

Е. В. Куфтяк

М. Ю. Козлов

Е. Д. Иваницкая

*Российская академия народного хозяйства
и государственной службы
при Президенте Российской Федерации;
ГБУЗ «Психиатрическая клиническая больница
№ 4 им. П. Б. Ганнушкина ДЗМ»
Москва, Россия*

СВЯЗЬ НАРУШЕННОГО ТИПА ПРИВЯЗАННОСТИ И ДЕПРЕССИИ. ЧТО ЕЩЕ ПРЕДСТОИТ ИЗУЧИТЬ?

Представлены данные об исследованиях взаимосвязи нарушенных типов привязанности и развития депрессии. Намечены новые объекты исследования, представляющие медиаторные факторы, ранее не попадавшие в фокус внимания исследователей, необходимые для объяснения процесса развития депрессивного расстройства при нарушенном типе привязанности.

Ключевые слова: депрессия, типы привязанности.

Elena V. Kuftyak

Mikhail Y. Kozlov

Elizaveta D. Ivanitskaya

*Russian Academy of National Economy and Public
Administration under the President of the Russian Federation;
Psychiatric Clinical Hospital 4 named after P. B. Gannushkin
Moscow, Russia*

THE RELATIONSHIP BETWEEN DISRUPTED ATTACHMENT STYLES AND DEPRESSION. WHAT ELSE WILL NEED TO STUDY?

Annotation: data are presented on the study of the relationship between impaired types of attachment and the development of depression. New objects of research are outlined, representing mediator factors that have not previously been in the focus of attention of researchers, necessary to explain

the process of development of a depressive disorder with a disturbed type of attachment.

Keywords: depression, attachment styles.

Введение. Общим местом перед написанием научных работ, посвященных теме депрессии, является указание на ее распространенность, значительное финансовое бремя, связанное с ней количество дней нетрудоспособности, не говоря уже о высоких медицинских рисках и отчетливом снижении качества жизни [1; 2]. Все это обуславливает тот научный и практический интерес исследователей, старающихся найти новые этиологические модели, расширить способы превенции, диагностики и лечения. Ввиду принятия биопсихосоциальной модели, интерес клиницистов к психологическим аспектам предрасположенности, развития и поддержания патологических процессов и механизмов не утихает. Одним из важных направлений психосоциальной части парадигмы является изучение межличностной динамики индивида, способности к поиску и получению социальной поддержки, качества детско-родительских и семейно-супружеских взаимоотношений [3; 4]. Изучая этот вопрос, невозможно не коснуться темы привязанности.

Материалы и методы. Осуществлялся обзор исследований. Самым важным вопросом при изучении связки «нарушенная привязанность — депрессия» является вопрос: что первично? Теоретические модели со времен пионерских работ Джона Боулби, постулировали каузальную зависимость депрессии от нарушенного типа, по определению формирующегося в процессе развития индивида и предшествующего манифестации аффективного расстройства. Однако сама по себе депрессия также приводит к одиночеству, замкнутости, избеганию контактов, что может оказаться неустранимой концептуальной проблемой при изучении причинно-следственных связей. Первый бум научных работ, посвященных этой теме, пришелся на начало 1990-х годов [5; 6], однако недостатком подобных исследований была значительная ориентация на теорию, малые выборки и упрощенный дизайн, не позволяющий заглянуть глубже корреляционных связей. Однако следом было проведено несколько десятков больших исследова-

ний, использующих более совершенные способы математического анализа, лонгитюдные наблюдения и объемные и разнообразные выборки. Важным итогом плодотворной работы исследователей, стал однозначный ответ о первичности нарушенного типа привязанности по отношению к симптомам депрессии. Одним из самых важных и недостаточно освещенных вопросов в теме нарушенного типа привязанности и депрессии — наличие и сущность медиаторных звеньев, которые должны затрагивать все аспекты психического функционирования и вносить свой вклад в развитие заболевания. В недавно проведенном метаанализе, куда вошли 80 исследований, посвященных изучению медиаторных факторов между небезопасной привязанностью и депрессией, некоторые из которых мы цитируем в этой работе, были надежно выявлены следующие факторы: дисфункциональное восприятие, самокритика, низкая способность к самосостраданию, гиперактивация когнитивных стратегий саморегуляции, репетитивное мышление и руминации [7]. Кроме того, различные авторы устанавливали как медиаторные факторы способность к самопониманию, самоконтролю, самосостраданию, социальную тревожность, неадаптивный перфекционизм, низкую самооценку и плохую эмоциональную саморегуляцию. Ниже мы резюмируем данные исследователей и постараемся перечислить все известные медиаторные факторы как подтвержденные в мета-анализе, так и выявленные отдельными исследователями.

Результаты. Можно с достаточным основанием считать, что связь нарушенного типа привязанности и депрессии причинная. В последние десятилетия фокус внимания исследователей обратился к медиаторным факторам, появился первый мета-анализ, в который вошло 80 исследований, что ввиду важности темы кажется нам недостаточным. Авторами тезисов предлагаются новые направления исследований, изучение которых должно пролить свет на то, как влияет небезопасный тип привязанности на развитие и функционирование личности. Для удобства мы разбили предполагаемые объекты исследования по кластерам: «Особенности ментализации», а именно толерантность к неопределенности, способность к рефлексии и коммуникативная компетентность способность к само-

принятию; «Когнитивные особенности», такие как когнитивные искажения и когнитивная гибкость; «Поведенческие особенности», проявляющиеся в коммуникативных навыках и копинг-стратегиях; «Личностные особенности», например ранние дезадаптивные схемы, клиничко-психологические типы, акцентуации характера и черты темной триады.

Заключение. Большее понимание этой темы позволит улучшить оказание психотерапевтической и психокоррекционной помощи и дополнит наши знания о путях формирования и развития патологических механизмов, приводящих к снижению психологического благополучия и развитию депрессивного расстройства. На данный момент можно резюмировать, что, несмотря на ощутимое продвижение исследований, получение и уточнение новых данных, в этой сфере все еще достаточное количество темных пятен, ждущих своих исследователей.

Библиографические ссылки

1. Небезопасная привязанность и депрессия у взрослых / Е. В. Куфряк, А. С. Слюсарев, М. Ю. Козлов и др. // Псих. журнал. 2021. Т. 42, № 5. С. 17–23. URL: <http://ras.jes.su/psy/s020595920016042-2-1> (дата обращения: 14.06.2022).

2. Belonging, Burdensomeness, and Self-Compassion as Mediators of the Association Between Attachment and Depression / C. S. Overup, E. A. McLean, J. A. Brunson et al. // Journal of Social and Clinical Psychology. 2017. Vol. 36, № 8. P. 675–703.

3. Insecure Attachment and Subclinical Depression, Anxiety, and Stress: A Three-Dimensional Model of Personality Self-Regulation As a Mediator / A. Valikhani, Z. Abbasi, E. Radman et al. // The Journal of Psychology. 2018. P. 1–25.

4. A longitudinal exploration of the impact of social anxiety and individual attachment on depression severity / G. C. Adams, A. J. Wrath, T. Le et al. // Journal of Affective Disorders. 2019. № 257. P. 250–256.

5. Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression / W. Eng, R. G. Heimberg, T. A. Hart et al. // Emotion. 2001. Vol. 1, № 4. P. 365–380.

6. *Gnilka P. B., Ashby J. S., Noble C. M.* Adaptive and Maladaptive Perfectionism as Mediators of Adult Attachment Styles and Depression, Hopelessness, and Life Satisfaction // *Journal of Counseling & Development*. 2013. Vol. 91, № 1. P. 78–86.

7. *Roberts J. E., Gotlib I. H., Kassel J. D.* Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. Vol. 70, № 2. P. 310–320.