

## ВЛИЯНИЕ НА ДЕПРЕСИЯТА ВЪРХУ СОЦИАЛНАТА ПОДКРЕПА

Максимка Рашева

*The depressive state affects the extent to which one may seek and perceive received social support. The aims of present study are to examine the influence of depression on social resources.*

*The results obtained indicate that mildly depressed subjects receive social support more difficultly than nondepressed subjects. The levels of support's satisfaction are decreased.*

*Moderately and severely depressed individuals report receiving the least social support from husband/spouse, relatives and friends. The support's satisfaction, the extent of communication and intimacy, the levels of emotional and instrumental support are diminished.*

В голям брой по-ранни изследвания се отделя особено внимание на връзката между острите стресови събития и повишаването на депресивните епизоди. Съществуват ситуации, играещи роля за появата на острия стрес, но в повечето случаи те са ограничени до единични събития, като: загуба на работа поради съкращение по икономически причини, неочаквано природно бедствие или автомобилна катастрофа, при която загива другият шофьор. Най-силни са ефектите на стресовите събития върху депресията при загуба на работа, овдовяване или развод (Kessler, R., 1997).

Билингс и Мус (1984) подчертават ролята на хроничното напрежение като важен компонент от стресорите на околната среда, имащ отношение към разстроеното функциониране на депресивната личност. В някои случаи хроничното напрежение може да се окаже по-предсказателно за развитието на депресия в сравнение с появата на остро негативно жизнено събитие. В свое изследване авторите показват, че функционирането при мъжете е по-силно свързано със заболявания при децата, съпругата и стресори в работата, докато при жените по-силно влияние оказват напрежението в семейството и негативната домашна обстановка.

Пиарлин и Джонсон (1977) намират, че напреженията в брака, отглеждането на децата и разпределението на паричните средства в домакинството са свързани с депресивни симптоми. На работното място такава връзка се наблюдава със загуба на автономност при вземане на решения, двойственост и неяснота на ролите, вършени на работа в дефицит от вре-

ме. Някои характеристики на работната среда, като шум, много хора в едно помещение, неадекватно осветление, също могат да създадат дискомфорт и стрес (цит. по Billings, A. & Moos, R. 1984).

В последното десетилетие се подновява интересът към хроничния стрес. Той често се свързва с обостряне ефектите на жизнените събития върху епизодите от депресия. Поради тази причина на него се гледа като на медиатор между жизнените събития и депресивната симптоматика. Например, ефектите от загубата на работа върху депресията могат да се опосредстват от финансови стресори. Връзката между загубата на съпруг и депресия може да бъде опосредствана от социална изолация (Kessler, R., 1997).

Хроничният стрес е съществена част от медицинската практика. Лекарите ежедневно се срещат със стреса. Вследствие на това те са изложени на повишен риск от суицидно поведение, зависимост от субстанции и психиатрични разстройства в сравнение с останалата част от населението (Revinski, D. & May, H., 1985).

В днешно време връзката между стреса и депресията се приема за ясно установена. Не всички хора обаче, които преживяват остър или хроничен стрес, стигат до депресия. Съществуват някои фактори, които могат да смекчат влиянието на неблагоприятните събития върху психологичното здраве на индивида. Един от тях е и социалната подкрепа. Тя моделира връзката между събитията в живота и депресията и играе ролята на буфер между стреса и психичното и соматичното здраве. Загубата на социална подкрепа, особено от интимни или доверителни връзки повишава уязвимостта на човека. Вследствие на това нараства и честотата на преживяване на депресивни епизоди.

Отли (1988) формулира хипотезата, че най-често депресията се появява под въздействието на провокиращи фактори или на такива, които разрушават важна социална роля и фактори, повишаващи уязвимостта към депресивни реакции — също социално дефинирани, т. е. с отсъствието на социална подкрепа.

Според Уинъбст и сътр. (1988) независимо от факта, че социалната подкрепа е аспект от социалната среда, който влияе на връзката между стресорите и психологичното напрежение, процесите, отнасящи се до стреса и социалната подкрепа, са комплексни и често могат да изглеждат изненадващи. От една страна, самата стресова ситуация може да доведе до влошаване на системите на социалната подкрепа. Много неблагоприятни събития се отразяват на социалните връзки по негативен начин. Вследствие на това личността може да се отчужди от другите хора. От друга страна, такива събития могат да предизвикат дистрес у даващия подкрепа и да редуцират желанието или възможността за оказване на помощ. Емоционално разстроените хора не са особено привлекателни за другите хора.

Подкрепа на посочения възглед дава изследването на Нолен-Хоексема и Дейвис (1999), при което се проучва модериращият ефект на личностни характеристики върху връзката между социалната подкрепа и дистреса при лица, преживели загуба на близък човек от семейството. Авторите