

Streszczenie

Celem opisywanych badań było zbliżenie się do lepszego zrozumienia mechanizmów psychologicznych zaburzeń depresyjnych poprzez analizę sposobu doświadczania i odbioru codziennych sytuacji przez osoby depresyjne oraz dysforyczne. Analiza codziennego funkcjonowania obejmowała subiektywną ocenę codziennych doświadczeń uczestników badania, a także opis tych doświadczeń generowanych przez badanych, analizowanych przy użyciu automatycznej analizy treści. Badaniem wprowadzającym do dwóch głównych badań poświęconych funkcjonowaniu osób depresyjnych, było badanie walidacyjne polskiego słownika do programu Linguistic Inquiry Word Count (LIWC; Pennebaker i in., 2001). W ramach badania porównano 61 tekstów opisujących najbardziej pozytywne i najbardziej negatywne doświadczenia życiowe wśród osób terminalnie chorych, oceniane przez 4 sędziów kompetentnych oraz przeanalizowane z użyciem programu LIWC. Uzyskany w badaniu wysoki procent rozpoznawania słów w tekście przez LIWC, istotna korelacja między oceną sędziów a wskaźnikiem procentowym generowanym przez LIWC w większości analizowanych kategorii oraz zdolność programu do wychwytu emocjonalnego tonu wypowiedzi – przemawiają za jego trafnością i użytecznością w badaniach na polskim gruncie i pozwoliły na jego zastosowanie w kolejnych opisywanych badaniach.

W pierwszym badaniu głównym poświęconym funkcjonowaniu osób depresyjnych – uczestnicy badania, w tym 135 osób z kliniczną depresją oraz 138 osób niedepresyjnych, zostały zaproszone do uzupełniania elektronicznego dzienniczka przez okres 14 dni. Następnie porównano subiektywne oceny oraz opisy codziennych doświadczeń generowane przez badanych w obu grupach. Analizy te wykazały szereg różnic zarówno w odbiorze jak i opisie zdarzeń między grupą depresyjną i niedepresyjną, choć różnice te w większości okazały się nieistotne po uwzględnieniu różnic subiektywnie ocenianej stresowości i pozytywności codziennych zdarzeń. Wyniki te zwracają uwagę na istotę codziennych

doświadczeń (obiektywnie i subiektywnie pojmowanych przez jednostki), które jak pokazuje badanie, mogą determinować sposób opisywania rzeczywistości, a to z kolei może utrwaląć istniejące dysfunkcjonalne mechanizmy depresji.

W drugim badaniu głównym poświęconym funkcjonowaniu osób subdepresyjnych – sprawdzano, czy zaproponowane oddziaływanie – klasyczne ekspresywne pisanie oraz jego zmodyfikowaną wersję wzbudzającą współczucie dla samego siebie - wpłynie na odbiór codziennych doświadczeń osób subdepresyjnych i czy będzie to zależne od rodzaju ekspresywnego pisania. W tym celu 46 osób subdepresyjnych losowo przydzielono do 5 sesji ekspresywnego pisania w wersji klasycznej lub w wersji zachęcającej do przyjęcia postawy współczującej wobec siebie. Następnie sprawdzano, czy zostanie zaobserwowana zmiana na poziomie dziennych pomiarów kwestionariuszowych, oceny zdarzeń oraz ich opisów zbieranych przez 5 dni przed oraz 5 dni po zastosowanej interwencji. Uzyskane wyniki nie wsparły hipotezy, że ekspresywne pisanie wzbogacone o wzbudzanie współczucia dla siebie, wpływa skuteczniej na poprawę funkcjonowania osób subdepresyjnych niż jego klasyczna wersja. W obu grupach ekspresywnego pisania nie zaobserwowano też wielu zakładanych zmian pod wpływem interwencji m.in. obniżenia objawów depresji. Wyniki te są omawiane w kontekście implikacji teoretycznych oraz praktycznych dla specjalistów chcących wykorzystywać tę metodę do pracy z osobami depresyjnymi.