

Dr Weronika Juroszek
Uniwersytet Śląski

**Wsparcie społeczne i relacje z partnerem romantycznym
a symptomy depresji kobiet**
– na przykładzie „Anny Kareniny” L. Tołstoja

Zaburzenia nastroju należą do jednych z najczęstszych zaburzeń psychicznych - dotyczą około 15% społeczeństwa (za: Czabała, Meder, Sawicka, 2007, s. 592). Dzieli się na zaburzenia depresyjne, manię i zaburzenia dwubiegunowe.

Dla zaburzenia depresyjnego charakterystyczne są następujące objawy: emocjonalne (smutek, płacz, utrata radości życia), motywacyjne (brak inicjatywy, problemy z podjęciem decyzji), poznawcze (pesymizm, negatywne myśli, negatywna samoocena), fizyczne (zaburzenia snu, utrata apetytu) (Seligman, Walker, Rosenhan, 2003, s. 272-276).

Kobiety, w porównaniu z mężczyznami, dwukrotnie częściej zapadają na depresję (tamże, s. 280). Za tę prawidłowość odpowiadają czynniki genetyczne i hormonalne (tamże, s. 281). Istotną rolę odgrywają też uwarunkowania kulturowe – kobietom, w porównaniu z mężczyznami, bardziej wypada prezentować postawę bierną i płacz (Nolen-Hoeksema, Girgus, 1994, za: tamże, s. 281). Coraz częściej podkreśla się też, że depresja w przypadku mężczyzn ma inny przebieg, pojawiły się nawet narzędzia do pomiaru natężenia męskich symptomów depresyjnych.

W niniejszym opracowaniu poddano analizie, jaką rolę pełni brak wsparcia społecznego w powstawaniu depresji u kobiet. Wsparcie społeczne to rodzaj życzliwej, bezinteresownej interakcji społecznej, podejmowanej w trudnych sytuacjach, mającej na celu pomoc i przezwycięzenie problemu (Sęk, 1991, s. 153). Wsparcie może mieć charakter emocjonalny, wartościujący, informacyjny, instrumentalny, duchowy (tamże, s. 19). Istnieje wiele badań potwierdzających, że wsparcie społeczne jest czynnikiem chroniącym przed depresją (Holahan, Valentiner, Moos, 1995). W niniejszym opracowaniu znaczenie braku wsparcia społecznego w pojawianiu się symptomów depresji u kobiet przedstawiono na przykładzie „Anny Kareniny” L. Tołstoja (Tołstoj, 1963, 2003).

„Anna Karenina” jest klasyczną powieścią psychologiczną. Powstawała w latach 1873-1877, została wydana w latach 1875-1877, a polskie wydanie ukazało się w latach 1898-1900.

Anna jest przedstawicielką rosyjskiej arystokracji, do czasu poznania hrabiego Aleksego Wrońskiego wiezie spokojne i dostatnie życie u boku męża – wysoko postawionego petersburskiego urzędnika, starszego od niej o 20 lat. Po nawiązaniu romansu z Wrońskim opuszcza męża i żyje z kochankiem w wolnym związku, aż do momentu popełnienia samobójstwa. Anna stopniowo czuje się coraz bardziej samotna – jej sieć wsparcia staje się uboga: petersburskie towarzystwo nie akceptuje relacji, którą

nawiązała z Wrońskim, mąż nie chce jej dać rozwodu i drastycznie ogranicza kontakty z dzieckiem (Anna praktycznie przeżywa więc utratę dziecka). W niniejszym opracowaniu poddano analizie zależności między depresją a brakiem wsparcia społecznego.

1. Kryteria diagnostyczne depresji

Opublikowane w 1994 roku czwarte wydanie „Podręcznika diagnostycznego i statystycznego zaburzeń psychicznych” (DSM-IV) wyróżnia następujące kryteria epizodu depresji tzw. dużej (jednobiegunowej). Trwa on co najmniej przez dwa tygodnie, podczas których pacjent doświadcza przynajmniej pięciu z następujących symptomów motywacyjnych, poznawczych, emocjonalnych, fizycznych (gdzie jednym z nich musi być nastrój o charakterze depresyjnym bądź utrata odczuwania przyjemności lub zainteresowań): trwający przez większość dnia nastrój depresyjny, istotna redukcja zainteresowania dotychczasowymi zajęciami (lub utrata przyjemności z ich wykonywania), znaczne, niespowodowane dietą zmiany w poziomie wagi i apetytu, zaburzenia snu (bezsenna lub nadmierna potrzeba snu), zmęczenie lub utrata energii, obserwowane przez osoby postronne zmiany w psychomotoryce (pobudzenie lub zahamowanie), poczucie bezwartościowości lub nieuzasadnione poczucie winy, problemy ze stanowczością lub koncentracją, powracające myśli samobójcze (lub próby, działania samobójcze) (za: Seligman, Walker, Rosenhan, 2003, s. 272). W przypadku, gdy czas trwania takiej depresji napadowej trwa dłużej niż dwa lata, stawiana jest diagnoza depresji chronicznej (tamże, s. 272).

DSM-IV jasno rozgranicza między samą depresją (tzw. depresja duża, jednobiegunowa) a objawami depresyjnymi będącymi skutkiem zażywania substancji psychoaktywnych. Należy zaznaczyć, że główna bohaterka, kilka miesięcy po urodzeniu Wrońskiego dziecka, zaczęła zażywać morfinę:

„Anna tymczasem, po powrocie do swojego gabinetu, wzięła kieliszek i wpuściła weń kilka kropel lekarstwa, którego przeważającą część stanowiła morfina. Wypiwszy je, posiedziała kilka chwil nieruchomo, po czym już w spokojnym i wesołym nastroju udała się do sypialni” (Tołstoj, 2003, s. 253).

Morfina, obok opium, kodeiny, heroiny, jest substancją opiatową, uzyskiwaną z maku. Ma działanie przeciwbólowe i nasenne, jednak jej zażywanie wiąże się z wysokim poziomem uzależnienia fizycznego (Seligman, Walker, Rosenhan, 2003, s. 658, 659). Warto więc podkreślić, że w przypadku Anny na początkowe symptomy depresji zaczęły nakładać się dodatkowe objawy (w tym również depresyjne), ale będące już skutkiem zażywania morfiny. Z tego względu w niniejszym opracowaniu skoncentrowano się tylko na tych symptomach depresyjnych, które miały miejsce, zanim Anna zaczęła zażywać morfinę. Od czasu rozpoczęcia przyjmowania morfiny główna bohaterka zaczyna przejawiać zaburzenia psychiczne spowodowane używaniem środków psychoaktywnych.

Jak już zostało wcześniej wspomniane, depresja jednobiegunowa charakteryzuje się czterema grupami objawów: emocjonalnych, poznawczych, motywacyjnych i fizycz-

nych. W przypadku Anny somatyczne objawy depresji dotyczyły przede wszystkim jej problemów ze snem (z tego też powodu ostatecznie zaczęła zażywać morfinę):

„I mimo przekonania, że to się już zaczęło, nie umiała nic począć, w niczym zmienić swojego stosunku do Wrońskiego, zupełnie tak samo jak dotychczas zdolna była zatrzymać go przy sobie li tylko miłością i powabem. I tak samo jak dotychczas, straszne myśli o tym – co będzie, jeśli on ją kochać przestanie, potrafiła zagłuszyć jedynie różnymi zajęciami we dnie, a morfiną w nocy” (Tołstoj, 2003, s. 284).

Objawy poznawcze przejawiają się m.in. obniżoną samooceną. Warto przytoczyć sądy Anny dotyczącej samej siebie:

„Jestem złą kobietą, jestem kobietą zgubioną” (Tołstoj, 1963, s. 267).

W innym miejscu główna bohaterka snuje następujące, obwiniające siebie myśli:

„Nigdy nie wyzwoli się ze swą miłością i do końca pozostanie wiarołomną żoną, żyjącą pod ustawiczną prozą przyłapania, zdradzającą męża w hańbiącym związku z człowiekiem obcym, niezależnym, z którym życia zjednoczyć nie może” (tamże, s. 377).

Anna miała też myśli samobójcze. Po raz pierwszy pojawiły się one krótko przed porodem. Anna opowiada o nich Wrońskiemu:

„Ja tego nie przeżyję. Nie przerywaj mi! – I poczęła śpiesznie mówić: - Wiem, to wiem na pewno. Umrę i cieszę się, że umrę i wybawię siebie i was obu” (tamże, s. 466).

Objawy emocjonalne w depresji bardzo często związane są ze smutkiem i rozpaczą. Główna bohaterka doświadczała takich emocji bardzo wiele. Przyznała się do nich w jednym z dialogów z Wrońskim:

„Naucz mnie, jak się to robi – uśmiechnęła się smutno nad swym położeniem bez wyjścia. – Czy bywa w ogóle jakieś wyjście w takich wypadkach?” (tamże, s. 242).

Częsta złość i gniew to kolejne, emocjonalne symptomy depresji.

„Kiedy myślała o Wrońskim, wyobrażała sobie, że on jej już nie kocha, że już mu się sprzykrzyła, że ona nie może mu się przeciw narzucić i czuła z tego powodu wrogość do niego” (tamże, s. 370).

Wroński również dostrzegał zmiany w nastroju Anny:

„Pobyt w Petersburgu był dla Wrońskiego tym bardziej przykry, że przez cały ten czas dostrzegał u Anny jakiś nowy, niezrozumiały dla niego nastrój. To wydawała się przy nim zakochana, to znów oziębła, podrażniona i zagadkowa. Coś ją dręczyło, coś przed nim ukrywała i zdawała się nie dostrzegać tych uchybień, które jemu zatruwały życie, a które dla niej, przy jej delikatności uczuć, musiały być jeszcze bardziej dotkliwe” (Tołstoj, 2003, s. 118).

Z kolei objawy motywacyjne przejawiają się w działaniach ambiwalentnych, gdzie podjęcie nawet rutynowych działań może się jawić jako przytłaczające:

„Anna jednak nie zaczynała się ubierać, lecz siedziała wciąż w tej samej pozycji, z opuszczoną głową i rękoma. Od czasu do czasu całym jej ciałem wstrząsało drganie, jakby chciała zrobić jakiś gest lub coś powiedzieć, i nieruchomiała na nowo” (Tołstoj, 1963, s. 371).

„Było jej nie tylko ciężko, lecz zaczynał ją ogarniać strach przed nowym, zupełnie dotąd nie znanym, stanem wewnętrznym. Czuła, że się w jej duszy wszystko poczyna dwoić,

tak jak w zmęczonych oczach nieraz dwoją się przedmioty. Chwilami nie wiedziała, czego się lęka, a czego pragnie” (tamże, s. 347).

2. Utrata wsparcia społecznego jako negatywne wydarzenie życiowe warunkujące depresję

W literaturze przedmiotu podkreśla się, że do powstawania depresji oprócz wcześniej wymienionych czynników (biologicznych, poznawczych, społecznych), mogą też przyczyniać się określone wydarzenia życiowe – m.in. te, związane z utratą wsparcia społecznego, np. małżeńska separacja, śmierć lub choroba bliskiej osoby. Pojawia się pytanie: które z wymienionych czynników odgrywają decydującą rolę w powstawaniu depresji? Okazuje się, że kluczowe znaczenie ma wzajemne oddziaływanie wspomnianych czynników. „Depresję jednobiegunową najlepiej rozważać jako zjawisko mające wiele przyczyn i sposobów leczenia. Wszystkie czynniki biologiczne, poznawcze i społeczne mogą wywoływać stan depresyjny, jak również wpływać na jego ustąpienie. Skutki ich działania wynikają z interakcji czynników” (Seligman, Walker, Rosenhan, 2003, s. 322). Z drugiej jednak strony M. Seligman, E. Walker, D. Rosenhan podkreślają ogromną rolę genów w powstawaniu depresji. Dobitnie stwierdzają, że ich znaczenie jest większe, niż wydarzeń życiowych. „Rola, jaką odgrywają nieprzyjemne sytuacje życiowe, jest zaskakująco mała, jeśli uwzględnimy inne predyspozycje” (tamże, s. 282). W innym miejscu autorzy piszą „Ponadto predyspozycje genetyczne, ujawnione podczas badań nad bliźniętami, również są o wiele ważniejsze niż wydarzenia z życia (Kendler, Kessler, Walters i in. 1995). Niemniej niektóre z wydarzeń mogą dodatkowo warunkować stany depresyjne – należą do nich: strata bliskiej osoby, choroba fizyczna lub gwałt” (tamże, s. 282). Okazuje się więc, że utrata bliskich osób - a więc kluczowych elementów sieci wsparcia społecznego - może być przyczyną depresji. W przypadku Anny jej romans z Wrońskim przyczynił się do utraty wsparcia społecznego w wymiarze towarzyskim i rodzinnym.

Należy podkreślić, że przed poznaniem Wrońskiego sytuacja małżeńska Anny była spokojna i stabilna. Wzajemne pożycie małżonków, choć pozbawione gorącej namiętności, charakteryzowało się wzajemną zażyłością. Karenin dostrzegł różnicę w zachowaniu żony jakiś czas po nawiązaniu przez nią znajomości z Wrońskim, ale jeszcze przed rozpoczęciem romansu:

„Dla Karenina wszakże, który ją znał, który pamiętał, że gdy czasami kładł się spać o pięć minut później, zaraz zwracała na to uwagę i pytała o przyczynę, który przywykł do tego, że żona dzieliła się z nim natychmiast każdą radością i każdym zmartwieniem – to, że obecnie Anna nie chciała zauważyć jego nastroju, że nie chciała mu powiedzieć ani słówka o sobie, było wielce zastanawiające. Dostrzegł, że głębia jej duszy, dotychczas zawsze dla niego dostępna, dziś była przed nim zasłonięta” (Tołstoj, 1963, s. 188).

Po nawiązaniu romansu z Anną, zmianę w jej psychicznym funkcjonowaniu dostrzegł sam Wroński:

„Tak, przedtem była może nieszczęśliwa, ale dumna i spokojna, teraz zaś utraciła spokój i godność, mimo, że tego nie okazuje” (tamże, s. 237).

Różnice w wizerunku Anny dostrzegła szwagierka jej brata, Kitty. Warto przytoczyć słowa obrazujące opinię Kitty o Annie przed rozpoczęciem jej romansu z Wrońskim:

„Kitty znała już panią Karenin, ale bardzo mało, jechała więc teraz do siostry w pewną obawą, nie wiedząc, jak ją przyjmie ta petersburska światowa dama, o której wszyscy mówili z takim uznaniem” (tamże, s. 94).

„Urok Anny na tym właśnie polegał, że zaćmiewała swą toaletę, tak że ta stawała się na niej jakby niewidoczna. Tej czarnej sukni ze wspaniałymi koronkami również nikt nie dostrzegał, tworzyła jedynie ramę: widać było tylko samą Annę, naturalną, prostą, wykwinną, a zarazem wesołą i ożywioną” (tamże, s. 104).

Z kolei ta sama Kitty po upływie jakiegoś czasu (tuż przed podjęciem przez Annę desperackiego, samobójczego kroku) widzi ogromne rozdarcie i boleść Anny:

„A jaka piękna! – Ale ma w sobie coś wzbudzającego litość. Coś niewymownie żalostnego!” (Tołstoj, 2003, s. 399).

Do momentu rozpoczęcia romansu z Wrońskim Anna cieszyła się powszechną sympatią i poważaniem. Miała ujmującą osobowość i wspaniałą aparycję. Jej romans z Wrońskim był więc takim wydarzeniem, które zmieniło diametralnie jej sytuację we wszystkich wymiarach: towarzyskim, rodzinnym, seksualnym, duchowym. W wymiarze psychicznym jej romans zaowocował symptomami depresyjnymi.

W niniejszym opracowaniu poddano analizie zależności między depresją, a następującymi elementami wsparcia społecznego: relacjami towarzyskimi (grono dalszych znajomych, klasa społeczna, do której przynależy dana jednostka), relacjami z najbliższą rodziną (np. z dzieckiem), relacjami z partnerem romantycznym.

2.1. Brak wsparcia własnej klasy społecznej a depresja

W licznych opracowaniach dotyczących „Anny Kareniny” podkreśla się, że za tragiczne losy głównej bohaterki odpowiedzialne jest społeczeństwo, a dokładnie arystokracja rosyjska:

„Młode kobiety, zazdrosne o Annę, którym od dawna sprzykrzyło się słuchać, jak ją zowią sprawiedliwą, cieszyły się z tego, czego się domyślały, i czekały tylko potwierdzenia ogólnych pogłosek, aby móc zwalić na nią cały ciężar swej pogardy. Te panie przygotowywały już grudki błota, by cisnąć nimi w Annę, gdy nadejdzie stosowna chwila” (Tołstoj, 1963, s. 224).

Postawa arystokracji rosyjskiej charakteryzowała się pruderią, jako że skutki towarzyskie nawiązania relacji pozamałżeńskiej dotyczyły przede wszystkim Anny, a nie jej kochanka. Był to typowy przejaw tzw. podwójnej moralności, polegającej na tym, że kobiety, w porównaniu z mężczyznami, musiały przestrzegać innych, bardziej restrykcyjnych norm dotyczących seksualności. Mężczyzna, który podjął pozamałżeńskie współżycie seksualne, był dalej przyjmowany w towarzystwie. Dla kobiety natomiast świat ten pozostawał zamknięty. Sam Wroński dostrzegł tę specyficzną prawidłowość:

„Chociaż w głębi duszy wiedział, że świat jest dla nich obojga zamknięty, robił próby – czy się też ten świat nie zmienił i czy ich obecnie nie przyjmie? Niezadługo wszakże przekonał się, że choć dla niego osobiście towarzystwo stało otworem, dla Anny pozostało zamknięte. Jak podczas zabawy w kotka i myszkę, ręce które się przed nim podnosiły, opadały w dół przed Anną” (Tołstoj, 2003, s. 116).

Szwagierka Wrońskiego, Waria, w swojej rozmowie z nim, tak opisała sytuację Anny:

„Ale trzeba rzeczy nazywać po imieniu. Chcesz, bym pojechała do niej, przyjmowała ją u siebie i tym samym rehabilitowała ją wobec towarzystwa. Zrozum, że nie mogę tego uczynić. Moje córki podrastają, a poza tym muszę przez wzgląd na męża obracać się w świecie. No więc, przypuśćmy, że złożę wizytę Annie Arkadiewnie...Ona przecie zrozumie, że nie mogę jej do siebie zapraszać albo muszę to tak zrobić, by u mnie nie spotkała osób, które patrzą na te rzeczy inaczej...Więc ją to tylko urazi. Podnieść jej nie mogę...” (tamże, s. 117).

Innym przykładem ukazującym położenie Anny, jest sytuacja w teatrze, do którego udała się Anna, już długi czas po nawiązaniu romansu z Wrońskim. Jedną ze starszych przedstawicielek arystokracji (z rodu Kartasowów) ostentacyjnie wyszła z teatru, gdy Anna zajęła miejsce obok niej. Wroński przez lornetkę przyglądał się tej scenie:

„Wroński nie wiedział, co mianowicie zaszło między Anną a Kartasowami, odgadł jednak, że zaszło coś upokarzającego dla Anny. Zrozumiał to z tego, co zobaczył, a przede wszystkim z twarzy Anny, która – wiedział to – resztką sił starała się odegrać do końca obraną przez siebie rolę” (tamże, s. 138).

Należy podkreślić, że odrzucenie przez grupę własną odbija się wyjątkowo mocno na samoocenie jednostki. Warto przywołać słowa Anny skierowane do Wrońskiego po sytuacji w teatrze:

„- To było okropne! Póki życia tego nie zapomnę. Powiedziała, że hańbą jest siedzieć koło mnie” (tamże, s. 141).

Przebywanie przez długi czas w nieprzychylnym otoczeniu wywołuje wyczerpanie, co ujawniła Anna zaraz w rozmowie z Wrońskim (już zaraz na początku swojego romansu):

„ -Pozostaw wszystko mnie. Wiem, jak hańbiąca jest moja sytuacja, ale nie tak to łatwo rozstrzygnąć, jak ci się zdaje. Nigdy już nie mów ze mną o tym. (...) Tak, chwilami jestem udręczona, ale to minie, jeśli ty nigdy nie będziesz mi o tym wspominał” (Tołstoj, 1963, s. 245).

Należy podkreślić, że obłuda petersburskiej arystokracji powinna zostać negatywnie oceniona. Z drugiej jednak strony, warto przywołać postawę prezentowaną przez dzisiejszych przedstawicieli kultury Zachodu, gdzie pozostawianie dotychczasowego współmałżonka często cieszy się akceptacją. Można więc powiedzieć, że czasy zmieniły się o sto osiemdziesiąt stopni – decyzja, którą Anna Karenina przypłaciła życiem, dzisiaj nie budzi prawie żadnego zgorszenia. A warto przypomnieć, że w przypadku katolików chodzi o decyzję dotrzymania przysięgi sakramentalnego małżeństwa.

2.2. Relacja z partnerem romantycznym a depresja

Seligman, Walker, Rosenhan podkreślają, że zapobieganiu depresji u kobiet sprzyjają m.in. następujące czynniki: zaangażowanie religijne, podjęcie pracy zawodowej, pozostawanie w intymnym związku z małżonkiem (za: Seligman, Walker, Rosenhan, 2003, s. 283).

W przypadku Anny jej zaangażowanie religijne nie było na tyle mocne, aby uchronić ją przed ryzykownymi decyzjami nierzadko skutkującymi depresją:

„Powtarzała bez ustanku: „Boże mój! Boże mój!” Wszakże ani „Boże”, ani „mój” nie miały dla niej żadnego znaczenia. Myśl, żeby ze swą sytuacją szukać rady w religii była dla niej – mimo, że nigdy nie miewała wątpliwości religijnych co do wiary, w której się wychowała – równie obca jak szukanie pomocy na przykład u Karenina. Wiedziała z góry, że mogła otrzymać pomoc od religii tylko pod warunkiem wyrzeczenia się tego, co stanowiło dla niej cały sens życia” (Tołstoj, 1963, s. 371).

Seligman, Walker, Rosenhan podkreślają, że taki element wsparcia społecznego, jakim jest relacja z współmałżonkiem (lub narzeczonym, sympatią), należy do ważnych buforów depresji. Niemniej jednak dzieje się tak wtedy, gdy wspomnianą relację charakteryzuje bliskość (intymność). Według R. Sternberga bliskość w relacji polega na wzajemnym szacunku, dawaniu wsparcia, rozumieniu drugiej osoby (Sternberg, 1997, s. 315).

Warto więc zastanowić się, na ile relacja między Anną i jej kochankiem charakteryzowała się bliskością. Należy dobitnie stwierdzić, że Aleksy Wroński prawdziwie zakochał się w Annie, nie był to chwilowy szal:

„Anna była uczciwą kobietą, która podarowała mu swą miłość. Kochał ją, toteż była dla niego kobietą godną takiego samego szacunku co ślubna żona, a nawet jeszcze głębszego. Prędeziej dałby sobie odrąbać rękę, niżby miał się posunąć do nieokazania jej najwyższego szacunku, na jaki kobieta liczyć może, już nie mówiąc o urażeniu jej jakimś słowem lub aluzją” (Tołstoj, 1963, s. 393).

W stosunku Wrońskiego do Anny było też dużo zachwyty dla jej urody:

„Niezwykłe piękno całej jej postaci, głowy, szyi, rąk, za każdym razem zdumiewało Wrońskiego jak niespodzianka” (tamże, s. 240).

Dla Anny Wroński porzucił też świetnie zapowiadającą się karierę wojskową. Niemniej jednak – jak się wydaje – nie do końca Annę rozumiał, poza tym jej nasilające się objawy depresji, zazdrość, studziły stopniowo jego miłość.

„Te paroksyzmy zazdrości zdarzały się u niej w ostatnich czasach coraz częściej i przerażały go. Jakkolwiek starał się to ukrywać, oziębiały one jego uczucie, chociaż wiedział, że powodem jej zazdrości była miłość do niego. Ileż to razy powtarzał sobie, że ta miłość jest jego szczęściem; i oto kochała go tak, jak może kochać kobieta, u której miłość przeważała wszystkie dobra na świecie – a przecież teraz był znacznie dalszy od szczęścia niż wówczas, kiedy jechał za nią z Moskwy do Petersburga. Wówczas uważał się za nieszczęśliwego, choć szczęście było przed nim; teraz zaś czuł, że najlepsza częśćka szczęścia leżała już poza nim” (tamże, s. 462-463).

W przypadku Anny objawy depresji uwidaczniały się w jej lęku o trwałość relacji z Wrońskim:

„We wszystkim, co mówił, co myślał i czynił, widziała coś szczególnie szlachetnego i wzniosłego. Ten zachwyty przerażał ją samą; szukała – i nic, co by nie było piękne, znaleźć w nim nie mogła. Zdawało jej się, że wiedząc o tym, gotów przestać ją kochać, a obecnie niczego się tak nie obawiała – mimo, że żadnych ku temu nie było powodów – jak utraty jego miłości” (Tołstoj, 2003, s. 38).

Wroński czuł się też przytłoczony zaborczością Anny:

„Wroński, aczkolwiek bardzo cenił sobie to jej pragnienie – jedyny cel w życiu Anny – by nie tylko mu się podobać, ale być mu użyteczną, jednocześnie odczuwał pęta miłosnej, którymi usiłowała go omotać, jako ciężar. Im więcej czasu mijało, im częściej stwierdzał, że jest oplątany tą siecią, tym goręcej pragnął – nie tyle uwolnić się z matni, ile spróbować, czy nie krępuje ona swobody jego ruchów. Gdyby nie ta ciągle wzmagająca się tęsknota za wolnością pragnienie uniknięcia scen, które powtarzały się, ile razy miał jechać do miasta na zebranie, Wroński byłby zupełnie zadowolony ze swego życia” (tamże, s. 256).

Stopniowo, na skutek zażywania morfiny, zachowanie Anny stawało się coraz bardziej gwałtowne, chimeryczne, zaborcze. Relacja z Anną była dla Wrońskiego nieraz trudna, wręcz odpychająca:

„Tu – niewinna wesołość wyborcza, tam zaś – ponura, bolesna miłość, do której był zmuszony wracać...Uderzyło to Wrońskiego przez swój kontrast” (tamże, s. 283).

3. Pozamałżeńskie współżycie seksualne jako przyczyna depresji

Do interesujących zagadnień należy to, na ile rozpoczęcie pozamałżeńskiego współżycia seksualnego może być przyczyną depresji. Małżeństwo z definicji zakłada deklarację małżonków o byciu razem do końca życia, stąd współżycie seksualne podjęte w ramach małżeństwa daje większe poczucie bezpieczeństwa, niż w innych warunkach (np. relacja o charakterze przelotnym, kohabitacja). W szczególności w przypadku tych kobiet, dla których seksualność nieodłącznie przypisana jest do małżeństwa, działania niezgodne z własnym systemem wartości mogą budzić niechęć i wstręt do siebie. Zgodnie z teorią dysonansu poznawczego L. Festingera na skutek podejmowania zachowań niezgodnych w własnymi przekonaniem jednostka doznaje wielu negatywnych emocji. Warto przywołać opis zachowania Anny po nawiązaniu relacji seksualnej z Wrońskim:

„Stał nad nią blady, z drgającą dolną szczęką i błagał, by się uspokoiła. Nie wiedział, ani dlaczego rozpacza, ani jak ją ukoić.

- Anno! Anno! – prosił drżącym głosem. – Anno, na miłość boską!

Ale im głośniejsze przemawiał, tym niżej opuszczała swą niegdyś dumną, radosną, teraz zhańbioną głowę i cała chyliła się i nieomal zsuwała z kanapy, na której siedziała, na podłogę do nóg Wrońskiemu. Byłaby upadła na dywan, gdyby nie to, że ją trzymał.

- Boże mój, przebac mi! – szlochała przyciskając jego ręce do piersi.

Czuła się tak bardzo występna i winna, że nie pozostawało jej nic innego, jak korzyć się i prosić i przebaczenie, a że nie miała odtąd w życiu nikogo poza nim, do niego zwracała swe błaganie.

(...) – Wszystko skończone – wyrzekła. – Nie mam już nic prócz ciebie... Pamiętaj o tym.

- Jakżeby mógł zapomnieć o czymś, co jest moim życiem. Za jedną chwilę takiego szczęścia...

- To ma być szczęście! – powiedziała z taką odrazą i przerażeniem, że przerażenie to mimo woli udzieliło się i jemu. – Na miłość boską, ani słowa, ani słowa więcej.

Szybko wstała i odsunęła się od niego” (Tołstoj, 1963, s. 192-193).

4. Utrata kontaktu z dzieckiem jako przyczyna depresji

Relacja matka-dziecko jest relacją o ogromnym ładunku emocjonalnym, zarówno dla matki, jak i dla jej dziecka. Romans z Wrońskim uniemożliwił Annie utrzymywanie kontaktów z synem. Odejście od męża było jednoznaczne z zerwaniem kontaktów z dzieckiem. Wywoływało to w Annie rozpacz i poczucie winy. Podczas ukradkowego spotkania tłumaczyła 8-letniemu synowi swoje odejście od jego ojca:

„Sierioża, drogi mój – powiedziała – kochaj go: on jest lepszy ode mnie, poczciwszy. Zawiniłam wobec niego; gdy będziesz duży, sam to osądzisz” (Tołstoj, 2003, s. 126).

Anna odczuwała ogromny strach, na myśl o swojej przyszłości bez syna:

„Gdy Anna myślała o synku i o jego uczuciach w przyszłości dla matki, która by porzuciła jego ojca, przejmował ją taki strach przed tym, co uczyniła, że przestawała rozumować. Była już tylko w stanie uspokajać się po kobiecemu złudnymi argumentami, grą słów, pragnąc, aby wszystko zostało po dawnemu, tak by można było zapomnieć o owym strasznym pytaniu: co się stanie z synem?” (Tołstoj, 1963, s. 245).

Dla matki kontakty z dzieckiem stanowią oś jej psychospołecznego funkcjonowania. W literaturze przedmiotu podkreśla się, że utrata kontaktów z dzieckiem – jako wydarzenie traumatyczne – może być przyczyną depresji (Seligman, Walker, Rosenhan, s. 282).

W przypadku Anny Kareniny wydarzenie życiowe, jakim było nawiązanie nieszczęśliwego romansu z Wrońskim, przyczyniło się do utraty wsparcia społecznego w wymiarze towarzyskim i społecznym. Brak wsparcia ze strony bliskich przyczynił się do jej ogromnej samotności i poczucia wykluczenia, co z kolei skłoniło ją do sięgnięcia po środek psychoaktywny. Na zakończenie warto przywołać słowa Seligmana, Walker i Rosenhana „Substancja może złagodzić ból samotności. Zapotrzebowanie na daną substancję postrzegane jest również jako wyraz „deficytu obiektu”, inaczej mówiąc, braku zadowalających relacji z innymi osobami” (Seligman, Walker, Rosenhan, 2003, s. 627). Niestety, niektóre ze środków psychoaktywnych są czynnikiem ryzyka popełnienia samobójstwa. Taki też los spotkał Annę Kareninę.

W niniejszym opracowaniu poddano analizie zależności między depresją kobiet a następującymi elementami wsparcia społecznego: relacjami towarzyskimi (grono dalszych znajomych, klasa społeczna, do której przynależy dana jednostka), relacjami z najbliższą rodziną (np. z dziećmi), relacjami z partnerem romantycznym. Przyjęto założenie, że brak wsparcia w przytoczonych relacjach może być przyczyną depresji u kobiet.

Zależności między brakiem wsparcia społecznego a depresją u kobiet przedstawiono na przykładzie klasycznej powieści psychologicznej L. Tołstoja „Anna Karenina”.

Bibliografia:

- Czabała, J., Meder, J., Sawicka, M. (2007). *Podstawowe zaburzenia psychiczne*, [W:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*. Tom 3, s. (583-603). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Holahan, C., Valentiner, D., Moos, R. (1995). *Parental support, coping strategies, and psychological adjustment: An integrative model with late adolescents*. *Journal of Youths and Adolescence*, 24 (6), s. 633-648.
- Seligman, M., Walker, E., Rosenhan, D. (2003). *Psychopatologia*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Sęk, H. (1991). *Społeczna psychologia kliniczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sternberg, R. (1997). *Construct validation of a triangular love scale*. *European Journal of Social Psychology*, 27, s. 313-335.
- Tołstoj, L. (1963). *Anna Karenina*. Tom 1, Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Tołstoj, L. (2003). *Anna Karenina*. Tom 2, Warszawa: Wydawnictwo Akant.