

# Maladaptive daydreaming

Há catorze anos, perceber que você está apaixonado por uma invenção da sua imaginação teria resultado em um curso de medicamentos antipsicóticos típicos daqueles usados para tratar alucinações esquizofrênicas. Mesmo que o maladaptive daydreaming saiba que o mundo que eles criaram dentro de suas mentes não é real, quando a questão é abordada no consultório de um psicólogo, muitas vezes é tratada como se fosse uma psicose ou subestimada e simplesmente rotulada como uma imaginação nativa. Muito pouco mudou no ambiente clínico quando se abre sobre seu apego emocional ao mundo da fantasia que eles criaram.

No entanto, o consultório do médico, a situação é muito diferente; Foram 14 anos desde o primeiro estudo de Eli Somer sobre o comportamento de dissociação na forma de adição ao sonhar acordado, e a descoberta deste fenômeno inspirou blogs, grupos de apoio, páginas do Facebook, 'Wild Minds Network' - um site de suporte dedicado ao 'maladaptive daydreaming'. Mas, mesmo assim, sem saber a frase 'maladaptive daydreaming', é praticamente impossível encontrar qualquer um desses lugares, uma vez que os sintomas indicam proeminentemente a psicose ou TDAH.

O primeiro resquício de uma resposta que um 'maladaptive daydreaming' obtém é de tropeçar em

um post em seu feed de notícias relacionado ao conceito, não com um diagnóstico clínico.

O 'maladaptive daydreaming' geralmente ocorre como um mecanismo de enfrentamento em resposta a um trauma, abuso ou solidão. Os sofrendores criam um mundo interior complexo que eles escapam em tempos de angústia sonhando durante horas. É um círculo vicioso de dependência; O maladaptive daydreaming cria inevitavelmente um apego emocional aos personagens e à vida criada, que muitas vezes substitui as dolorosas interações da vida real entre a família e os amigos. Também interfere em estudar, comer e cuidar de sua higiene e bem-estar, o que dificulta ainda mais o funcionamento diário. Neste momento, sonhar acordado sobre uma vida perfeita é mais atraente do que lidar com a realidade deprimente. A diferença definidora entre a maladaptive daydreaming e a psicose é o fato de que o indivíduo sabe que seus devaneios não são reais.

Sem reconhecimento



médico, a desordem é tratada como um desequilíbrio bioquímico neural em vez de um sintoma viciante decorrente de um vazio na vida do indivíduo. O problema subjacente não é abordado. O maladaptive daydreaming não é levada a sério: preso à espera de um tratamento adequado, pelo reconhecimento de que suas mentes não são simplesmente "criativas" - mas, em vez disso, essa "criatividade" tem uma mão embrulhada em torno de suas gargantas - e, finalmente, para obter respostas.

A questão ainda permanece: "Por que eu? O mecanismo exato pelo qual o maladaptive daydreaming vem inibir a capacidade das emoções de alguém de permanecer ancorado na realidade continua a ser discutido. Menos nebuloso, porém, é o fato de que essa discussão não pode ser estendida sem mais pesquisas e novas mentes ligando ideias em uma amálgama que eventualmente responderá a esta pergunta. As respostas são necessárias não só para o tratamento, mas também para trazer a paz de espírito para aqueles que acreditam que o maladaptive daydreaming é uma sentença de prisão perpétua de isolamento. Exorto aqueles de vocês a lerem para divulgar a consciência de um maladaptive daydreaming; Compartilhe esta carta, fale sobre o maladaptive daydreaming, realize pesquisas nela. Eles agora pode está vivendo isoladamente acreditando que eles são "A única pessoa com essa coisa".

**Maria Tapu**  
*Rhos-on-Sea*