

SKANDÁLŮM SE NEVYHNETE, ŘÍKÁ SLOVENSKÁ EXPREMIÉRKA RADIČOVÁ

září 2013

PSYCHOLOGIE | DNES

číslo 9, 19. ročník
cena 53 Kč, 2,62 €

vydává Portál, s.r.o.

**Nevěru vidí
muži jinak
než ženy**

Pozor!
Dítě v domě

Experiment:
Myši s lidským
mozkem

Diagnóza
hazardní hráč

**Držte
úsměv a krok!**
Žijeme v době povinného štěstí



0,9

ISSN 1212-9607

9



Serotonin: ovlivňuje vaše vztahy i názor na druhé

Máte pocit, že se k vám druzí nechovají dost přátelsky? Zdá se vám partner víc odtažitý, jako by mu na vás už tolik nezáleželo? Možná jsou vaše úsudky ovlivněny nízkou hladinou serotoninu v krvi.

Když se dva lidé dívají na stejnou fotografii například mladého páru, může jeden vnímat zamilovanou dvojici a její upřímný cit, zatímco druhému se zdá, že ve vztahu obou lidí na obrázku zase nic tak výjimečně vřelého není. Rozdíl přitom nemusí být zdaleka jen v tom, že jeden pozorovatel je osobnostním založením spíše romantik či optimista, zatímco druhý je realista nebo skeptik. Podle nedávno zveřejněné britské studie je to, jak posuzujeme vztah dvou lidí v páru, ovlivněno naší hladinou serotoninu v krvi. S vyšší hladinou vnímáme vztahy jako intimnější a vřelejší, při snížené hladině právě naopak. Jak k tomuto závěru výzkumníci došli?

Láska? Žádnou nevidím

Zdraví dospělí dobrovolníci, u nichž byla zaznamenána nižší hladina serotoninu, vnímali partnerské dvojice na fotografiích, které jim byly předkládány, jako méně intimní, ne příliš zamilované a méně romantické než ti dobrovolníci, kteří měli standardní hladinu serotoninu, ukázal experiment.

Tým z Oxford University spolu s kolegy z University of Liverpool a King's College London poté vytvořil ze zdravých dobrovolníků dvě skupiny, jimž měnil hladinu serotoninu v krvi podáváním nápojů s aminokyselinami. Jedna skupina dostávala nápoje, které obsahovaly tryptofan, aminokyselinu, ze které je v mozku vyráběn serotonin. Druhá skupina pila nápoje, které tryptofan neobsahovaly. Rozdíl v hodnocení fotografií jednotlivými skupinami a názory dobrovolníků na to, jestli je daná dvojice na obrázku zamilovaná, přesně odrážely změny hladiny serotoninu v krvi. 22 dobrovolníků, kteří pili nápoje bez tryptofanu, souhlasně ohodnotilo vztahy párů zachycených na fotografiích jako méně důvěrné a méně romantické, zatím 19 dobrovolníků, kteří pili nápoje s obsahem tryptofanu, to vidělo právě naopak.

„Ačkoliv se jedná pouze o malou studii, může nám pomoci uvědomit si, že stejné zákonitosti a procesy

mohou ovlivňovat i vnímání našich vlastních vztahů,” říká profesor Robert Rogers z Psychiatrické kliniky Oxfordské univerzity, který výzkum vedl. „U lidí trpících depresí hladina serotoninu v krvi může ovlivnit schopnost udržet si optimismus a důvěru v mezilidské vztahy, schopnost rozvíjet důvěrné, intimní či přátelské vztahy.”

Serotoninem proti depresi

„Serotonin je důležitý pro oblast sociálního chování a také hraje podstatnou roli u duševních poruch, jako je například deprese,” vysvětluje britský psychiatr.

Mezi známé příznaky deprese u některých lidí patří mimo jiné i problémy ve vztahové oblasti a pocity společenské izolace. Je možné, že právě změny hladiny serotoninu v mozku se podílejí na rozdílném vnímání partnerských a mezilidských vztahů. Přispívají k obtížím, které souvisejí s depresemi tím, že mění způsob vidění světa u daného jedince a jeho vnímání, mění způsob, jakým smýšlí o partnerských vztazích, mění schopnost vnímat intenzitu důvěrnosti mezi dvěma lidmi včetně jeho nejbližších.

Serotonin má nezanedbatelný vliv na procesy utváření a udržování mezilidských vztahů, přičemž platí, že nefunkční, disharmonické vztahy mohou být spouštěčem nejrůznějších nemocí a naopak – podpora a povzbuzování při udržování kvalitních společenských vazeb a partnerských vztahů napomáhá jako protektivní faktor v oblasti duševních i fyzických onemocnění a napomáhá ke zlepšení stavu u osob v obtížné zdravotní, psychické a životní situaci.

Zjištění, že snížená hladina serotoninu u lidí s depresemi a jinými psychiatrickými nemocemi by mohla přispívat k rozdílnému vnímání mezilidských vztahů, byla publikována v časopise Biological Psychiatry. (Studie byla financována The Medical Research Council.)

Šárka Kubcová
(zpracováno podle sciencedaily.com)