

Биполярное расстройство

Всем привет. И думаю у многих из нас выработался некий стереотип: - "Все богатые и успешные люди обязательно физически и психологически крепкие и устойчивые люди". Не буду спорить, при физических болях действительно тяжело сконцентрироваться на работе, но вот касательно психологических расстройств все совершенно иначе. Например тот же синдром Аспергера, а это один из направлений высокофункционального аутизма, есть у ряда знаменитых людей по всему миру: Стэнли Кубрик, Робин Уильямс, Энтони Хопкинс, Альберт Эйнштейн и конечно же Илон Маск. Такая особенность позволяет сфокусироваться на своей цели, не замечать преград и концентрировать свой мозг на своем деле до полного изнеможения в ожидании максимального результата. А слышали вы про дислексию - это тоже расстройство и проявляется оно в том, что человек не склонен к обучению чтению и письму. Дислексик со сложностью распознает слова и написание каждой буквы схож с пыткой, даже чтение у многих таких людей происходит по слогам. Казалось бы, что ж, с таким расстройством остается разве что хвосты коровам крутить, но все как раз наоборот. Большинство людей с дислексией имеют богатое воображение, склонности к творчеству или увлечением к математике. Среди знаменитых дислексиков можно выделить короля Швеции, Карла Густава, Генри Форда, Стивена Спилберга и Стива Джобса. Но больше всего меня удивила история лауреата Нобелевской премии по медицине и физиологии Кэрол Грайдер. Ее медицинское исследование внесло серьезный вклад в развитие терапии рака. У Кэрол в детстве была дислексия и она считала себя глупой. В школе ее переводили в классы для отстающих. Она не могла справиться с освоением школьной программы наравне со сверстниками. Грайдер с трудом читала даже по слогам, и чтобы компенсировать этот навык девушка научилась внимательно воспринимать устную информацию, которую рассказывал учитель на уроке, а вскоре на лекциях. Такой опыт помог ей добиться больших успехов в изучении химии и анатомии и дать надежду на жизнь тысячам людей и их семей в борьбе с раком.

Как мы видим некоторые особенности не только не помешали, но даже в чем то помогли этим людям добиться успеха. Но что вы скажите за биполярное расстройство, о котором и пойдет речь в этом видео. Согласно словарю, бипорялка представляет собой состояние психического здоровья, вызывающее резкие перепады настроения, включающие эмоциональные подъемы и спады. По определению это состояние имеет два крайних полюса. Первый полюс - это возбужденное настроение, а второй полюс - депрессия. В промежутках между этими двумя крайними состояниями человек находится в состоянии покоя.

Когда вы впадаете в депрессию, вы можете чувствовать грусть или безнадежность и терять интерес или удовольствие от большинства видов деятельности. Когда ваше настроение переходит в манию, вы можете чувствовать эйфорию, прилив энергии или сильную раздражительность. Эти перепады настроения могут влиять на сон, энергию, активность, суждения, поведение и способность ясно мыслить. Но вы скажете - это же нормально, все люди так или иначе могут быть на подъеме сил и настроения или наоборот впадать в грусть и тоску. Да, все верно, но вот когда такие перепады случаются очень часто, а их проявления частые и максимально выражены, то вот это уже беда. Например весь месяц ваша подруга зовет вас на вечеринки, куражится,

лучится счастьем, а потом, без всяких видимых причин месяц не выходит из комнаты со словами "Жизнь - тлен". Всего в мире насчитывают от одного до трех процентов людей подверженных этой болезни, так что если это не вы, то обязательно парочка ваших знакомых скорее всего с биполяркой.

Но самое интересное, что данное расстройство уникально по своей сути. Очень многим подверженным биполяркой это состояние приносит своеобразное "удовольствие" и в тоже время ее последствия причиняют боль и страдания и нередко приводит к суициду. Эту болезнь невозможно диагностировать каким то анализом крови или томографией. Если вы проверите два снимка мозга, абсолютно здорового человека и с таким психологическим расстройством, то не найдете особой разницы, кроме индивидуальных особенностей. Диагностика биполярки проходит намного сложнее, путем анализа и симптоматической картины больного человека. Но как лечится в данном случае? К сожалению восстановление проходит длительно и с помощью специалистов, выйти из такого состояния без профессиональной помощи невозможно. В первую очередь помогает непрерывная терапия помогающая контролировать перепады настроения и другие симптомы. Обычно для лечения расстройства применяют современные противосудорожные средства, антипсихотики и антидепрессанты. Это рецептурные препараты и назначать их может только врач.

Несмотря на сложности с которыми люди с биполярным расстройством сталкиваются в своей жизни многие из них добились успеха в бизнесе, карьере и даже личной жизни. Мало того, последнее время принято считать, что такая особенность встречается намного чаще у талантливых и творческих людей.

Известная певица Мэрайя Кери в интервью призналась, что долго жила с биполярным расстройством, но боялась обращаться к специалисту, так как боялась порицания, осуждения и вследствие полного краха ее карьеры. Про диагноз она узнала в 2001 году, когда ее госпитализировали с очередным нервным срывом и истощением. В клинике ей поставили диагноз - биполярное расстройство, вот только звезда не спешила принимать лекарства и ходить к специалисту, девушка решила скрывать свою проблему от всех людей. Мэрайю мучила бессонница, и если в это время у нее был период гипомании, то она не могла просто лежать в постеле, ожидая сна, вместо этого девушка работала, репетировала и упражнялась до полного изнеможения. В такие периоды она легко раздражалась и постоянно боялась подвести людей. Зато в периоды депрессии она просто не могла встать с постели, лежала часами не в силах подняться и сделать даже самую малость запланированных дел. Мирая пережила два развода и имеет репутацию звезды со сложным характером, но только в последние годы женщина решила обратиться к помощи специалистов и рассказать о своей проблеме.

Помимо звезд, биполярка диагностирована также у многих бизнесменов. Например основатель знаменитого телевизионного канала CNN, Тед Тернер. С юных лет Тед проявлял тяжелый характер и упертость. Все детство мальчик терпел побои. В закрытой школе для детей военных он сразу стал изгоем. Днем получал тумаки от одноклассников, а по вечерам дома подобным же образом Теда "воспитывал" отец. Но не смотря на такое отношение, парень всегда стоял на своем и никого не слушал. В юношеском возрасте Тед против воли отца поступил в университет Браун. Но не смотря на хорошие показатели в учебе его отчислили из университета после того, как застали в комнате общежития с женщиной. Когда парню было 24 года, его отец

застрелился из-за долгов предприятия. Эта драма произвела сильное впечатление на Теда. С этого момента он особенно дерзким в своих начинаниях. Тед решил взять разорившийся бизнес отца в свои руки. Всего за три года Тернер превратил канал в приносящую прибыль компанию, а в 1975 году его станция одной из первых вышла на общенациональную аудиторию. Но мужчина не останавливался на достигнутом, невероятная, неуемная энергия не давала ему покоя. В начале 2000-х годов Тернеру поставили диагноз биполярное расстройство. Несмотря на диагноз, Тернер продолжал делать большие шаги в мире средств массовой информации и основал круглосуточный канал CNN. Этот мужчина смог использовать свою маниакальную энергию и превращать ее в движущую силу своих деловых предприятий.

Удивительно, правда? Невозможно тяжелый характер, упертость и гиперактивность стали двигателем прогресса. Именно поэтому история Стива Джобса такая невероятная. Этот гений страдал синдромом Аспергера, обсессивно-компульсивным расстройством личности и биполярным расстройством. Несмотря на проблемы с психическим здоровьем, Джобс смог направить свою маниакальную энергию на работу, создавая продукты, которые изменили наш образ жизни и общения.

А вот еще один пациент из бизнес-класса, Ричард Брэнсон. Британский предприниматель, основатель корпорации Virgin Group, включающей около 400 компаний различного профиля, от товаров для спорта, до продуктов питания. Это один из самых богатых Англичан с состоянием более чем 5 миллиардов долларов. Так же как и другие знаменитости с биполярным расстройством гиперактивное состояние Ричарда пересекалось с полным упадком сил и депрессией. А еще Брэнсон был уперт и прагматичен.

Способность Брэнсона мыслить нестандартно и идти на риск помогла ему создать бренд, который является синонимом новшеств и успеха. Его карьера является свидетельством того факта, что люди с биполярным расстройством могут преуспеть в деловом мире и бизнесе.

Так в чем причина успешной карьеры и бизнеса у таких людей?

Люди с биполярным расстройством расценивают период мании как удачную возможность создавать, придумывать что-то новое. В это время чувствуется прилив сил и способны преодолеть даже самые сложные преграды, чтобы достичь цели. Именно поэтому многие, кто страдает расстройством не спешат идти к врачу. Просто представьте, у вас есть периоды когда вы максимально продуктивны, ваш мозг работает на все 100 процентов и даже больше, а сил столько, что готовы покорять все вершины. Но вам нужно выпить таблетку от которой вам станет... (пауза) вообще никак. И это “никак” будет проявляться все время. И если раньше вы были энергичны, интересны, активны и продуктивны, то теперь вы будете похожи на обычного офисного работника в конце дня. Немного замахавшимся, усталым и чуть-чуть растерянным. И как это все можно променять на безграничную выработку эндорфина в безлимитном количестве, пока, на ему смену не придет депрессия как плата за все гиперхорошее. Вот тогда и отдохнем, думает больной и впадает в полную апатию.

Сейчас многие коучеры продвигают идею биполярного расстройства как идеально выверенной схемы для достижения успеха. За основу они берут работы психолога, Кея Джеймисона, который внимательно изучил жизнь крупнейших британских поэтов XVIII века, и обнаружил, что уровень биполярного расстройства у этих поэтов в 30 раз выше, чем у населения в целом. Работа Джеймисона также показала, что периоды гипомании

включают повышенное творческое мышление и экспансивность, высокую скорость мышления, когнитивную гибкость и способность устанавливать оригинальные связи между совершенно не сопоставимыми идеями. Как проходит работа коучей? Методика прогресса по их методу довольно проста. Человек настраивается на работу и успех, пашет, креативит до полного изнеможения, потом берет перерыв, восстанавливается и снова работает до полной потери сил. Казалось бы, идеальный вариант при работе на результат. Но вот концовка идеальна не для всех. И многие подверженные биполярному расстройству в итоге заканчивают очень плохо.

Думаю каждый из нас смотрел или хотя бы видел отрывки фильма “Звездные войны”, в частности наблюдал за принцессой Леей в золотом бикини. Но не каждый знает, что Кэрри Фишер, актриса, что снялась в эпизоде страдала всю жизнь от биполярного расстройства. Женщина умерла 27 декабря 2016 года в больнице Лос-Анджелеса: у актрисы случился сердечный приступ. Официальная причина смерти — остановка дыхания во сне и ряд других неопределенных причин, которыми в итоге оказались найденные запрещенные вещества в ее крови. Женщине было 24 года, когда ей поставили диагноз «биполярное расстройство». Но, по ее признанию, прошло четыре года, прежде чем она осознала, что дело серьезно. Фишер боролась с расстройством долгие годы, но не всегда успешно. Она даже прибегла к электросудорожной терапии, которую сейчас используют только в случаях тяжелых депрессий, если ни психотерапия, ни медикаменты не помогают. В 2000 году в интервью Кэрри Фишер рассказывала, что жизнь с биполярным расстройством это бесконечные качели между манией и депрессией. Актриса объясняла, что у нее есть два крайних состояния, как приливы и отливы. После долгого и безрезультатного лечения Фишер в итоге начала принимать запрещенные вещества, которые вскоре и привели ее к смерти.