

TEMPERAMENTALNE
PREDYKTORY STRATEGII REGULACJI
EMOCJI NEGATYWNYCH I POZYTYWNYCH
U OSÓB Z ZABURZENIAMI DEPRESYJNO-LĘKOWYMI

Anna Pastuszek-Draxler¹, Barbara Bętkowska-Korpała²
Józef Krzysztof Gierowski³

TEMPERAMENTAL PREDICTORS
FOR NEGATIVE AND POSITIVE EMOTION REGULATION STRATEGIES
IN PATIENTS WITH DEPRESSIVE-ANXIETY DISORDERS DIAGNOSIS

Summary. Temperament has an important predictive role among emotion regulation strategies in persons with diagnosed psychiatric disorders. The purpose of the present study was to investigate the predictive role of temperament for the negative and positive emotion regulation strategies in the group of patients with depressive-anxiety disorders diagnosis. Subjects were 105 patients from the German Clinic for Psychiatry and Psychotherapy Bethel in Bielefeld/ Germany. Tools used in the project were: the Short Diagnostic Interview for Psychiatric Disorders, Temperament-Character-Inventory and the Emotion Acceptance Questionnaire. Emotion acceptance and emotion suppression are related to several temperamental factors. With respect to temperamental factors, the emotion regulation of negative emotions was related to *Harm Avoidance*, the emotion regulation of positive emotions was related to *Novelty Seeking*. These findings indicate the important role of temperament as a predictor for emotion regulation strategies.

Key words: temperament, emotion regulation strategies, depression, anxiety

¹ Uniwersytet Jagielloński, Collegium Medicum w Krakowie (Jagiellonian University, Medical College in Krakow), ORCID: 0000-0001-9960-9665.

² Uniwersytet Jagielloński, Collegium Medicum w Krakowie (Jagiellonian University, Medical College in Krakow), ORCID: 0000-0001-7893-8726.

³ SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny, Wydział Zamiejscowy w Katowicach (SWPS University of Social Sciences and Humanities, Faculty in Katowice), ORCID: 0000-0002-7497-1876.

Adres do korespondencji: Anna Pastuszek-Draxler,
e-mail: anna.pastuszek@cm-uj.krakow.pl

Wprowadzenie

Regulacja emocji jest od kilkunastu lat intensywnie rozwijającym się obszarem badawczym, klinicznym i terapeutycznym. Jednak ze względu na zakres tego zagadnienia kolejne doniesienia zwykle nie wyjaśniają całkowicie wątpliwości, lecz raczej prowokują do stawiania kolejnych pytań. W prezentowanej pracy podjęto próbę dyskusji nad zależnościami pomiędzy temperamentem a strategiami regulacji emocji.

Regulacja emocji stanowi złożony konstrukt, tudny do jednoznacznego zdefiniowania. Gross (1998, 2002) definiuje regulację emocji jako proces, poprzez który wpływamy na to, jakich emocji doświadczamy, kiedy ich doświadczamy, w jaki sposób oraz jak je wyrażamy. Gross wyróżnia dwie strategie (pozytywne przewartościowanie *reappraisal* i tłumienie *suppression*), które determinują proces regulacji emocji. W prezentowanym badaniu regulacja emocji jest rozumiana jako pewne określone strategie dotyczące emocji zarówno pozytywnych, jak i negatywnych, mające na celu modyfikację reakcji emocjonalnych, zmiany o charakterze procesualnym, które działają hamująco lub aktywizująco na emocjonalne doznania: zwiększają, utrzymują i zmniejszają zarówno negatywne, jak i pozytywne emocje (Gross, 2002).

Powszechnie wśród badaczy panuje zgoda co do związku między regulacją emocji a występowaniem czy nasileniem objawów psychopatologicznych. Problem nieadaptacyjnej i niefunkcjonalnej regulacji emocji dotyczy znakomitej części osób cierpiących na zaburzenia psychiczne. Empirycznie ustalono negatywny wpływ tłumienia emocji (*emotion suppression*) na stan zdrowia, wyrażający się wzrostem poziomu objawów psychopatologicznych. Jednocześnie dowiedziono, że akceptacja emocji (*emotion acceptance*) redukuje nasilenie symptomów. Wyniki wielu przeprowadzonych badań potwierdzają, że tłumienie emocji, niezależnie od ich znaku, jest związane z poziomem symptomów depresji i prowadzi do wzrostu negatywnych emocji (Gross, Levenson, 1997; Nezlek, Kuppens, 2008; Pastuszak, 2014). Nieefektywna regulacja emocji może być również pośrednią lub bezpośrednią przyczyną pogorszenia ogólnego stanu zdrowia i dolegliwości somatycznych (Leventhal, Patrick-Miller, 2005).

W dotychczas przeprowadzonych badaniach zaobserwowano znaczące różnice w nasileniu poszczególnych mechanizmów regulacji dla emocji negatywnych i pozytywnych (Gross, John, 2003; Pastuszak, 2012). Negatywne emocje ulegały znacznie częściej tłumieniu i dewaluacji niż emocje pozytywne, w szczególności w grupie osób z zaburzeniami psychicznymi. Emocje pozytywne były natomiast częściej akceptowane i dopuszczane, jednakże tylko wśród zdrowych osób badanych (Pastuszak-Draxler, Bętkowska-Korpała, Gierowski, 2016). Analiza wyników ujawniła, że doświadczanie emocji pozytywnych może stanowić dla pacjentów trudność, a nawet wiązać się z większym niepokojem niż doświadczane emocje o znaku ujemnym.

Zdolność do regulacji emocji (ewentualnie dysfunkcje w tym obszarze – dysregulacja) jest kształtowana przez dwojakiego rodzaju czynniki: środowisko-

we i biologiczne. Temperament stanowi istotny czynnik o podłożu biologicznym kształtujący emocjonalność, co potwierdzają badania przeprowadzone z udziałem pacjentów o zróżnicowanym obrazie psychopatologicznym, uwzględniające różnorodne deficyty w zakresie regulacji emocji (Oatley, Jenkins, 2003; Lohr, Teglassi, French, 2004; Lonigan i in., 2004; Jylhä, Isometsä, 2006). W wyjaśnianiu wielu zależności między cechami biologicznymi a emocjonalnością przydatne jest psychobiologiczne ujęcie temperamentu Cloningera, zgodnie z którym na temperament składają się cztery następujące wymiary: unikanie szkody, poszukiwanie nowości, zależność od nagrody i wytrwałość. Fińskie badania poprowadzone na podstawie tego modelu w grupie osób z populacji ogólnej ($N = 347$) (Jylhä, Isometsä, 2006) wskazały na istnienie zależności między wymiarami temperamentu *Unikanie szkody* a symptomami depresji i lęku. Inne wymiary natomiast nie różnicowały między sobą badanych. Dotychczas publikowane badania koncentrują się na znaczeniu temperamentu dla regulacji emocji negatywnych u dzieci i młodzieży (Santucci i in., 2008; Tortella-Feliu i in., 2012; Tan, Armstrong, Cole, 2013). Analiza otrzymanych wyników wskazała na predykcyjną rolę temperamentu dla regulacji emocji i rozwoju zaburzeń psychopatologicznych w tej grupie wiekowej (Tamás i in., 2007; Yap, Allen, Sheeber, 2007; Horner i in., 2015).

Badania przeprowadzone z wykorzystaniem koncepcji Cloningera dowodzą związków między temperamentem a nasileniem objawów psychopatologicznych. Wielokrotnie porównano osoby zdrowe i osoby ujawniające różne zaburzenia psychiczne, m.in. pacjentów z diagnozą zaburzeń z kręgu depresyjno-lękowych pod względem nasilenia wymiarów temperamentu (Mulder, Joyce, Cloninger, 1994; Hansenne i in., 1999; Karam i in., 2010; Bajraktarov i in., 2017). Doniesienia te wskazują wprawdzie na rozbieżności w wynikach, lecz ogólna tendencja jest podobna: wyniki na skali *Unikanie szkody* są wyższe w grupie pacjentów niż wśród osób zdrowych (Hansenne i in., 1999). Ampollini (1999) wiąże również wyższe wyniki w zakresie tej skali z diagnozą zaburzenia depresyjnego lub lęku napadowego. Wyższy poziom *Unikania szkody* w grupie osób ujawniających symptomy depresji i lęku, w porównaniu z osobami zdrowymi, osiągnęli również uczestnicy w badaniu Cloningera (2012). Badania własne potwierdzają te zależności (Pastuszak, 2014).

Podsumowując, rozwój emocjonalności kształtują z jednej strony wczesno-dziecięce doświadczenia w relacjach z bliskimi osobami, z drugiej strony zaś genetycznie uwarunkowany temperament, który wpływa na zachowanie i emocje jednostki (Oatley, Jenkins, 2003). Tym samym regulacja emocji byłaby wtórna w stosunku do temperamentu, jeśli chodzi o zależności między zmiennymi. Wielu autorów dowodzi, że temperament kształtuje regulację emocji (Rothbart, Sheese, 2006; Linehan, 2007). Dostępne są również publikacje, w których temperament jest opisywany jako czynnik warunkujący rozwój psychopatologii i dysregulacji emocjonalnej (Lonigan i in., 2004). Tym samym zakładając, że temperament wyraża pewną podatność do ujawniania się indywidualnie charakterystycznych stanów

emocjonalnych, analiza znaczenia wymiarów temperamentu w psychobiologicznym ujęciu Cloningera dla emocjonalności stanowi istotny aspekt badawczy w grupie osób dorosłych z objawami psychopatologicznymi z perspektywy teoretycznej i praktycznej.

Cel pracy

Celem prezentowanych badań była analiza temperamentalnych uwarunkowań strategii regulacji emocji negatywnych i pozytywnych w grupie pacjentów z zaburzeniami depresyjnymi i/lub lękowymi.

Opis grupy badanej

Badanie przeprowadzono w populacji niemieckiej w okresie trwania projektu, tj. w latach 2011–2013. W badaniu wzięło udział 105 osób będących pacjentami z diagnozą zaburzeń depresyjnych i/lub lękowych podejmujących leczenie w Klinice Psychiatrii i Psychoterapii Bethel (Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bethel, Evangelisches Krankenhaus Bielefeld, Niemcy).

Rekrutacja pacjentów była oparta na klinicznej diagnozie lekarskiej, ustrukturuowanym wywiadzie klinicznym (Mini-DIPS) i świadomej dobrowolnej zgodzie na udział w projekcie badawczym. Wykluczono osoby ze współwystępującymi zaburzeniami: obsesyjno-kompulsyjnymi, nadużywaniem substancji psychoaktywnych, PTSD oraz epizodem psychotycznym, manii lub mieszanym obecnie lub w przeszłości, obniżonym poziomem inteligencji, upośledzeniem umysłowym i zaburzeniami koncentracji uwagi. Ostatecznie do analizy włączono wyniki 76 pacjentów. Powodem wykluczenia z badania był brak zgody na udział w badaniu lub jej wycofanie w trakcie badań. W badaniu wzięło udział 46 kobiet i 30 mężczyzn, średnia wieku wynosiła 43,10 ($SD = 10,61$).

Rekrutacja badanych trwała 15 miesięcy, w okresie od sierpnia 2011 do lutego 2012 oraz od lipca 2012 do lutego 2013. Udział w badaniu był dobrowolny i anonimowy. Uczestnicy mogli na każdym etapie badania zrezygnować z dalszego udziału w nim, bez podawania przyczyny. Wszyscy badani otrzymali pisemną informację dotyczącą projektu badawczego, w którym brali udział, oraz zostali poproszeni o pisemne udzielenie świadomej zgody na udział w badaniu. Badanie uzyskało zgodę komisji bioetycznej.

Metoda badawcza

W przeprowadzonym badaniu zastosowano narzędzia ilościowe i jakościowe:

1. Dane socjodemograficzne (wiek, płeć) oraz rozpoznanie zaburzeń o charakterze depresyjno-lękowym według ICD-10 zaczerpnięto z karty informacyjnej pacjenta.

2. Krótki Wywiad Diagnostyczny Zaburzeń Psychiczych (Mini-DIPS).

Mini-DIPS (*Diagnostisches Kurz-Interview bei psychischen Störungen*; Margraf, 1994) to ustrukturyzowany wywiad diagnostyczny zaburzeń psychicznych według kryteriów DSM-IV. Wywiad zawiera wskazówki diagnostyczne i kryteria pozwalające na diagnozę różnicową.

3. Inwentarz Temperamentu i Charakteru (TCI).

TCI (*Temperament-Character-Inventory*; Cloninger, Svrakic, Przybeck, 1993). W ujęciu Cloningera temperament jest rozumiany jako biologiczny aspekt osobowości, ujawniający się w odpowiedzi na bodźce z otaczającego środowiska, uwarunkowany w dużej mierze genetycznie. W TCI zostały wyodrębnione cztery wymiary temperamentu i trzy wymiary charakteru. Wymiary te obejmują bardziej specyficzne cechy zgrupowane pod skale (Richter i in., 1999; Hornowska i in., 2003). Dla potrzeb niniejszego badania uwzględniono cztery wymiary temperamentu (unikanie szkody, poszukiwanie nowości, zależność od nagrody i wytrwałość), pomijając czynniki charakteru. Wersja kwestionariusza TCI, którą posłużono się w prezentowanym badaniu, ma dobre wartości psychometryczne: spójność wewnętrzną *alfa* Cronbacha na poziomie 0,66 dla zależności od nagrody do ,83 dla poszukiwania nowości, trafność narzędzia jest wysoka (Richter i in., 1999).

4. Kwestionariusz Akceptacji Emocji (FrAGe).

FrAGe (*Fragebogen zur Akzeptanz von Gefühlen*; Beblo i in., 2011) jest kwestionariuszem opublikowanym w Niemczech i jako jedyne narzędzie bada regulację nie tylko negatywnych, ale i pozytywnych emocji. Kwestionariusz skonstruowano na podstawie obserwacji klinicznej pacjentów z dysfunkcyjną regulacją afektów, posiada niemieckie normy dla osób zdrowych. FrAGe obejmuje szeroki wachlarz możliwych strategii obchodzenia się z własną emocjonalnością. Ponieważ dotychczas istniejące w świecie narzędzia o podobnym profilu nie obejmują wszystkich mechanizmów regulacyjnych, skale tego kwestionariusza skonstruowano tak, aby osoby badane możliwie szeroko wypowiedziały się na temat indywidualnych strategii regulacji emocji. Kwestionariusz składa się z dwóch części: regulacji negatywnych i pozytywnych emocji. Każda z tych części składa się z dwóch skal głównych: *Dopuszczanie/Akceptacja*, *Tłumienie/Dewaluacja* oraz trzeciej skali zbiorczej będącej ich sumą (*Dopuszczanie – Tłumienie*). Ponadto w kwestionariuszu wyszczególniono Ogólny wskaźnik regulacji emocji pozytywnych i negatywnych, który jest sumą dwóch skal zbiorczych. Sam konstrukt „akceptacji emocji” został w następujący sposób zoperacjonalizowany: obejmuje on zarówno aspekty nastawienia (akceptacja, dewaluacja), jak i zachowania (dopuszczanie, tłumienie) wobec doświadczanych emocji. Itemy dotyczące dewaluacji (*Abwertung*) i tłumienia (*Unterdrücken*) są rozumiane jako niezgodne z akceptacją (*Akzeptanz*) i dopuszczaniem (*Zulassen*) emocji (Beblo i in., 2011). Badani ustosunkowują się do stwierdzeń dotyczących ich reagowania na pozytywne i negatywne emocje przez wybór jednej z odpowiedzi uszeregowanych na 6-stopniowej skali likertowskiej. Psychometryczne wartości kwestionariusza

są na wysokim poziomie: wewnętrzna spójność *alfa* Cronbacha = ,91, rzetelność połówkowa = ,89, rzetelność cząstkowa od ,77 do ,90 (Beblo i in., 2011). Warto nadmienić, iż aktualnie trwają prace nad polską wersją kwestionariusza celem prowadzenia dalszych badań klinicznych.

Analizę statystyczną przeprowadzono przy użyciu pakietu statystycznego SPSS 21.0. Zmienne ciągłe zostały przedstawione jako średnie uzupełnione o wartość odchylenia standardowego. Zmienne jakościowe przedstawiono w formie liczebności i wartości procentowych. Rozkłady zmiennych nie odbiegały znacząco od normalności. Za istotne statystycznie przyjmowano wyniki na poziomie $p < ,05$.

Wyniki

Zależności między strategiami regulacji emocji a wymiarami temperamentu

Analizując współzmiennność między wymiarami temperamentu a strategiami regulacji emocji, zastosowano analizę korelacji i wykorzystano współczynnik korelacji r Pearsona. W tabeli 1 przedstawiono wyniki korelacji między skalami strategii regulacji emocji a nasileniem symptomów depresji i lęku dla badanej grupy klinicznej.

Tabela 1. Macierz korelacji między wymiarami temperamentu a skalami strategii regulacji emocji

	Unikanie szkody	Poszukiwanie nowości	Zależność od nagrody	Wytrwałość
Dopuszczanie/Akceptacja negatywnych emocji	-,20	,28*	,19	-,22
Tłumienie/Dewaluacja negatywnych emocji	-,28*	,34*	,24	-,06
Dopuszczanie – Tłumienie negatywnych emocji	-,26	,33*	,23	-,16
Dopuszczanie/Akceptacja pozytywnych emocji	-,51**	,21	,24	,25
Tłumienie/Dewaluacja pozytywnych emocji	-,45**	,21	,19	,12
Dopuszczanie – Tłumienie pozytywnych emocji	-,51**	,22	,23	,20
Ogólny wskaźnik regulacji emocji	-,49**	,34*	,28*	,04

* $p < ,05$; ** $p < ,01$.

Pacjenci: $N = 52-54$.

Skala *Tłumienie/Dewaluacja negatywnych i pozytywnych emocji* jest skalą odwróconą, dlatego wynik należy interpretować jak korelację dodatnią.

Wyniki potwierdzają istnienie zależności pomiędzy wymiarami temperamentu a strategiami regulacji emocji negatywnych i pozytywnych. Należy zwrócić uwagę, że wysokie, ujemne korelacje występują głównie między *Unikaniem szkody* a wszystkimi badanymi strategiami regulacji emocji pozytywnych oraz *Ogólnym wskaźnikiem regulacji emocji*. Im wyższe wartości na skali *Unikanie szkody*, tym niższa wartość *Dopuszczania/Akceptacji pozytywnych emocji*, *Dopuszczania – Tłumienia pozytywnych emocji* oraz *Ogólnego wskaźnika regulacji emocji*. Ze względu na to, że skala *Tłumienie/Dewaluacja negatywnych i pozytywnych emocji* jest skalą odwrotną, wynik należy interpretować jak korelację dodatnią, czyli im wyższe wartości w *Unikaniu szkody*, tym większy poziom tłumienia i dewaluacji negatywnych i pozytywnych emocji.

Wyniki wybranych skal regulacji emocji korelują statystycznie istotnie na poziomie umiarkowanym z kolejnym wymiarem temperamentu *Poszukiwanie nowości*. W tym przypadku umiarkowane korelacje przyjmują odwrotny kierunek niż w odniesieniu do *Unikania szkody*. Im wyższe wartości w wymiarze *Poszukiwanie nowości*, tym bardziej nasilony *Ogólny wskaźnik regulacji emocji* oraz wszystkie strategie regulacji emocji negatywnych.

Pomiędzy *Zależnością od nagrody* i *Wytrwałością* a zmiennymi regulacji emocji występują jedynie sporadyczne statystycznie istotne związki uniemożliwiające jednak wnioskowanie w kierunku jakichkolwiek tendencji ogólnych.

Wymiary temperamentu jako predyktory strategii regulacji emocji negatywnych i pozytywnych

Celem pogłębienia analizy zależności między wymiarami temperamentu a strategiami regulacji emocji dokonano próby identyfikacji tych aspektów temperamentalnych, które warunkują poziom nasilenia strategii regulacji emocji negatywnych i pozytywnych.

Zastosowano metodę analizy regresji wielokrotnej. Na wstępie sprawdzono czy nie występuje zjawisko współliniowości predyktorów, to znaczy czy predyktory nie są ze sobą nawzajem zbyt wysoko skorelowane. Przyjęto, że na współliniowość wskazują korelacje przekraczające 0,8 (Franke, 2010). Sprawdzono wpływ zmiennych niezależnych (wymiary temperamentu) na zmienne zależne (strategie regulacji). W tabeli 2 zaprezentowano wyniki analizy regresji dla strategii regulacji emocji negatywnych.

Tabela 2. Analiza regresji dla strategii regulacji emocji

Zmienne zależne: strategie regulacji emocji negatywnych	Zmienne niezależne: wymiary temperamentu	B	Beta	r_{semi}	% wariancji	t	p
Dopuszczanie/Akceptacja negatywnych emocji	(Stała) Poszukiwanie nowości	19,44 ,30	,28	,28	7,85	7,08 2,10	<,001 ,040
Thumienie/Dewaluacja negatywnych emocji	(Stała) Poszukiwanie nowości	17,27 ,32	,34	,34	11,40	7,13 2,56	<,001 ,013
Dopuszczanie – Thumienie negatywnych emocji	(Stała) Poszukiwanie nowości	36,72 ,62	,33	,33	11,40	7,71 2,52	<,001 ,015
Dopuszczanie/Akceptacja pozytywnych emocji	(Stała) Unikanie szkody	49,18 -63	-51	-51	26,12	13,28 -4,29	<,001 <,001
Thumienie/Dewaluacja pozytywnych emocji	(Stała) Unikanie szkody	46,33 -50	-45	-45	20,52	13,49 -3,66	<,001 ,001
Dopuszczanie – Thumienie pozytywnych emocji	(Stała) Unikanie szkody	95,51 -1,13	-51	-51	26,32	14,47 -4,31	<,001 <,001
Ogólny wskaźnik regulacji emocji	(Stała) Unikanie szkody	156,55 -1,65	-49	-49	23,81	14,92 -3,99	<,001 <,001

Predyktory w modelu końcowym wyjaśniały łącznie około 8% zmienności *Dopuszczania/Akceptacji negatywnych emocji* w badanej grupie klinicznej ($p = ,040$). Do modelu włączono jeden predyktor: *Poszukiwanie nowości* (dodatni), wyjaśniający zależności w grupie pacjentów. Otrzymany wynik oznacza, że na podstawie wyższego poziomu *Poszukiwania nowości* można przewidywać wyższy poziom *Dopuszczania/Akceptacji negatywnych emocji*.

Poszukiwanie nowości wyjaśnia również około 11% wariacji *Tłumienia/Dewaluacji negatywnych emocji* ($p = ,013$) oraz *Dopuszczania – Tłumienia negatywnych emocji* ($p = ,015$). Otrzymany wynik oznacza, że wyższy poziom *Poszukiwania nowości* wiąże się z wyższym poziomem *Tłumienia/Dewaluacji i Dopuszczania – Tłumienia negatywnych emocji*. Skala *Tłumienie/Dewaluacja negatywnych emocji* jest skalą odwróconą, dlatego prawidłowa jest następująca interpretacja wyniku: na podstawie wyższego poziomu *Poszukiwania nowości* można przewidywać niższy poziom tłumienia i dewaluacji negatywnych emocji.

W modelach końcowych temperamentalne predyktory dla regulacji emocji pozytywnych w większym stopniu wyjaśniały procent wariacji.

Zaobserwowano, że *Unikanie szkody* wyjaśnia około 26% zmienności *Dopuszczania/Akceptacji pozytywnych emocji* ($p < ,001$). Otrzymany wynik oznacza, że na podstawie niższego poziomu *Unikania szkody* można przewidywać wyższy poziom *Dopuszczania/Akceptacji pozytywnych emocji* w badanej grupie.

Unikanie szkody wyjaśnia również około 21% zmienności *Tłumienia/Dewaluacji pozytywnych emocji* ($p = ,001$) i około 26% wariacji regulacji emocji pozytywnych w zakresie ich dopuszczania – tłumienia ($p < ,001$). Otrzymane wyniki oznaczają, że na podstawie niższego poziomu *Unikania szkody* można przewidywać wyższy poziom *Tłumienia/Dewaluacji* oraz *Dopuszczania – Tłumienia pozytywnych emocji*. Skala *Tłumienie/Dewaluacja pozytywnych emocji* jest skalą odwróconą, dlatego prawidłowa jest następująca interpretacja wyniku: na podstawie niższego poziomu *Unikania szkody* można przewidywać niższy poziom tłumienia i dewaluacji pozytywnych emocji.

W modelu końcowym dla *Ogólnego wskaźnika regulacji emocji* wyłoniono jeden predyktor: *Unikanie szkody*, który objaśniał łącznie około 24% zmienności ($p < ,001$).

Podsumowując, poziom strategii regulacji emocji zarówno negatywnych, jak i pozytywnych można przewidywać poprzez analizę wymiarów temperamentalnych. Spośród czterech wymiarów temperamentu jedynie na podstawie wymiaru *Poszukiwanie nowości* można prognozować o poziomie strategii regulacji emocji negatywnych. Z kolei o poziomie strategii regulacji emocji pozytywnych i o *Ogólnym wskaźniku regulacji emocji* decyduje wymiar *Unikanie szkody*.

Omówienie wyników

Zarówno temperament, jak i regulacja emocji są związane z występowaniem zaburzeń psychopatologicznych, m.in. z zaburzeniami depresyjnymi i lękowymi

(Martin, Dahlen, 2005; Jylhä, Isometsä, 2006; Tamás i in., 2007; Yap, Allen, Sheeber, 2007). Znany jest wpływ zmiennych osobowościowych na emocjonalność człowieka (Rothbart, Sheese, 2006). Ten kierunek badań jest szczególnie rozwinięty w obszarze zaburzeń osobowości (m.in. Górska, 2006). Uwzględniając te zależności, w przeprowadzonym badaniu oczekiwano, że przynajmniej niektóre z wymiarów temperamentu będą współwystępowały z określonymi strategiami regulacji emocji u osób z zaburzeniami depresyjno-lękowymi. Nowatorskim aspektem prezentowanego badania jest uwzględnienie nie tylko zależności między temperamentem a regulacją negatywnych emocji, lecz także analiza związku temperamentu i regulacji pozytywnych emocji u osób z zaburzeniami depresyjno-lękowymi. Taka szersza perspektywa jest możliwa dzięki wykorzystaniu w badaniu kwestionariusza FrAGe – narzędziu, którego koncepcja powstała na podstawie praktyki klinicznej.

Wyniki prezentowanego badania wskazały na dwa z czterech wymiarów temperamentu według psychobiologicznego modelu Cloningera (*Unikanie szkody*, *Poszukiwanie nowości*) jako predyktory strategii regulacji emocji nie tylko negatywnych, ale i pozytywnych.

W grupie badanych pacjentów wyższy poziom na skali *Unikanie szkody* oraz niższy wynik w *Poszukiwaniu nowości* współwystępowały z nasileniem mniej adaptacyjnych strategii regulacyjnych i obniżonym poziomem akceptacji emocji negatywnych i pozytywnych. Pacjenci częściej niż osoby zdrowe tłumią czy dewaluują emocje, rzadziej je przyjmują i akceptują (Pastuszek-Draxler, Bętkowska-Korpała, Gierowski, 2016). Wszystkie strategie regulacji emocji negatywnych były istotnie związane z wymiarem *Unikanie szkody*, a emocji pozytywnych z wymiarem *Poszukiwanie nowości*.

Wyniki aktualnego badania uzyskane w drodze przeprowadzonych analiz prowadzą do następujących wniosków: w analizowanej grupie temperamentnym predyktorem dla bardziej adaptacyjnych strategii regulacji emocji negatywnych jest niższy poziom wymiaru *Unikanie szkody*, natomiast w przypadku regulacji emocji pozytywnych predykcyjną rolę odgrywa wyższy poziom wymiaru *Poszukiwanie nowości*. Warto wyjaśnić, z czym wiążą się wysokie wyniki tych wymiarów. *Unikanie szkody* jest związane z poziomem wycofania, a osoby osiągające wysokie wyniki w tej skali są raczej pesymistyczne, zamartwiające się, długo powracają do równowagi po sytuacjach trudnych, charakteryzują się podniesionym poziomem odczuwanego lęku, co powoduje ich nadmierną ostrożność, nieśmiałość, a nawet izolację. W zakresie *Poszukiwana nowości* osoby z objawami lękowo-depresyjnymi uzyskują zwykle niższe wyniki niż osoby zdrowe i opisywane są jako skłonne do rutyny, o dużej tolerancji na nudę, charakteryzujące się sztywnym, konwencjonalnym sposobem działania (Hornowska i in., 2003).

Otrzymane wyniki są zatem uzupełnieniem i potwierdzeniem analiz dotyczących psychopatologiczno-temperamentalnych zależności (Horner i in., 2015), a także występowania współzależności między regulacją emocji a nasileniem symptomów

depresji i lęku (Pastuszek-Draxler, Bętkowska-Korpała, Gierowski, 2016; Bailer i in., 2017). Analiza otrzymanych danych nie uprawnia jednak do wnioskowania o prawdopodobnym typowym układzie cech temperamentalnych „odpowiedzialnym” za określony sposób regulacji emocji. Można raczej wskazywać na poszczególne wymiary, których charakter jest związany z pewnym ogólnym funkcjonowaniem jednostki, w które wpisuje się również radzenie sobie z trudnymi, intensywnymi stanami emocjonalnymi.

Przeprowadzone badanie ma istotne zastosowanie w praktyce klinicznej. Uwzględnienie w procesie leczenia regulacji emocji wyłącznie negatywnych ogranicza rozumienie mechanizmów rozwoju psychopatologii, ale również mechanizmów kluczowych w procesie zdrowienia polegającym na kształtowaniu zdolności adaptacyjnych, m.in. samoregulacji (Bętkowska-Korpała, 2013). Warto zauważyć, że dotychczasowe badania nad regulacją emocjonalną z udziałem osób z zaburzeniami psychopatologicznymi koncentrują się głównie na znaczeniu regulacji emocji negatywnych, co może być związane ze stosowaniem narzędzi nieuwzględniających znaczenia emocji pozytywnych. Ponadto psychoterapia osób z diagnozą zaburzeń lękowych i/lub depresyjnych w obszarze regulacji emocjonalnej wymaga rozpoznania czynników temperamentalnych odgrywających rolę w rozwijaniu adaptacyjnych i funkcjonalnych strategii regulacji emocji negatywnych i pozytywnych.

Wnioski

1. Istnieje związek pomiędzy nasileniem wymiarów temperamentu a strategiami regulacji w grupie osób ujawniających zaburzenia depresyjno-lękowe: *Unikanie szkody* i *Poszukiwanie nowości* były związane ze strategiami regulacji emocji.
2. U osób z zaburzeniami depresyjno-lękowymi bardziej adaptacyjne strategie regulacji emocji negatywnych uwarunkowane są niższym poziomem *Unikania szkody* i wyższym poziomem *Poszukiwania nowości* w odniesieniu do emocji pozytywnych.
3. Otrzymane wyniki wskazują na konieczność uwzględniania zależności pomiędzy temperamentem a regulacją emocjonalną w procesie leczenia osób z zaburzeniami depresyjno-lękowymi.

Literatura cytowana

- Ampollini, P., Marchesi, C., Signifredi, R., Ghinaglia, E., Scardovi, F., Codeluppi, S., Maggini, C. (1999). Temperament and personality features in patients with major depression, panic disorder and mixed conditions. *Journal of Affective Disorders*, 52, 203–207.
- Bailer, J., Witthöft, M., Erkcic, M., Mier, D. (2017). Emotion dysregulation in hypochondriasis and depression. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 24(6), 1254–1262.

- Bajraktarov, S., Gudeva-Nikovska, D., Manuševa, N., Arsova, S. (2017). Personality Characteristics as Predictive Factors for the Occurrence of Depressive Disorder. Open access *Macedonian journal of medical sciences*, 5(1), 48.
- Beblo, T., Scheulen, C., Fernando, S., Griepenstroh, J., Aschenbrenner, S., Rodewald, K., Driessen, M. (2011). Psychometrische Analyse eines neuen Fragebogens zur Erfassung der Akzeptanz von unangenehmen und angenehmen Gefühlen (FrAGe). *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 59(2), 133–144.
- Bętkowska-Korpała, B. (2013). *Osobowościowe uwarunkowania dynamiki zdrowienia u osób uzależnionych od alkoholu*. Kraków: Medycyna Praktyczna.
- Cloninger, C.R., Svrakic, D.M., Przybeck, T.R. (1993). A Psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50(12), 975–990.
- Cloninger, R.C., Zohar, A.H., Hirschmann, S., Dahan, D. (2012). The psychological costs and benefits of being highly persistent: Personality profiles distinguish mood disorders from anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 758–766.
- Franke, G.R. (2010). *Multicollinearity*. *Wiley International Encyclopedia of Marketing*.
- Górska, D. (2006). *Uwarunkowania dysregulacji emocjonalnej u osób z zaburzeniem osobowości borderline*. Poznań: Bogucki Wydawnictwo Naukowe.
- Gross, J.J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224.
- Gross, J.J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281–291.
- Gross, J.J., Levenson, R.W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(1), 95–103.
- Gross, J.J., John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348–362.
- Hansenne, M., Reggers, J., Pinto, E., Kjiri, K., Ajamier, A., Ansseau, M. (1999). Temperament and character inventory (TCI) and depression. *Journal of Psychiatric Research*, 33, 31–36.
- Horner, M.S., Reynolds, M., Braxter, B., Kirisci, L., Tarter, R.E. (2015). Temperament disturbances measured in infancy progress to substance use disorder 20 years later. *Personality and individual differences*, 82, 96–101.
- Hornowska, E., Hauser, J., Samochowicz, J., Rybakowski, F., Czernski, P. (2003). *Temperamentalne uwarunkowania zachowania. Badania z wykorzystaniem kwestionariusza TCI R.C. Cloningera*. Poznań: Bogucki Wydawnictwo Naukowe.
- Jylhä, P., Isometsä, E. (2006). Temperament, character and symptoms of anxiety and depression in the general population. *European Psychiatry*, 21(6), 389–395.
- Karam, E.G., Salamoun, M.M., Yeretian, J.S., Mneimneh, Z.N., Karam, A.N., Fayyad, J., Hantouche, E., Akiskal, K., Akiskal, H.S. (2010). The role of anxious

- and hyperthymic temperaments in mental disorders: a national epidemiologic study. *World Psychiatry*, 9(2), 103–110.
- Leventhal, H., Patrick-Miller, L. (2005). Emocje a choroby somatyczne – przyczyny i wskaźniki podatności na zachorowanie. W: M. Lewis, J.M. Haviland (red.), *Psychologia emocji* (s. 657–675). Grańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Lohr, L.B., Teglasi, H., French, M. (2004). Schemas and temperament as risk factors for emotional disability. *Personality and Individual Differences*, 36(7), 1637–1654.
- Lonigan, C.J., Vasey, M.W., Phillips, B.M., Hazen, R.A. (2004). Temperament, anxiety, and the processing of threat-relevant stimuli. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(1), 8–20.
- Margraf, J. (1994). *Mini-DIPS. Diagnostisches kurz-interview bei psychischen störungen. Interviewleitfaden*. Berlin: Springer-Verlag.
- Martin, R.C., Dahlen, E.R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress and anger. *Personality and Individual Differences*, 39, 1249–1260.
- Mulder, R.T., Joyce, P.R., Cloninger, C.R. (1994). Temperament and early environment influence comorbidity and personality disorders in major depression. *Comprehensive Psychiatry*, 35(3), 225–233.
- Nezlek, J.B., Kuppens, P. (2008). Regulating positive and negative emotions in daily life. *Journal of Personality*, 76(3), 561–579.
- Oatley, K., Jenkins, J.M. (2003). *Zrozumieć emocje*. T. Maruszewski (red.). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Pastuszek, A. (2012). Strategie regulacji emocji a inteligencja emocjonalna u pacjentów z zaburzeniem osobowości borderline. *Psychiatria Polska*, 46(3), 409–420.
- Pastuszek, A. (2014). *Temperament a strategie regulacji emocji w grupie osób ujawniających zaburzenia depresyjne i lękowe. Badanie podłużne*. (Niepublikowana praca doktorska napisana pod kierunkiem prof. dr. hab. Józefa K. Gierowskiego). Kraków: Uniwersytet Jagielloński, Collegium Medicum, Wydział Lekarski. Dostępna w Bibliotece Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum w Krakowie.
- Pastuszek-Draxler, A., Bętkowska-Korpała, B., Gierowski, J.K. (2016). Predykcyjna rola strategii regulacji emocji negatywnych i pozytywnych dla symptomów depresji i lęku. *Sztuka Leczenia*, 2, 55–65.
- Richter, J., Eisemann, M., Richter, G., Cloninger, C.R. (1999). *Das Temperament- und Charakter-Inventar (TCI): ein Leitfaden über seine Entwicklung und Anwendung; Manual*. Swets Test Services.
- Rothbart, M.K., Sheese, B.E. (2006). Temperament and emotion regulation. W: J.J. Gross (red.), *Handbook of emotion regulation* (s. 331–350). New York: The Guilford Press.
- Santucci, A.K., Silk, J.S., Shaw, D.S., Gentzler, A., Fox, N.A., Kovacs, M. (2008). Vagal tone and temperament as predictors of emotion regulation strategies in young children. *Developmental psychobiology*, 50(3), 205–216.

- Tamás, Z., Kovacs, M., Gentsler, A.L., Tepper, P., Gádoros, J., Kiss, E., Kapornai, K., Vetró, Á. (2007). The relations of temperament and emotion self-regulation with suicidal behaviors in a clinical sample of depressed children in Hungary. *Journal of abnormal child psychology*, 35(4), 640–652.
- Tan, P.Z., Armstrong, L.M., Cole, P.M. (2013). Relations between temperament and anger regulation over early childhood. *Social Development*, 22(4), 755–772.
- Tortella-Feliu, M., Aguayo, B., Sese, A., Morillas-Romero, A., Balle, M., Gelabert, J.M., Bornas, X., Llabres, J. (2012). Effects of temperament and emotion regulation styles in determining negative emotional states. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 40(6).
- Yap, M.B., Allen, N.B., Sheeber, L. (2007). Using an emotion regulation framework to understand the role of temperament and family processes in risk for adolescent depressive disorders. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 10(2), 180–196.

Streszczenie. W poszukiwaniu predyktorów regulacji emocjonalnej u osób ujawniających zaburzenia psychiczne istotne znaczenie przypisuje się temperamentowi. Celem pracy była analiza temperamentalnych uwarunkowań strategii regulacji emocji negatywnych i pozytywnych w grupie pacjentów z zaburzeniami depresyjnymi i/lub lękowymi. W badaniu wzięło udział 105 osób, leczonych stacjonarnie w Klinice Psychiatrii i Psychoterapii Bethel w Bilefeldzie w Niemczech. Wykorzystano następujące metody badawcze: Krótki Wywiad Diagnostyczny Zaburzeń Psychiczych (Mini-DIPS), Inwentarz Temperamentu i Charakteru (TCI) oraz Kwestionariusz Akceptacji Emocji (FrAGE). W badanej grupie klinicznej dwa z czterech wymiarów temperamentu warunkują nasilenie wybranych strategii regulacji emocji: poziom czynnika *Unikanie szkody* warunkuje regulację emocji negatywnych, natomiast poziom *Poszukiwania nowości* jest predyktorem w odniesieniu do emocji pozytywnych. Uzyskane wyniki wskazują na znaczącą rolę temperamentu jako predyktora nasilenia wybranych strategii regulacji emocji.

Słowa kluczowe: temperament, strategie regulacji emocji, depresja, lęk

Data wpłynięcia: 22.11.2017

Data wpłynięcia po poprawkach: 22.10.2018

Data zatwierdzenia tekstu do druku: 20.12.2018