

DEPRESYON VE AİLE

- Aile, hem doğrudan hem de dolaylı genetik ve çevresel etkiler yoluyla depresyonun gelişimine katkıda bulunur.
- Burada önemli olan, genlerin ve aile ortamının **birbirinden bağımsız ve birlikte** depresyonun gelişimine ve sürdürülmesine nasıl katkı sağladığıdır.

Genler

- Depresif ebeveynlerin çocuklarının bir depresif epizod geçirme riski, normal kontrollerin çocuklarından 3 kat fazla...
- Bu bulguda, hem ebeveynin kendi psikopatolojisinin hem de işlevsel olmayan ebeveyn stilleri, evlilik uyumsuzlukları ve stres gibi psikososyal faktörlerin etkili olabileceği düşünölmektedir.

- Davranışsal genetik çalışmaları, genlerin majör depresif bozukluğa (MDD) **%30 ile %50** arasında (orta düzey) yatkınlık sağladığı ileri sürülmektedir.
- Genetik faktörler, nörobiyolojik, kişilik ve/veya bilişsel yatkınlıklara katkı sağlayabilir, bu yatkınlıklar çevresel etkilerle etkileşime girerek depresif semptomlar ortaya çıkarabilir.

- **Nörobiyolojik yatkınlık:** Nöroendokrin ve nörokimyasal sistemler, işlevsel ya da anatomik beyin farklılıkları, HPA ekseninde anormallikler vb.
- **Mizaç ve kişilik:** Mizaç özellikleri olan olumsuz duygulanım (olumsuz ipuçlarına duyarlılık, strese verilen duygusal tepkiselliği düzenlemede güçlük, kaçınmayı daha fazla kullanma gibi), nörotizm, davranışsal inhibisyon gibi özellikler depresyon ve anksiyete ile ilişkili bulunmuştur.

Aile Ortamı

- **Olumsuz aile ortamı:** Ailede destekleyici etkileşimlerin olmaması ve çatışmalı, eleştirel ve öfkeli etkileşimlerin yüksek olması çocuklarda ve ergenlerde depresyon ile ilişkili bulunmaktadır.
- Depresif yetişkinler, normallere göre, ebeveynlerini daha az olumlu ve sıcak, daha kontrolcü, zorlayıcı, utanç duygusunu tetikleyici, eleştirici, ihmalkar, reddedici, tutarsız duygulanıma sahip ve genel olarak daha az destekleyici hatırladıklarını bildirmektedirler.

Ailenin Depresyonun GidiŖi Üzerindeki Etkileri

Annenin disiplini, babayla iliŖkinin kalitesi, ebeveynlerin çocuklarına yönelttikleri duygu dışavurumu gibi ebeveyn-çocuk iliŖkisinin bazı yönlerinin ve genel olarak aile ortamının duygusal kalitesinin depresyon tanısı almıŖ çocuklarının depresif epizodlarının gidiŖini yordadığı bulunmuŖtur.

İşlevsel Olmayan Ebeveynlik ve Depresyon Arasındaki İlişkide Olumsuz Bilişlerin Rolü

- Eleştirici, cezalandırıcı, reddedici ve/veya ihmalkar ebeveynlik, depresif 'içsel çalışma modellerinin' veya 'bilişsel şemaların' gelişimine yol açabilir.

Çocukta Depresyonun Aile Üzerindeki Etkileri

Depresif çocuk ve ergenlerin sosyal davranışlardaki eksiklikleri, tatmin edici kişilerarası ilişkiler kurmalarını engellediğinden, bu tür davranışlar ailedeki ilişkileri de etkileyebilir. Örneğin,

- Aile desteğinde azalma,
- Annenin negatif ve utancı-tetikleyici davranışlarını tetikleme,
- Annenin kendini suçlamasında artış, çocuğun problemlerini çözmeye ve herşeyin yoluna gireceğine dair garanti veren davranışlarında artış,

Karşılıklı Etkiler

- Ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişki, dinamik, etkileşimsel ve karşılıklıdır, yani birbirlerini karşılıklı olarak etkilerler.
- Dolayısıyla çocuğun mizacı ve duygudurumu, ebeveynlerin tutumlarını ve çocuklarına yönelik davranışlarını etkiler; dolayısıyla bu tutumlar da çocuğun duygusal ve davranışsal gelişimi üzerinde etki gösterir.

Bir Stresör Olarak Aile Ortamı

- **Ebeveyn psikopatolojisi:** Özellikle MDD, madde bağımlılığı ve anti-sosyal kişilik bozukluğu
- **Ebeveyn kaybı:** Çocuğun ebeveynlerinden aldığı bakımın kalitesinde azalmaya yol açabilir, örn. anne kaybı
- **Evlilik çatışması, ayrılma ve boşanma:** Stresli durumlarla başa çıkmayı zorlaştırır, çocuğun kontrolünün çok az olduğu durumlar için kendini sorumlu hissetmesine yol açabilir vb.

- **Aile içi şiddet ve istismar:** İşlevsellikte ciddi bozulma, beyin yapısında bozulma vb.
- **Ekonomik zorluklar:** Yeterli sağlık bakımına ve eğitim olanaklarına ulaşmada güçlük, daha az sosyal kaynak, şiddete daha fazla maruz kalma vb.

Ebeveyn Depresyonunun Etkileri

Ebeveynlerin depresyonu:

- Ortak genleri paylaşmaları nedeniyle, çocukta biyolojik bir yatkınlık ve strese yüksek tepkisellik yaratabilir.
- Ebeveynlerin semptomlarının kendisi stresör olabilir.