ePublishing
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗΣ
NATIONAL DOCUMENTATION CENTRE

Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης

Τόμ. 2016, Αρ. 1

Πρακτικά 6ου Συνεδρίου

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΤΟΜΕΑΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ Π.Τ.Δ.Ε.
ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ ΨΥΧΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

6ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων

24-26 Ιουνίου 2016

ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

ISSN: 2529-1157

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Παπαδάτος Ιωάννης

Πολυχρονοπούλου Σταυρούλα

Μπαστέα Αγγελική

ΙΟΥΝΙΟΣ 2016

Η επίδραση της γονικής κατάθλιψης στην ψυχική υγεία των παιδιών

Παρασκευή Κορωναίου, Alexandros - Stamatios Antoniou

doi: 10.12681/edusc.883

Βιβλιογραφική αναφορά:

Κορωναίου Π., & Antoniou, A. .-. S. (2017). Η επίδραση της γονικής κατάθλιψης στην ψυχική υγεία των παιδιών. *Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης*, *2016*(1), 459–476. https://doi.org/10.12681/edusc.883

https://epublishing.ekt.gr | **e-Εκδότης:** EKT | **Πρόσβαση:** 26/04/2024 22:54:44

https://epublishing.ekt.gr | **e-Εκδότης:** ΕΚΤ | **Πρόσβαση:** 26/04/2024 22:54:44

Η επίδραση της γονικής κατάθλιψης στην ψυχική υγεία των παιδιών

Παρασκευή Κορωναίου, Εκπαιδευτικός, Σύμβουλος
Επαγγελματικού Προσανατολισμού, vula_kor@hotmail.com

Αλέξανδρος-Σταμάτιος Αντωνίου, Επίκ. Καθηγητής Π.Τ.Δ.Ε.- ΕΚΠΑ,

as_antoniou@primedu.uoa.gr

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση των επιπτώσεων της κατάθλιψης των γονέων στην ψυχική υγεία των παιδιών τους, όπως ο κίνδυνος να αναπτύξουν και τα ίδια κατάθλιψη στην εφηβική και ενήλικη ζωή. Παρά το γεγονός ότι οι ακριβείς μηχανισμοί σύνδεσης της γονικής κατάθλιψης με τα ψυχικά προβλήματα των παιδιών είναι άγνωστοι, γενετικοί και περιβαλλοντικοί παράγοντες φαίνεται να διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο. Σύμφωνα με έρευνες διαπιστώθηκε ότι, τα παιδιά των οποίων οι γονείς είχαν διαγνωσθεί με κατάθλιψη, ήταν δύο έως τρεις φορές πιο πιθανό να εμφανίσουν ψυχικά προβλήματα, σε σχέση με εκείνα των οποίων οι γονείς δεν είχαν κατάθλιψη. Εξαιτίας της κατάθλιψης το άτομο πλήττεται σε βασικούς κοινωνικούς και συναισθηματικούς τομείς και κατά συνέπεια, γονείς με τη διαταραχή αυτή φαίνεται να παρουσιάζουν ελλείμματα στις αλληλεπιδράσεις με τα παιδιά τους, με αρνητικές συνέπειες στην ανάπτυξη των τελευταίων. Ακόμη, η γονική κατάθλιψη ενδεχομένως επηρεάζει τη συμπεριφορά των παιδιών και με έμμεσους τρόπους, όπως με τους διαπληκτισμούς αλλά και το διαζύγιο στην οικογένεια. Αναφορικά με τη μητέρα σημαντικό ρόλο φαίνεται να έχει η επιλόχειος κατάθλιψη, η οποία πιθανώς να επιφέρει συνέπειες αργότερα στη συμπεριφορά των κοριτσιών και των αγοριών, ενώ η κατάθλιψη στον πατέρα διαπιστώνεται να επιδρά περισσότερο στα αγόρια, τα οποία διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης δυσκολιών συμπεριφοράς. Επιπλέον, η πιθανότητα συναισθηματικών δυσκολιών στα παιδιά αυξάνεται όταν στην οικογένεια

συνυπάρχουν τόσο προβλήματα ψυχικής υγείας όσο και κοινωνικο-οικονομικού χαρακτήρα, υποδεικνύοντας ότι η αντιμετώπιση των ιδιαίτερων αναγκών των οικογενειών αυτών πιθανώς να αποτρέψει τη δημιουργία ψυχικών προβλημάτων στα παιδιά.

Λέξεις-κλειδιά: γονική κατάθλιψη, γενετικοί και περιβαλλοντικοί παράγοντες, αλληλεπίδραση γονέων-παιδιών, ψυχική υγεία παιδιών

Abstract

The purpose of this review was to examine the current knowledge about the effects of parental depression on their infants' health. As a result of these parental behaviors and the negative effects in parent-child relationship, parental depression could lead to negative consequences on infants and increase the likelihood of children's depression later in life. According to research, mental problems in children whose parents have been diagnosed with depression were twice to three times more likely to occur as compared to a typical sample. Besides the fact that not a lot is known about the exact factors linking depressed parents and children's mental health problems, genetic and/or environmental mechanisms are thought to play an important role. Even though research mainly focuses on maternal depression, recently the impact of paternal depression has also been examined. In respect of post natal depression in women, the findings indicate consequences on boys and girls, while depression in men could increase behavioral problems mainly in boys. Children who grow up in families that face both parental depression and socioeconomic disadvantages seem to be more prone to emotional difficulties. Hence focusing on a family's special needs and addressing these problems could prevent the negative effects on children.

Keywords: parental depression, genetic and environmental factors, child-parent interaction, children mental health

Εισαγωγικά

Μεγάλος αριθμός ερευνών αναφέρουν ότι η κατάθλιψη των γονέων αποτελεί ψυχική διαταραχή και ταυτόχρονα παράγοντα κινδύνου για την ψυχική υγεία των παιδιών (π.χ. Beck, 2001. Lovejoy, Graczyk, O'Hare, &Neuman, 2000. Olson, Marcus, Druss, Pincus, &Weissman, 2003). Η γονική κατάθλιψη συνδέεται με ελλείμματα στις αλληλεπιδράσεις με τα παιδιά, οι οποίες επηρεάζουν δυσμενώς την ομαλή κοινωνικο-συναισθηματική τους ανάπτυξη (Hanington, Ramchandani, &Stein, 2010). Πιο συγκεκριμένα, φαίνεται ότι τα παιδιά καταθλιπτικών γονέων είναι περίπου τρεις φορές πιο πιθανό να εμφανίσουν κατάθλιψη κάποια στιγμή στη ζωή τους συγκριτικά με τα παιδιά μη καταθλιπτικών γονέων (Wilson&Durbin, 2010).

Αν και οι περισσότερες έρευνες εστιάζουν στο ρόλο της μητέρας, εντούτοις τα τελευταία χρόνια διερευνάται έντονα και η επίδραση της κατάθλιψης του πατέρα στην ψυχική υγεία των παιδιών (π.χ. Goodman, 2004. Wilson&Durbin, 2010). Επιπλέον, παρά το γεγονός ότι η έρευνα για τη σχέση μεταξύ της ιδιοσυγκρασίας του παιδιού και της γονικής κατάθλιψης χρονολογείται πάνω από 20 χρόνια, λίγες μελέτες έχουν προσπαθήσει να προσδιορίσουν αν η γονική κατάθλιψη οδηγεί σε δυσκολίες ιδιοσυγκρασίας του παιδιού ή αν ισχύει το αντίστροφο, αν δηλαδή η ιδιοσυγκρασία του παιδιού συμβάλλει στην κατάθλιψη του γονέα (Haningtonetal., 2010).

Από έρευνα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας υπολογίσθηκε ότι, ως προς τη συχνότητα εμφάνισης της ψυχικής αυτής διαταραχής, σε παγκόσμια κλίμακα παρουσιάζουν κατάθλιψη 350 εκατομμύρια άνθρωποι όλων των ηλικιών, ενώ 1 στους 20 ανθρώπους ανέφερε ένα επεισόδιο κατάθλιψης εντός του προηγούμενου έτους (WHO, 2015). Αντίστοιχα, οι Hasin, Goodwin, Stinson και Grant (2005) σε δείγμα 43.093 ενηλίκων στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής, ηλικίας 18-45 ετών -διάστημα κατά το οποίο είναι οι περισσότεροι άνθρωποι είναι συνήθως γονείς- βρέθηκε ότι σε ποσοστό της τάξης του 5,3% ανέφεραν παρουσία κατάθλιψης τον τελευταίο χρόνο, ενώ το 13,2% ανέφερε κατάθλιψη κάποια στιγμή στη ζωή του. Αξίζει να σημειωθεί ότι όπως προέκυψε από την παραπάνω έρευνα, η καταθλιπτική διαταραχή είναι εξίσου πιθανό να εμφανισθεί και στα δύο φύλα, κατά το χρονικό διάστημα ανατροφής των παιδιών.

Μηχανισμοί σύνδεσης γονικής κατάθλιψης και ψυχικών προβλημάτων των παιδιών

Η κατανόηση των μηχανισμών, μέσω των οποίων η γονική κατάθλιψη μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την τρέχουσα και μελλοντική ψυχική υγεία των παιδιών αποτελεί ερευνητικό πεδίο κομβικής σημασίας. Η βιβλιογραφική ανασκόπηση εστιάζεται τόσο στο ρόλο των γονιδίων όσο όμως και στον παράγοντα του οικογενειακού περιβάλλοντος, ως προς την επίδρασή τους στην ψυχική υγεία των παιδιών. Παρά το γεγονός ότι γενετικές και περιβαλλοντικές μεταβλητές διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ψυχική υγεία των τελευταίων, εντούτοις δεν είναι γνωστοί οι ακριβείς τρόποι με τους οποίους αυτές επενεργούν (Eysenck, 2013. Hanington etal., 2010. Lovejoy etal., 2000).

Ειδικότερα, πιθανοί βιολογικοί μηχανισμοί σύνδεσης της γονικής κατάθλιψης με την παιδική ψυχική υγεία, μπορούν να περιλαμβάνουν τη γενετική μετάδοση της ευαλωτότητας στο στρες (Lau&Eley, 2010) ή ακόμα να είναι αποτέλεσμα της ενδομήτριας έκθεσης του εμβρύου σε υψηλά επίπεδα στρες και των αντίστοιχων ορμονών του, κατά την κύηση (Davis, Glynn,Waffarn, & Sandman, 2011). Εντούτοις, η κατάθλιψη δεν μεταβιβάζεται πάντα στους απογόνους, ενώ μπορεί να εμφανισθεί σε αυτούς χωρίς απαραίτητα να υπάρχει ένα γονικό ιστορικό κατάθλιψης (Puig-Antich et al., 1989, ό.α. στο Wilson & Durbin, 2010).

Ένας άλλος πιθανός μηχανισμός μεταβίβασης της γονικής κατάθλιψης είναι μέσω των αρνητικών επιπτώσεων της ανατροφής των παιδιών και της σχέσης γονέα-παιδιού. Ανάμεσα στους περιβαλλοντικούς συνεπώς μηχανισμούς, περιλαμβάνονται η ελλιπής προσοχή της μητέρας, καθώς και οι αρνητικές στάσεις απέναντι στο παιδί, οι οποίες αποτελούν εμπόδια ασφαλούς προσκόλλησης. Η κατάθλιψη συνδέεται γενικά με λιγότερο προσαρμοστικές συμπεριφορές στην ανατροφή των παιδιών από τις μητέρες, συμπεριλαμβανομένης της αυξημένης εχθρότητας, περισσότερες

αρνητικές αλληλεπιδράσεις και μειωμένη ανταπόκριση προς τα παιδιά, οι οποίες μπορούν να οδηγήσουν σε δυσμενή αποτελέσματα ως προς την ψυχική τους υγεία (Wilson & Durbin, 2010).

Υποστηρίζεται ακόμη ότι, οι περιβαλλοντικοί παράγοντες εξηγούν το μεγαλύτερο μερίδιο της διαγενεακής μετάδοσης των προβλημάτων ψυχικής υγείας σε σχέση με βιολογικούς μηχανισμούς, ενώ διαπιστώνεται ότι η αντιμετώπιση της μητρικής κατάθλιψης μπορεί να οδηγήσει στη βελτίωση της ψυχικής υγείας του παιδιού (Melchior, Chastang, Lauzon, Galéra, Saurel-Cubizolles, Larroque, &TheEDENMother-ChildCohortStudyGroup, 2012). Ωστόσο, μπορούν ταυτόχρονα να αλληλεπιδρούν τόσο γονιδιακοί όσο και περιβαλλοντικοί παράγοντες, επιφέροντας δυσμενείς επιπτώσεις στην ψυχική υγεία και ομαλή κοινωνικο-συναισθηματική προσαρμογή του παιδιού (Wilson & Durbin, 2010).

Τα παιδιά πιθανώς επηρεάζονται από τους γονείς τους και μέσω διαδικασιών μίμησης και μάθησης (Bandura, 1977, ό. α. στο McAdams, Rijsdijk, Neiderhiser, Narusyte, Shaw, Natsuaki, Spotts, Ganiban, Reiss, Leve, Lichtenstein, & Eley,2015), ενώ δεν αποκλείονται και οι περισσότερο έμμεσες επιδράσεις, μέσω των οικογενειακών διαπληκτισμών ή του διαζυγίου εντός του καταθλιπτικού ζεύγους (Hanington etal., 2010). Είναι επίσης πιθανό να παρεισφρέουν και άλλες μεταβλητές όπως η χρήση ουσιών ή διαταραχές προσωπικότητας, οι οποίες να σχετίζονται με την γονική κατάθλιψη και τα προβλήματα προσαρμογής των παιδιών (Lovejoy etal., 2000).

Από την άλλη, η έκθεση στην ψυχοπαθολογία των παιδιών ενδεχομένως να αυξάνει τα καταθλιπτικά συμπτώματα των γονέων, ενώ δεν αποκλείεται τα αναπτυξιακά προβλήματα των παιδιών να οδηγούν στην εμφάνιση κατάθλιψης στους γονείς τους (Lovejoyetal., 2000. McAdamsetal.,2015). Κατά τους McAdamsetal. (2015), διαχρονικές έρευνες δείχνουν ότι οι σχέσεις αυτές μπορεί να είναι αμφίδρομες, με την μητρική κατάθλιψη να προβλέπει αναπτυξιακά προβλήματα στο παιδί, αλλά και το αντίστροφο.

Συμπεριφορά γονέων με κατάθλιψη

Συχνά οι γονείς με κατάθλιψη παρουσιάζουν θυμό και ευέξαπτη συμπεριφορά ενώ η αρνητικότητα αυτή δεν στρέφεται μόνο προς τα παιδιά αλλά και προς τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας (Sarigiani, Heath, &Camarena, 2003). Η γονική κατάθλιψη οδηγεί σε αύξηση του στρες στην οικογένεια και προκαλεί αρνητικές αλληλεπιδράσεις παιδιών-γονέων, χαρακτηριστικά τα οποία συνδέονται με την αποστασιοποίηση, την αποφυγή, την εχθρότητα και την ευερεθιστότητα των δεύτερων (Lovejoy etal., 2000).

Ειδικότερα, ως προς τις μητέρες, οι Lovejoy etal. (2000) πραγματοποίησαν έρευνα με στόχο την αξιολόγηση της σχέσης ανάμεσα στην κατάθλιψη των μητέρων και τις γονικές πρακτικές, τις οποίες εκείνες χρησιμοποιούσαν. Από τα ευρήματα μετα-ανάλυσης 46 μελετών των Ηνωμένων Πολιτειών, οι παραπάνω ερευνητές εντόπισαν ότι η κατάθλιψη σχετιζόταν σε σημαντικό βαθμό με αρνητικά χαρακτηριστικά όπως ευερεθιστότητα, καταναγκαστικές συμπεριφορές και εχθρότητα απέναντι στα παιδιά, αλλά και με απειλητικές χειρονομίες, μικρότερη έκφραση συναισθήματος και ζεστασιάς καθώς και λιγότερη ώρα κοινών δραστηριοτήτων και παιχνιδιού με αυτά.

Αξίζει να αναφερθεί ότι παρά το γεγονός ότι, βρέθηκαν υψηλά επίπεδα εχθρικών συμπεριφορών απέναντι στα παιδιά όλων των ηλικιών, η κατάθλιψη στις μητέρες φάνηκε να σχετίζεται σε μεγαλύτερο βαθμό με ελαττωμένη ικανότητα ή κινητοποίηση προκειμένου να συγχρονιστούν συναισθηματικά με τα μικρότερα παιδιά. Δηλαδή, από τα παιδιά όλων των ηλικιών, τα μικρότερα του ενός έτους βρέφη, τα νήπια και όσα βρίσκονταν στην προσχολική ηλικία, βίωναν την περισσότερο ελλειμματική ανατροφή, τη μικρότερη έκφραση συναισθήματος και ζεστασιάς, όπως και τη λιγότερη ώρα συμμετοχής σε κοινές δραστηριότητες και παιχνίδι με τη μητέρα τους. Οι Lovejoyetal. (2000) απέδωσαν τη διαφοροποίηση αυτή με τα μεγαλύτερα παιδιά (έξι ετών και άνω) στο ότι τα τελευταία έχουν αναπτύξει μεγαλύτερη κοινωνική αμοιβαιότητα με τη μητέρα τους και στο ότι αλληλεπιδράσεις μεταξύ τους μπορεί να εξαρτώνται λιγότερο από τη δική της πρωτοβουλία, συμπεριλαμβάνοντας παιχνίδια και άλλες ευχάριστες δραστηριότητες τις οποίες κάνει πλέον το παιδί από μόνο του.

Παρά το γεγονός ότι τα ευρήματα των παραπάνω ερευνητών δεν επιλύουν ζητήματα αιτιότητας στη σχέση μεταξύ της κατάθλιψης και της ανατροφής των παιδιών, εντούτοις δεν έδειξαν ότι η πλειονότητα των δυσκολιών ανατροφής των

παιδιών των καταθλιπτικών μητέρων προέρχονται από τις ατομικές διαφορές της συμπεριφοράς του παιδιού (Lovejoy etal., 2000). Αν και πολλές έρευνες επικεντρώνονται στις επιδράσεις της κατάθλιψης της μητέρας, διαπιστώνεται ότι και ο ρόλος του πατέρα στην ψυχική υγεία του παιδιού είναι ιδιαίτερα σημαντικός έχοντας αρχίσει να διερευνάται ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια. Υποστηρίζεται ότι ο παράγοντας της ηλικίας του παιδιού θα μπορούσε να μετριάσει τη σχέση μεταξύ πατρικής κατάθλιψης και ανατροφής των παιδιών, ως αποτέλεσμα των αλλαγών των αναγκών του παιδιού στα διάφορα στάδια της ανάπτυξής του (Wilson & Durbin, 2010). Παραδείγματος χάριν, οι υψηλές απαιτήσεις των βρεφών, των νηπίων και των παιδιών προσχολικής ηλικίας θα μπορούσαν να είναι ιδιαίτερα επιβαρυντικές στην κατάθλιψη των πατέρων, με αποτέλεσμα αυτές να επιδρούν σε μεγαλύτερο βαθμό στην υπάρχουσα διαταραχή.

Οι Wilson και Durbin (2010) διεξήγαγαν μετα-αναλυτική έρευνα, βασιζόμενοι στα ευρήματα 28 ερευνών στις Ηνωμένες Πολιτείες, με στόχο να εξετάσουν τα αποτελέσματα της πατρικής κατάθλιψης ως προς τις θετικές και αρνητικές συμπεριφορές τους στην ανατροφή των παιδιών τους. Οι ηλικίες των πατέρων του δείγματος κυμαίνονταν από 25 έως 41 ετών και αντίστοιχα των παιδιών από δύο μηνών έως περίπου 14 ετών. Γονικές συμπεριφορές οι οποίες χαρακτηρίζονταν ως «θετικές», περιελάμβαναν στοιχεία όπως θαλπωρή, στοργικότητα, ευαισθησία, αποδοχή και υποστηρικτικότητα στις αλληλεπιδράσεις με τα παιδιά. Αντίθετα, γονικές συμπεριφορές οι οποίες χαρακτηρίζονταν ως «αρνητικές», περιελάμβαναν εχθρικότητα, καταναγκασμό, περιορισμό, έλεγχο, αλλά και αρνητικές, επικριτικές και δυσλειτουργικές αλληλεπιδράσεις.

Από τα αποτελέσματα της έρευνας αυτής βρέθηκε ότι η πατρική κατάθλιψη συσχετιζόταν σε στατιστικά σημαντικό βαθμό με χαμηλότερα επίπεδα θετικών και υψηλότερα επίπεδα αρνητικών συμπεριφορών ως προς την ανατροφή των παιδιών. Οι συγκεκριμένες συμπεριφορές ανατροφής των παιδιών συμπεριελάμβαναν αφενός μειωμένα θετικά συναισθήματα, θαλπωρή, ευαισθησία και ανταπόκριση, και αφετέρου αυξημένα αρνητικά συναισθήματα, εχθρότητα, παρεμβατικότητα και συναισθηματική αποδέσμευση. Αξίζει να αναφερθεί ότι τα καταθλιπτικά συμπτώματα στους πατέρες σχετίζονταν σε μεγαλύτερο βαθμό με αρνητικές συμπεριφορές ως προς την ανατροφή των παιδιών μικρότερων ηλικιών, ενώ αντίστοιχα οι νεότεροι ηλικιακά πατέρες σημείωναν αυξημένα ποσοστά αρνητικών συμπεριφορών. Τα ευρήματα αυτά

πιθανώς να αντανακλούν τις δυσκολίες στην αντιμετώπιση των υψηλών απαιτήσεων παιδιών βρεφικής, νηπιακής και προσχολικής ηλικίας, την απειρία των νεότερων πατέρων στο ρόλο του νέου γονέα, αλλά και την αλληλεπίδραση ανάμεσα στα χαρακτηριστικά αυτά και την ηλικία του πατέρα (Wilson & Durbin, 2010).

Κίνδυνοι και επιπτώσεις γονικής κατάθλιψης στα παιδιά

Όπως προαναφέρθηκε, τα παιδιά καταθλιπτικών γονέων κινδυνεύουν δύο έως τρεις φορές περισσότερο να εμφανίσουν ψυχικές διαταραχές ενώ είναι περίπου 2,8 φορές πιο πιθανό να χρησιμοποιήσουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας (Olson etal., 2003). Τα συμπτώματα κατάθλιψης μπορούν να προκαλέσουν προβλήματα στην ανάπτυξη και τη συμπεριφορά (Hanington etal., 2010. McAdams et al., 2015), ιδιαίτερα όταν αυτή βιώνεται από τους γονείς κατά τα πρώτα χρόνια της ζωής του παιδιού (Wilson & Durbin, 2010). Σύμφωνα με τη Goodman (2007), τα ποσοστά των παιδιών με κατάθλιψη προσχολικής και εφηβικής ηλικίας, των οποίων οι μητέρες πάσχουν από την ψυχική αυτή διαταραχή, κυμαίνονται στο 20%-41%, ενώ συγχρόνως η κατάθλιψη στα παιδιά αυτά έχει μεγαλύτερη διάρκεια, συνδέεται με περισσότερες λειτουργικές δυσκολίες και αυξημένη πιθανότητα για επανεμφάνιση. Ακόμη, τα παιδιά αυτά φαίνεται να έχουν στο μέλλον μικρότερη πιθανότητα να αναζητήσουν επαγγελματική βοήθεια (Weissman, Warner, Wickramaratne, Moreau, &Olfson, 1997) σε σχέση με παιδιά γονέων χωρίς κατάθλιψη.

Εξαιτίας της έκθεσής τους σε απορριπτικές και επικριτικές συμπεριφορές, αλλά και σε καταστάσεις ελλιπούς θαλπωρής και τρυφερότητας, τα παιδιά καταθλιπτικών γονέων είναι επιρρεπή στο να αναπτύξουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και να αποδώσουν αυτο-μομφή, χαρακτηριστικά τα οποία ενισχύουν την ευαλωτότητά τους στην εμφάνιση κατάθλιψης (Garber & Martin, 2002). Ομοίως, σύμφωνα με τους Weissmanetal., (1997), τα παιδιά αυτά αποτελούν ομάδα υψηλού κινδύνου εμφάνισης μείζονος καταθλιπτικής διαταραχής ιδιαίτερα πριν την εφηβεία, εμφάνισης αγχωδών διαταραχών, χρήσης αλκοόλ και κοινωνικών δυσλειτουργιών στην εφηβεία και στην

ενηλικίωσή τους. Όπως οι ίδιοι επισημαίνουν, τα ευρήματα αυτά ενισχύουν την αξία της έγκαιρης διάγνωσης της κατάθλιψης στους γονείς.

Οι αλληλεπιδράσεις και οι συμπεριφορές γονέων με κατάθλιψη απέναντι στα παιδιά συχνά είναι αρνητικές και παρουσιάζουν ελλείμματα. Πιο συγκεκριμένα, τα βρέφη μητέρων με συμπτώματα κατάθλιψης εμφανίζουν βασικές διαφορές σε σχέση με τα υπόλοιπα, όπως περισσότερους αρνητικούς παρά θετικούς μορφασμούς, πιο συχνές αντιδράσεις και λιγότερο παιχνίδι, μειωμένη βλεμματική επαφή, μειωμένη ομιλία και αυξημένα σημάδια στρες (Kaplan, Bachorowski, & Zarlengo-Strouse, 1999). Αντίθετα, όπως η Field (2010) αναφέρει, οι γονείς χωρίς κατάθλιψη αλληλεπιδρούν περισσότερο με τα μωρά τους, μιλούν, χαμογελούν και παίζουν μαζί τους, οδηγώντας με τον τρόπο αυτό τα παιδιά στην εκμάθηση κοινωνικών δεξιοτήτων, όπως το να αναμένουν την σειρά τους σε μια συνομιλία (“turntaking”). Τέτοιες συμπεριφορές απαντώνται σε μικρότερο βαθμό στις μητέρες με κατάθλιψη, γεγονός το οποίο μπορεί μακροπρόθεσμα να οδηγήσει σε δυσκολίες στη συναισθηματική ανάπτυξη αλλά και στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις (π.χ. Meiser, Zietlow, Reck, &Träuble, 2015).

Μια βασική ικανότητα η οποία ενισχύει τις θετικές κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, είναι η ορθή ερμηνεία των συναισθηματικών εκφράσεων του προσώπου, αφού με τον τρόπο αυτό επιτρέπεται στα άτομα να παρακολουθούν συναισθηματικές αντιδράσεις, να αντιλαμβάνονται τις απόψεις των άλλων και να προσαρμόζουν κατάλληλα τη συμπεριφορά τους έτσι ώστε να αποφεύγονται οι συγκρούσεις (Hessetal. 1988, ό. α. στο Meiser etal., 2015). Αντίθετα, η μη ορθή ερμηνεία συναισθηματικών εκφράσεων του προσώπου έχει συνδεθεί με ελλείμματα στην κοινωνική αλληλεπίδραση. Σε μελέτη η οποία διεξήχθη το διάστημα 2004 και 2011 στη Γερμανία, από τον Meiser και τους συνεργάτες του (2015), σε μητέρες, βρέφη και παιδιά προσχολικής ηλικίας, βρέθηκε ότι τα βρέφη των οποίων οι μητέρες έπασχαν αρχικά από επιλόχειο κατάθλιψη ή από αγχώδεις διαταραχές, αντιμετώπιζαν στην προσχολική ηλικία συγκεκριμένα προβλήματα στην ελεύθερη γλωσσική έκφραση των συναισθημάτων. Δηλαδή, παρ’ ότι μπορούσαν να αναγνωρίσουν τα βασικά συναισθήματα, εντούτοις δυσκολεύονταν να τα κατονομάσουν, πιθανώς εξαιτίας των λιγότερων ευκαιριών των παιδιών να παρατηρήσουν και να συμμετάσχουν σε συζητήσεις σχετικές με τα συναισθήματα.

Σε μελέτη τους στο Ηνωμένο Βασίλειο, ο Haningtonκαι οι συνεργάτες του (2010) διερεύνησαν τη σχέση ανάμεσα στην ιδιοσυγκρασία του παιδιού και την κατάθλιψη στους γονείς, συλλέγοντας δεδομένα για τις μεταβλητές αυτές σε δύο χρονικές περιόδους· αρχικά 6-8 μήνες μετά τη γέννηση του βρέφους και στη συνέχεια 21-24 μήνες μετά τη γέννησή του. Τα αποτελέσματα της έρευνάς τους έδειξαν ότι η επιλόχειος κατάθλιψη της μητέρας οδηγούσε σε περισσότερο αρνητικά συναισθήματα και μεγαλύτερη ένταση αργότερα, τόσο στα κορίτσια όσο και στα αγόρια.

Από την άλλη πλευρά, αξίζει να σημειωθεί ότι σύμφωνα με τα ευρήματα, η δύσκολη ιδιοσυγκρασία των κοριτσιών κατά την πρώτη χρονική περίοδο της έρευνας προέβλεπε -αν και σε μικρό βαθμό- την κατάθλιψη στις μητέρες αργότερα. Αντίστοιχα, προέκυψε ότι οι γιοι των πατέρων με κατάθλιψη διέτρεχαν μεγαλύτερο κίνδυνο συμπεριφορικών και συναισθηματικών δυσκολιών συγκριτικά με τις κόρες των πατέρων αυτών. Σύμφωνα με τους ερευνητές, ο μηχανισμός στον οποίο βασίζεται η διαφορά μεταξύ των δύο φύλων δεν είναι σαφής. Πιθανώς, το εύρημα αυτό να αποδίδεται σε μια ενδεχόμενη διαφορετική αλληλεπίδραση των πατέρων προς τους γιους τους -συγκριτικά με τις κόρες τους- ή στο γεγονός ότι οι γιοι είναι περισσότερο ευαίσθητοι στις επιπτώσεις της κατάθλιψης των πατέρων. Αντίθετα με τις μητέρες, η αρχική δύσκολη ιδιοσυγκρασία των βρεφών δεν προέβλεπε στατιστικά σημαντική επίδραση στην κατάθλιψη των πατέρων αργότερα.

Ως προς το αναπτυξιακό στάδιο της εφηβείας, σύμφωνα με τον Sarigiani και τους συνεργάτες του (2003), ο κίνδυνος εμφάνισης καταθλιπτικών συμπτωμάτων φαίνεται να είναι ισχυρότερος για τα κορίτσια σε σχέση με τα αγόρια. Ειδικότερα, από έρευνά τους σε δείγμα 335 νεαρών εφήβων (11-14 ετών) στην Πενσυλβάνια των Ηνωμένων Πολιτειών διαπίστωσαν ότι τα κορίτσια καταθλιπτικών γονέων αφιερώνουν λιγότερο χρόνο στην οικογένειά τους και αναφέρουν περισσότερο αρνητικά συναισθήματα όταν βρίσκονται σε αυτή, φανερώνοντας ότι ενδεχομένως επηρεάζονται σε μεγαλύτερο βαθμό από τα αγόρια. Ωστόσο, ανεξάρτητα από το φύλο τους, οι έφηβοι με καταθλιπτικούς γονείς διαπιστώθηκε ότι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να βιώσουν καταθλιπτικά συναισθήματα, σε σχέση με τους υπόλοιπους εφήβους, ενώ είναι πιθανότερο να παρακολουθούν διαμάχες μέσα στην οικογένειά τους, αφού η γονική κατάθλιψη και οι διαπληκτισμοί φαίνεται να συνυπάρχουν.

Ενδιαφέρον αποτελεί και το ερώτημα εάν η επιλόχειος κατάθλιψη επηρεάζει μακροπρόθεσμα τα παιδιά και ιδίως στην εφηβεία, καθώς η έρευνα εστιάζεται κυρίως στον αντίκτυπο της επιλόχειου κατάθλιψης στα παιδιά μικρότερων ηλικιών. Από μετα-ανάλυσή τους στο Ηνωμένο Βασίλειο, οι Sanger, Iles, Andrew, &Ramchandani(2015) διερεύνησαν τυχόν επιπτώσεις στο αναπτυξιακό αυτό στάδιο. Σύμφωνα με τα αποτελέσματά τους, επιβεβαιώνεται η υπόθεση επίδρασης της επιλόχειου κατάθλιψης μεταγενέστερα, σε ψυχοκοινωνικούς τομείς, όπως οι μειωμένες κοινωνικές δεξιότητες και η αυξημένη συναισθηματική ευαισθησία στην εφηβεία. Ως προς το φύλο πιο συγκεκριμένα, τα αγόρια φαίνεται να είναι περισσότερο ευάλωτα σε γνωστικές και ψυχοκοινωνικές συνέπειες, όπως στον γλωσσικό και ακαδημαϊκό τομέα, ενώ παρουσιάζουν υψηλότερα ποσοστά εξωτερίκευσης προβλημάτων, όπως ο θυμός και η βία. Από την άλλη, τα κορίτσια είναι περισσότερο ευάλωτα στην εσωτερίκευση προβλημάτων, όπως δηλαδή συμπτώματα κατάθλιψης ή/και αγχώδους διαταραχής.

Γονική κατάθλιψη και κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο

Η Beck (2001) αναφέρεται στον παράγοντα του κοινωνικο-οικονομικού επιπέδου ως πιθανό προβλεπτικό παράγοντα κινδύνου εμφάνισης επιλόχειου κατάθλιψης στις μητέρες. Ομοίως, υποστηρίζεται ότι οι επιδράσεις της κατάθλιψης των γονέων επιδεινώνονται περαιτέρω από τυχόν κοινωνικο-οικονομικά ελλείμματα στην οικογένεια (π.χ. Melchioretal., 2012). Αντίθετα, οι επαρκείς οικονομικοί πόροι πιθανώς να μετριάζουν τις αρνητικές επιπτώσεις της γονικής κατάθλιψης, όπως το να φροντίσει κάποιος άλλος το παιδί κατά τη διάρκεια ενός καταθλιπτικού επεισοδίου της μητέρας (Lovejoyetal., 2000).

Αναλυτικότερα, από τα ευρήματα της μετα-ανάλυσης του Lovejoy και των συνεργατών του (2000), διαπιστώθηκε ότι τα μικρά παιδιά και εκείνα τα οποία αντιμετωπίζουν οικονομικές δυσκολίες στην οικογένεια κινδυνεύουν σε μεγαλύτερο βαθμό από τη βίωση ανεπαρκών γονικών πρακτικών των μητέρων με κατάθλιψη. Οι ίδιοι αποδίδουν το εύρημα αυτό στις οικονομικές δυσκολίες, οι οποίες ερμηνεύονται ως ένας επιπρόσθετος επιβαρυντικός παράγοντας για την ανατροφή των παιδιών των γυναικών με κατάθλιψη. Ενδεχομένως, οι γυναίκες οι οποίες ήδη αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα να επιβαρύνονται περισσότερο από τις συναισθηματικές και σωματικές επιπτώσεις της κατάθλιψης. Κατά παρόμοιο τρόπο, επειδή η οικονομική κατάσταση για τις μητέρες μονογονεϊκών οικογενειών είναι συνήθως επιβαρυμένη, όσες ήδη βρίσκονται σε οικονομική δυσχέρεια, εάν εμφανίσουν κατάθλιψη, πιθανώς να νιώσουν ότι επηρεάζονται αρνητικά και οι γονικές τους ικανότητες (Lovejoyetal., 2000). Αντίστοιχα, έρευνα στη Γαλλία έδειξε ότι τα παιδιά τα οποία εκτίθενται ταυτόχρονα σε μητρική κατάθλιψη και χαμηλό εισόδημα παρουσίαζαν περισσότερα αρνητικά συναισθήματα και εντονότερες συναισθηματικές αντιδράσεις (Melchioretal., 2012).

Ανθεκτικότητα στις συνέπειες της γονικής κατάθλιψης

Παρά τους κινδύνους και τις δυσμενείς επιπτώσεις της γονικής κατάθλιψης στα παιδιά, φαίνεται ότι ορισμένα από αυτά δεν επηρεάζονται αρνητικά, αλλά αντιθέτως ανθίστανται σε αυτές. Στη συναφή βιβλιογραφία, υπάρχει αναφορά για το γεγονός ότι παρά τις δυσμενείς επιπτώσεις της γονικής κατάθλιψης, δεν αναπτύσσουν όλα τα παιδιά ψυχικά προβλήματα (Goodman, 2007. Sarigiani etal., 2003), αλλά και για τη σημασία παραγόντων όπως η κοινωνική υποστήριξη και ο μητρικός θηλασμός σε μητέρες με επιλόχειο κατάθλιψη, ως προστατευτικούς μηχανισμούς για την μετέπειτα ψυχική υγεία των παιδιών τους (π.χ. Sangeretal., 2015).

Συγκεκριμένα, από την έρευνα του Sarigianikαι των συνεργατών του (2003) σε δείγμα εφήβων με καταθλιπτικούς γονείς στην Πενσυλβάνια, βρέθηκε ότι ορισμένοι

έφηβοι βίωναν καταθλιπτική διάθεση, ενώ άλλοι όχι. Σχεδόν όλοι οι έφηβοι οι οποίοι ήταν «ανθεκτικοί» στις συνέπειες της γονικής κατάθλιψης θεωρούσαν ότι διαθέτουν θετικά στοιχεία προσωπικότητας και κοινωνικές δεξιότητες. Παράλληλα, και οι δύο γονείς των εφήβων αυτών περιέγραφαν τα παιδιά τους ως «ώριμα και με κίνητρα».

Πιθανώς τα γνωρίσματα της προσωπικότητας των παιδιών αυτών να δρουν προστατευτικά ενάντια στις δυσμενείς επιπτώσεις των ψυχικών διαταραχών των γονέων (Sarigiani etal., 2003). Οι Goodman και Gotlib (1999) επισημαίνουν ότι η ανθεκτικότητα απέναντι στην κατάθλιψη των γονέων των νέων ενδεχομένως να οφείλεται σε μια «πιο εύκολη» ιδιοσυγκρασία και σε χαρακτηριστικά όπως η μικρότερη ευαισθησία στην αλλαγή, η αυξημένη αντοχή στα ερεθίσματα και η μεγαλύτερη ευελιξία στις αντιδράσεις. Αυτά τα στοιχεία ενδεχομένως να επιτρέπουν την ομαλότερη προσαρμογή στη συμβίωση με καταθλιπτικούς γονείς, ενώ η ικανότητα αυτή αντιμετώπισης συμβάλλει στη μείωση του στρες των γονέων, οι οποίοι είναι ήδη πιεσμένοι λόγω της ψυχικής διαταραχής που βιώνουν.

Συμπερασματικά

Από τα προαναφερθέντα, συνάγεται το συμπέρασμα ότι λόγω των δυσμενών επιπτώσεων στα παιδιά, είναι σημαντικό να πραγματοποιείται έγκαιρη διάγνωση για την ύπαρξη κατάθλιψης τόσο στις γυναίκες όσο όμως και στους άνδρες. Αξίζει να σημειωθεί ακόμη ότι, παρά το γεγονός ότι λίγα στοιχεία υπάρχουν για το αν η δύσκολη ιδιοσυγκρασία του παιδιού οδηγεί στη γονική κατάθλιψη, τα αποτελέσματα της επίδρασης του γονέα προς το παιδί φαίνεται να είναι μείζονος σημασίας συγκριτικά με την επίδραση του παιδιού προς το γονέα, κρίνοντας έτσι απολύτως αναγκαίο τον εντοπισμό κατάθλιψης στους γονείς (Hanington etal., 2010).

Επιπλέον, γίνεται αντιληπτό ότι το οικογενειακό περιβάλλον το οποίο χαρακτηρίζεται από ψυχοπαθολογικούς και ταυτόχρονα κοινωνικο-οικονομικούς παράγοντες διακινδύνευσης, αυξάνει τις πιθανότητες βίωσης συναισθηματικών δυσκολιών στη ζωή των παιδιών (Melchior etal., 2012), ενώ τα ευρήματα υποδεικνύουν ότι τα μικρότερης ηλικίας παιδιά και αυτά που βρίσκονται σε οικονομικά μειονεκτική θέση, είναι εκείνα τα οποία κινδυνεύουν περισσότερο από

ανεπαρκή γονική φροντίδα από τις καταθλιπτικές μητέρες (Lovejoy etal., 2000). Αντίθετα, φαίνεται ότι όταν ο γονέας αντιμετωπίζει με αποτελεσματικό τρόπο την καταθλιπτική διαταραχή, αυτό λειτουργεί ευεργετικά για ολόκληρη την οικογένεια (Goodman, 2004).

Ενδιαφέρον αποτελεί το γεγονός ότι οι γενετικοί παράγοντες οι οποίοι εμπλέκονται στην κατάθλιψη δεν έχουν σταθερό χαρακτήρα αλλά μεταβάλλονται με το χρόνο και συγχρόνως η γενετική επιρροή του γονέα προς το παιδί μειώνεται όσο αυξάνεται η ηλικιακή διαφορά μεταξύ τους. Ακόμη, εάν η σχέση ανάμεσα στη γονική κατάθλιψη και τα συναισθηματικά προβλήματα του παιδιού δεν είναι εξ ολοκλήρου γενετική αλλά είναι αμφίδρομη, μια παρέμβαση η οποία θα στόχευε τόσο στην αντιμετώπιση της κατάθλιψη του γονέα όσο και των συναισθηματικών και προβλημάτων συμπεριφοράς του παιδιού θα αποδεικνυόταν περισσότερο αποτελεσματική (McAdams et al., 2015).

Τέλος, ως προς τις προτάσεις για μελλοντική έρευνα, κρίνεται σημαντική η ανάγκη περαιτέρω διερεύνησης της επίδρασης της κατάθλιψης του πατέρα στο οικογενειακό περιβάλλον και των επιπτώσεών του στα παιδιά καθώς και της εξέτασης των διαδικασιών σύνδεσης γονικής κατάθλιψης και δυσλειτουργιών στο γονικό ρόλο, ως προς το εάν υπάρχουν διαφορές μεταξύ των δύο γονέων (Wilson&Durbin, 2010). Ως θέματα χρήζοντα περαιτέρω διερεύνησης θεωρούνται και οι μεταβλητές και οι συνθήκες εκείνες οι οποίες δρουν ανασχετικά και προστατευτικά έναντι των αρνητικών επιπτώσεων της γονικής κατάθλιψης στα παιδιά (Goodman, 2007), όπως τα ιδιοσυγκρασιακά χαρακτηριστικά των ίδιων των παιδιών.

Βιβλιογραφικές παραπομπές

Beck, C. T. (2001). Predictors of postpartum depression. An update. *Nursing Research,*
*50,*275-285.

Davis, E. P., Glynn, L. M., Waffarn, F., &Sandman, C. A. (2011). Prenatal maternal
stress programs infant stress regulation. *Journal of Child Psychologyand Psychiatry,52*, 119-129.

Eysenck, M.W. (2013). The impact of parental psychological difficulties on their
children. In A.-S. Antoniou & B. D. Kirckadly (Eds.), *Education, Family and Child & Adolescent Health* (pp. 21-35). Athens: Diadrassi Publications.

Field, T. (2010). Postpartum depression effects on early interactions, parenting, and safety practices: A review. *Infant Behavior & Development, 33*, 1-6.

Garber, J., &Martin, N. C. (2002). Negative cognitions in offspring of depressed parents:
Mechanisms of risk. In S. H. Goodman & I.H. Gotlib (Eds.), *Children of depressed parents: Mechanisms of risk and implications for treatment* (pp. 121-153). Washington, DC: American Psychological Association.

Goodman, J. (2004). Paternal postpartum depression, its relationship to maternal postpartum depression, and implications for family health. *Journal of Advanced Nursing, 45*, 26-35.

Goodman, S. H. (2007). Depression in mothers. *Annual Review of Clinical Psychology,*
3, 107-135.

Goodman, S. H., & Gotlib, I. H. (1999). Risk for psychopathology in children of depressed mothers: A developmental model for understanding mechanisms of transmission. *Psychological Review, 106,* 458-490.

Gunlicks, M. L., & Weissman, M. M. (2008). Change in child psychopathology with improvement in parental depression: A systematic review. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 47*, 379-389.

Hanington, L., Ramchandani, P., &Stein, A. (2010). Parental depression and child

temperament: Assessing child to parent effects in a longitudinal population study. *Infant Behavior & Development, 33,* 88-95.

Hasin, D. S., Goodwin, R. D., Stinson, F. S., & Grant, B. F. (2005). Epidemiology of major depressive disorder. *Archives of General Psychiatry, 62,* 1097-1106.

Kaplan, P. S., Bachorowski, J., & Zarlengo-Strouse, P. (1999). Child-directed speech produced by mothers with symptoms of depression fails to promote associative learning in 4-month-old infants. *Child Development, 70,* 560-570.

Lau, J., Y., Eley, T., C. (2010). The genetics of mood disorders. *Annual Review of Clinical Psychology, 6,* 313–337.

Lovejoy, C., Graczyk, P., O'Hare, E., & Neuman, G. (2000). Maternal depression and parenting behavior: a meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 20,* 561-592.

McAdams, T. A., Rijsdijk, F. V., Neiderhiser, J. M., Narusyte, J., Shaw, D. S., Natsuaki, M. N., Spotts, E. L., Ganiban, J. M., Reiss, D., Leve, L. D., Lichtenstein, P., & Eley, T. C. (2015). The relationship between parental depressive symptoms and offspring psychopathology: evidence from a children-of-twins study and an adoption study. *Psychological Medicine,* 1-12.

Meiser, S., Zietlow, A.-L., Reck, C., & Träuble, B. (2015). The impact of postpartum depression and anxiety disorders on children's processing of facial emotional expressions at pre-school age. *Archives of Women's Mental Health,18*(5), 707-16.

Melchior, M., Chastang, J.-F., Lauzon, B., Galéra, C., Saurel-Cubizolles, M.-J., Larroque, B., & The EDEN Mother–Child Cohort Study Group (2012). Maternal depression, socioeconomic position, and temperament in early childhood: The EDEN mother-child cohort. *Journal of Affective Disorders, 137,* 165-169.

Olson, M., Marcus, S., Druss, B., Pincus, H., & Weissman, M. (2003). Parental depression, child mental health problems, and health care utilization. *Medical Care, 41,* 716-721.

Sarigiani, P., Heath, P., & Camarena, P. (2003). The significance of parental depressed mood for young adolescents' emotional and family experiences. *Journal of Early Adolescence, 23,* 241-267.

Sanger, C., Iles, J., Andrew, C., & Ramchandani, P. (2015). Associations between postnatal maternal depression and psychological outcomes in adolescent offspring: a systematic review. *Archives of Women's Mental Health, 18,*147-162.

Wilson, S., & Durbin, E. (2010). Effects of paternal depression on fathers' parenting behaviors: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30,* 167-180.

Weissman, M., M., Warner, V., Wickramaratne, P., Moreau, D., & Olfson, M. (1997).

Offspring of depressed parents: 10 years later. *Archives of General Psychiatry, 54*,932-940.

World Health Organization (2015). *Depression is a common illness and people suffering from depression need support and treatment.* Available in http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2012/mental_health_day_20121009/en/.