ultimilor mii de ani, a purtat în el acest modul care ajunge să se manifeste uneori aberant, decontextualizat, intens și dezadaptativ – dar periodic – ca stare maniacală.

Noi, psihopatologii prezentului studiem starea maniacală în conformitate cu listele de simptome. Dar pentru o bună înțelegere și pentru un management adecvat, e util să fim deschiși și pentru o perspectivă mai largă a acestei stări. Una evoluționistă și istorică, una care ține cont de perspectiva devenirii.