

# ВЛИЯНИЕ НА СЕМЕЙНИЯ КЛИМАТ ВЪРХУ ДЕПРЕСИЯТА И ТРЕВОЖНОСТТА

Стоева Теодора

Доц. д-р – Софийски университет ”Св. Климент Охридски”

Цел на изследването ни е да се установи съществува ли влияние от страна на семейния климат върху депресията и тревожността в периодите на юношеска, зряла и напреднала възраст. В теоретичен план изследването се основава на модела на R.Moos, в който са отграничени 3 дименсии на семейния климат. За юношеска възраст беше допуснато, че намаляването на независимостта и организацията в семейството ще резултира в повишаване на тревожността, базирано на амбивалентната нагласа към влиянието на родителя. За зряла възраст беше допуснато, че намаляването на ориентацията към постижение в семейството, свързано с неудовлетворяване на потребността от генеративност, ще резултира в увеличаване на депресията. За напреднала възраст беше допуснато, че намаляването на морално-религиозния акцент в семейството, свързано със затруднение психологически да се приеме собствената и на партньора смърт, ще резултира в увеличаване на депресията. Като цяло резултатите потвърдиха допускането, че аспектите на семейния климат, които влияят върху тревожността и депресията в отделните възрастови периоди са различни. Изследването съдържа импликации за семейната терапия при работа със семейства на пациенти с тревожност и депресия.

The influence of the family climate on depression and anxiety

The purpose of the article is to find what is the influence of the family climate on depression and anxiety in adolescence, maturity and old age. In theoretical aspect our investigation is based on the model of R.Moos in which are differentiated 3 dimensions of family climate. It was supposed for the adolescence that the decrease of the independence and organization would result in increase of anxiety which is based on the ambivalent attitude to the influence of parents. It was supposed for the maturity that the decrease of the achievement orientation connected with the unsatisfaction of the need of generativity would result in increase of depression. It was supposed for the old age that the decrease of the moral-religious accent in the family connected with psychological difficulty to accept his own and partner's death would result in increase of depression. On the whole the results confirm the supposition that the aspects of family climate which influence on the anxiety and depression are different. In the investigation there are implications for the family therapy in treating families of patients with anxiety or depression.

Множество изследвания показват, че семейният климат оказва влияние върху психическото здраве [3;4]. R.Moos диференцира няколко дименсии на семейния климат - дименсии на взаимоотношенията, дименсии на личностния растеж или целевата ориентация, и дименсии на поддържането на системата [5]. В групата на дименсиите на взаимоотношенията се включват субскалите на кохезия (оценяваща, преживяването за единство на семейните членове); експресивност (измерваща, степента до която семейните членове изразяват чувствата си) и конфликт. В групата на дименсиите на личностния растеж се включват субскалите на независимост; ориентация към постижение; интелектуално-културна ориентация ; ориентация към активно възстановяване; морално-религиозен акцент. В групата на дименсиите на поддържането на системата се включват субскалите на организация (измерваща, степента до която семейната среда е структурирана) и контрол (измерваща, степента, до която семейните членове се контролират един друг).

Както споменахме, съществуват теоретични аргументи и емпирични данни за това, че семейният климат влияе върху психичното здраве. В тази връзка цел на изследването ни е да се установи какво е това влияние по отношение на депресията и тревожността. Тревожността основно се свързва с наличието на негативни очаквания за бъдещето, чувство на несигурност и възприятия за заплаха на значими ценности [6]. Депресията се свързва основно с наличието на ниска самооценка и като резултат на това - с поемането на отговорност за негативните събития и чувството на вина [8].

Считаме за целесъобразно да обясним защо изследваме тревожността като личностна черта, а не като преходно състояние. Тревожността като черта се свързва със стабилни индивидуални различия във възприемането на света по определен начин. Ние

изследваме тревожността като черта, защото в разработката ни тя се явява резултат на стабилни за определен възрастов период ментални фактори (ценности, перцепции, интерпретации), свързани с приписването на значимост на различни аспекти на семейния климат.

Не много са изследванията по проблема за влиянието на семейния климат върху психичното здраве във възрастов контекст. В тази връзка изследването ни е посветено на разкриване на влиянието на семейния климат върху тревожността и депресията в периодите на юношеска, зряла и напреднала възраст. Като обяснение за формулираните от нас хипотези ние представяме по-долу кратко психологическо описание на индивидите в различните възрастови периоди.

Характерно за юношеската възраст е амбивалентната нагласа към независимостта във взаимоотношенията с родителите. От една страна, юношите желаят да бъдат автономни, а от друга - те преживяват несигурност в опита си да се справят с действителността самостоятелно и затова търсят насока от родителите си. Основната задача на тази възраст е постигане на идентичност, като откриването на собствения "Аз" се осъществява драматично и е свързано с понижаването на общата самооценка [1].

По време на зрелостта, в психологически план, преобладават темите за- идентичност (във връзка със семейството и кариерата); интимността (като потребност от близки лични взаимоотношения); и генеративност (като потребност за собствен принос към обществото)[7].

Напредналата възраст се характеризира с упадък в някои психологически и соматични функции, резултиращо в понижаване на самооценката. Типични кризи за тази възраст са: пенсионирането, синдрома на "празното гнездо"; смъртта на партньора. Всички тези събития резултат в стесняване на кръга от социални контакти и комуникативен дефицит[2].

## ХИПОТЕЗИ

### **Юношество**

1. Беше допуснато, че намаляването на независимостта, а също и намаляването на организираността в семейството ще резултира в завишаване на тревожността, базирано на амбивалентната нагласа към родителите (потребност от независимост, от една страна, и потребност от получаване на насоки и указания, от друга).
2. Беше допуснато, че намаляването на експресивността в семейството (свързано с индиферентно отношение към юношата, водещо до поява на съмнения относно собствената му значимост) и увеличаването на конфликтността (свързано с приписване на вината върху самия него, поради характерното за тази възраст ниско самоуважение) ще резултира в завишаване на депресията.

### **Зрялост**

1. Беше допуснато, че намаляването на кохезията в семейството (свързано с неспособност за удовлетворяване на потребността от близки взаимоотношения, водещо до чувство на несигурност) ще резултира в завишаване на тревожността.
2. Беше допуснато, че намаляването на ориентираността към постижения (свързано с неудовлетворяване на потребността от генеративност, водещо до отсъствие на реални придобивки, а така и до ниска самооценка) ще резултира в завишаване на депресията.

### **Напреднала възраст**

1. Беше допуснато, че намаляването на кохезията (свързано с неудовлетворяване на потребността от близки семейни взаимоотношения, възникнала в резултат на малкия брой социални роли) и намаляването на експресивността (свързано с неудовлетворяване на потребността от комуникация, възникнала в резултата на дефицита от социални връзки като цяло) ще резултира в завишаване на тревожността.

2. Беше допуснато, че намаляването на морално-религиозния акцент (свързано с неспособността психологически да се приеме собствената и на партньора смърт, водещо до песимистични мисли) ще резултира в завишаване на депресията.

## МЕТОД

1. Обект: 85 лица в юношеска възраст; 92 лица в зряла възраст; 78 лица в напреднала възраст.

2. Тестови материали:

2.1. Скала за социалния климат (R.Moos). Скалата съдържа 90 твърдения, разпределени в 10 субскали.

2.2. Въпросник за тревожност (C.Spielberger). Използвана е скалата, измерваща тревожността като черта, съдържаща 20 признака. Лицата с бал над 30 точки бяха класифицирани като тревожни.

2.3. Скала за депресия (Zunk). Скалата съдържа 20 айтема, разкриващи депресивни симптоми. Лицата с бал над 40 точки бяха класифицирани като депресивни.

Беше установено, че от нашата извадка 23 юноши са тревожни и 20- депресивни; 24 лица в зряла възраст са тревожни и 29- депресивни; 20 лица в напреднала възраст са тревожни и 25-депресивни. За да се предотврати ефекта на смесване, от изследването бяха изключени лицата, които са едновременно и тревожни и депресивни. Беше установено, че психологически здравите лица (които приемаме в изследването като лица без тревожност, нито депресия), използвани като сравнителна група са 32- в юношеска, 30- в зряла, и 25 в напреднала възраст.

3. Обработка на данните.

3.1. Регресионен анализ. Той беше използван за измерване на влиянието на различните дименсии на семейния климат върху тревожността и депресията.

3.2. t-критерий на Студент. Той беше използван за да се измерят статистически значимите различия във връзка с различните дименсии на семейния климат, между групите на психологически здравите, тревожните и депресивните лица- на определена възраст.

## РЕЗУЛТАТИ

1. Регресионен анализ.

**Юношеска възраст.** Беше установено наличие на влияние на дименсиите: независимост ( $\beta=-0,63$ ;  $F=27,3$ ;  $p<0,001$ ) по отношение на тревожността и експресивност ( $\beta=-0,37$ ;  $F=5,75$ ;  $p<0,01$ ) по отношение на депресията.

**Зряла възраст.** Беше установено наличие на влияние на дименсиите: кохезия ( $\beta=-0,18$ ;  $F=1,91$ ;  $p<0,05$ ) по отношение на тревожността.

**Напреднала възраст.** Беше установено наличие на влияние на дименсията: ориентация към активно възстановяване ( $\beta=-0,24$ ;  $F=4,14$ ;  $p<0,05$ ) по отношение на депресията.

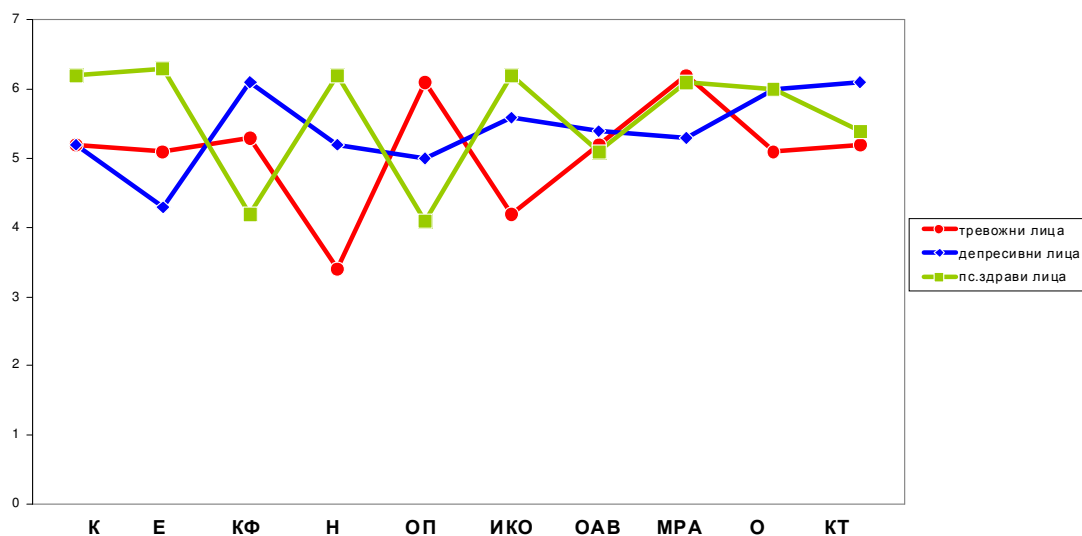
2. Вътрегрупово сравнение

**Юношеска възраст.** Резултатите показват статистически значимо различие по отношение на дименсиите: независимост ( $t=4,92$ ;  $p<0,001$ ); ориентация към постижение ( $t=2,70$ ;  $p<0,01$ ) между групата на тревожните и групата на психично здравите лица и конфликт ( $t=2,57$ ;  $p<0,05$ ) между групата на депресивните и психично здравите лица (граф.1).

**Зряла възраст.** Резултатите показват статистически значимо различие по отношение на дименсията: ориентация към постижение ( $t=2,41$ ;  $p<0,05$ ) между групата на депресивните и групата на психично здравите лица (граф.2).

**Напреднала възраст.** Резултатите показват статистическа значимо различие по отношение на дименсиите: организация ( $t=2,75$ ;  $p<0,01$ ) между групата на тревожните и

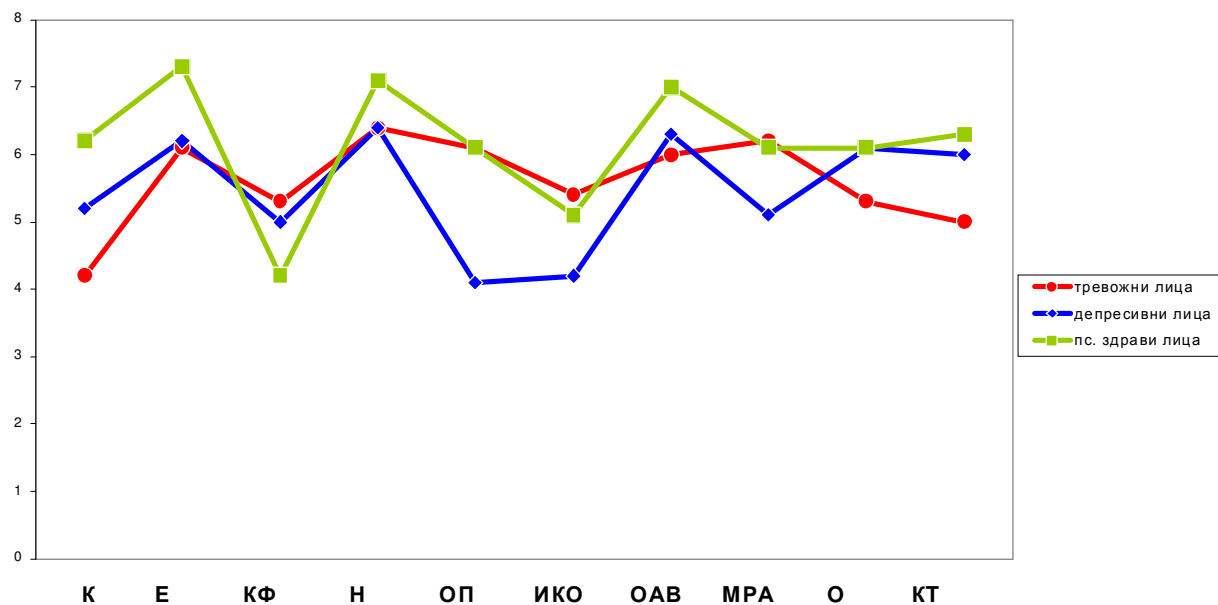
групата на психично здравите лица и морално-религиозен акцент ( $t=4,01$ ;  $p<0,001$ ) между групата на депресивните и групата на психично здравите лица (граф.3).



**Граф 1.** Средни стойности на дименсиите на семеен климат за тревожни, депресивни и психично здрави лица в юношеска възраст

### Легенда

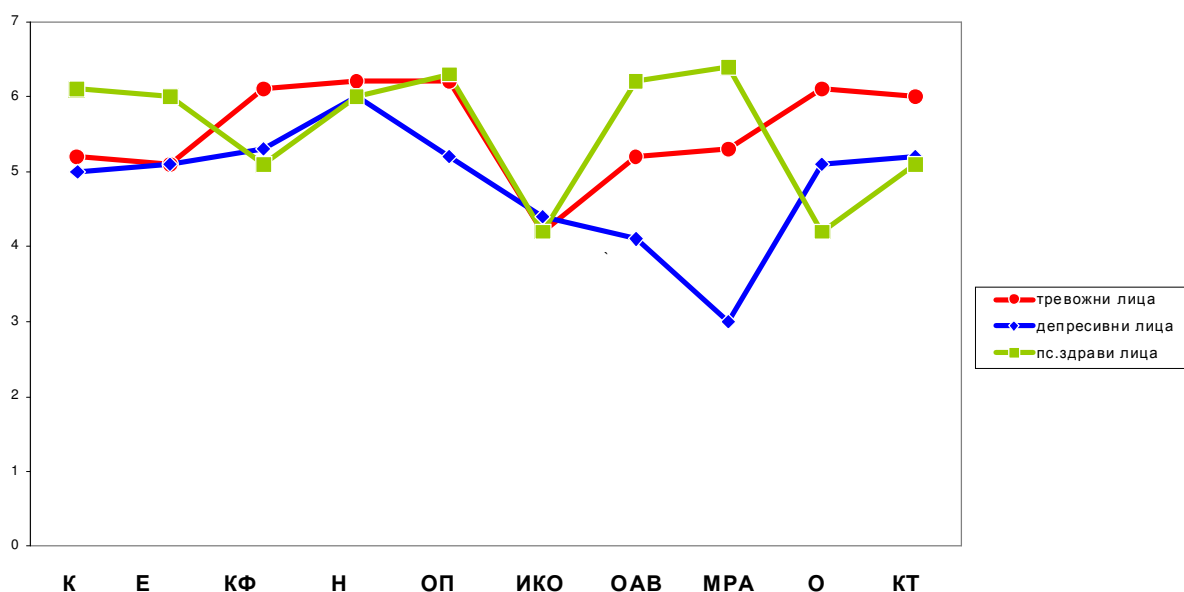
- К** – кохезия
- Е** – експресивност
- КФ** – конфликт
- Н** – независимост
- ОП** – ориентация към постижение
- ИКО** – интелектуално – културна ориентация
- ОАВ** – ориентация към активно възстановяване
- МРА** – морално религиозен акцент
- О** – организация
- КТ** – контрол



**Граф 2.** Средни стойности на дименсиите на семеен климат за тревожни, депресивни и психично здрави лица в зряла възраст

### Легенда

- К** – кохезия
- Е** – експресивност
- КФ** – конфликт
- Н** – независимост
- ОП** – ориентация към постижение
- ИКО** – интелектуално – културна ориентация
- ОАВ** – ориентация към активно възстановяване
- МРА** – морално религиозен акцент
- О** – организация
- КТ** – контрол



**Граф 3.** Средни стойности на дименсиите на семеен климат за тревожни, депресивни и психично здрави лица в напреднала възраст

### Легенда

- К** – кохезия
- Е** – експресивност
- КФ** – конфликт
- Н** – независимост
- ОП** – ориентация към постижение
- ИКО** – интелектуално – културна ориентация
- ОАВ** – ориентация към активно възстановяване
- МРА** – морално религиозен акцент
- О** – организация
- КТ** – контрол

### АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ

Като цяло резултатите подкрепят хипотезите ни.

**Юношеска възраст.** Хипотезата, че намаляването на организираността ще доведе до увеличаване на тревожността не беше потвърдена. Вероятно това се дължи на контингента от изследвани, съставен от лица в ранния период на юношеството, когато “бунта” срещу възрастните е по-интензивен, което може да изключи всяка потребност от получаване на насоки от родителите. Също така резултатите показаха, че характерно за семейния климат, при тревожност, е наличието на ориентация към постижение. Вероятно това се дължи на отсъствието на самоувереност в юношата дали ще може да отговори на изискванията на своите родители. Стремещът към отговаряне на изискванията може да е резултат (както е посочено в някои разработки) на обстоятелството, че самооценката на юношата не се

базира само на мнението на неговите връстници, но и на мнението на неговите родители. Също така резултатите подкрепят хипотезата за това, че характерно за семейния климат, при депресия, е наличието на конфликт. Това може да се обясни с нагласата на юношата да поема отговорност за негативните събития не само поради ниска самооценка, но и поради нежелание да признае, че неговите родители са лоши. Това е свързано с потребността му да възприема родителите си като надеждни, въпреки неговия "бунт" по отношение на тях. Беше установена и тенденция на увеличаване на депресията в резултат на увеличаване на контрола. Това вероятно е свързано с авторитарния стил на възпитание при който родителите вземат решения без отчитане на мнението на юношата, водещо до понижаване на неговата самооценка.

**Зрялост.** Хипотезите бяха потвърдени. Интересен е резултата, показващ, че увеличаването в ориентираността към постижение в зрелостта води до психично здраве, докато в юношеството се оказва обратното. Това може да се обясни с обстоятелството, че в зрелостта ориентацията към постижение е свързана с потребността от стабилност в работата, докато в юношеството - с изисквания, наложени от родителите.

**Напреднала възраст.** Не беше потвърдена хипотезата, че увеличаването в експресивността ще резултира в намаляване на тревожността. Вероятно това е защото за старите хора наличието на обединеност е по-значимо, отколкото демонстрацията и експресията на чувства. Освен това, беше установено, че увеличаването на ориентираността към активно възстановяване резултира в намаляване на депресията. Това вероятно се дължи на отвличане от негативните мисли по този начин. Също така беше установено, че за семейния климат, при тревожност, е характерно наличието на организация. Това се дължи вероятно на обстоятелството, че старите хора не са уверени в себе си дали ще могат да "отговорят" на правилата за определен ред.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изследването потвърждава основното предположение за това, че аспектите на семеен климат, които влияят върху тревожността и депресията, за отделните възрастови периоди са различни. Това е така, доколкото възприятието за значимост на тези аспекти се обуславя от ментални фактори (като ценности, интерпретации), които са различни за отделните възрастови периоди. В тази връзка показателен е резултата, разкриващ че тревожността в юношеството е резултат на отсъствие на независимост (свързано със заплахата по отношение на ценността от автономия, значима за тази възраст) докато в зрелостта е резултат на отсъствие на кохезия (свързано със заплахата по отношение на ценността - близки отношения, значими за тази възраст).

Изследването съдържа импликации за семейната терапия, при работа със семейства на пациенти с тревожност или депресия.

## БИБЛИОГРАФИЯ

- Реана, А. (ред.) Психология подростка. Москва, 2003.
- Havinghurst, R. Human development and education. N.Y., 1953.
- Hoffing, c., Lewis, I. The family: evolution and treatment. N.Y., 1980.
- Jackson, D. The study of the family. Family process. N.Y., 1965.
- Moos, R. Combined preliminary manual: family, work and group environmental scales. Calif., 1974.
- Lazarus, R., Averill, R. Emotion and cognition with special reference to anxiety. In Spielberger C. /Ed./ Anxiety. Current trends in theory and research. N.Y., 1972.
- Schlossberg, N. Five propositions about adult development. Journal of college student personell, 19, 1978.
- Tennen, H., Herzberg, S. Depression, self-esteem and the absence of self-protective attributional biases. Journal of personality and social psychology. v.1, 1987.