

mickej úrovni je nejasnejšia. Na anatomickej úrovni je bipolárna porucha spojená so zväčšením komôr a s menším objemom ľavostrannej prefrontálnej kôry, ako aj s objemovými redukciami v dolných a stredných prefrontálnych oblastiach vpravo.

## 6. Syntéza z evolučného hľadiska

Etologická analýza správania pri depresii naznačuje, že deprimovaní jedinci vysielajú nonverbálne signály, typické pre submisívne správanie. Často sa vyhýbajú očnému kontaktu,

*Etologická analýza správania pri depresii naznačuje, že deprimovaní jedinci vysielajú nonverbálne signály, typické pre submisívne správanie. Pri submisii sa často ako involuntárne signály bezmocnosti uplatňujú aj druhovo špecifické detské formy správania (tradične označované ako "regresia") alebo sťažovanie sa na somatické problémy. Ťažké formy melancholickej depresie môžu byť spojené s katatónnymi znakmi, ktoré možno predstavujú extrém fylogeneticky starých obranných mechanizmov.*

vykazujú málo pohybov v oblasti očí a úst, redukujú množstvo reči a emočného tónu hlasu a v správaní sú sociálne neaktívni (porovnaj Ďalšie úvahy v Kapitole 5). Pri submisii sa často ako involuntárne signály bezmocnosti uplatňujú aj druhovo špecifické detské formy správania (tradične označované ako "regresia") alebo sťažovanie sa na somatické problémy. Tieto nonverbálne formy správania sú jasne zamerané (pri depresii v prehnanej miere)

na to, aby jedinec redukoval možnosť, že sa voči nemu obráti agresia iných osôb, a na to, aby sa pomocou signalizácie ústupových stratégií vyhol ublíženiu v situáciách, kedy pociťuje porážku alebo podriadenosť. Depresia je často sprevádzaná úzkosťou (úzkostnými poruchami), takže závažné formy melancholickej depresie môžu byť spojené s katatónnymi znakmi, ktoré možno predstavujú extrém fylogeneticky starých obranných mechanizmov (porovnaj Kapitolu 10). Treba však poznamenať, že depresívni jedinci nevykazujú rovnaké správanie v každej sociálnej interakcii. Napríklad môžu prejavovať znaky agresie voči rodinným členom, najmä partnerom a deťom, od ktorých očakávajú bezprostrednú podporu. Takže hoci depresívni jedinci často vykazujú involuntárne (nonverbálne) znaky submisie, vo voluntárnej (verbálnej) expresii často submisia nie je.

Submisia a dominancia patria neoddeliteľne k sociálne žijúcim druhom so zložitou hierarchiou, ako sú ľudia (existujú ale presvedčenia, že spoločnosti našich predkov boli spravodlivo egalitárske, čo sa týka sociálneho rozvrstvenia). Ustanovenie asymetrií v spoločenskom postavení, sociálnom zaradení, vzťahoch a v súperení o zdroje a o partnerov je teda prirodzenou potrebou. Ľudské sociálne skupiny, ktoré sú kriticky závislé na spolupráci medzi jednotlivcami, však môžu prežiť iba vtedy, ak pre sociálne hierarchie existuje komunikačný systém, ktorý aspoň čiastočne nahradí fyzický boj a umožní v skupine ostať víťazovi aj porazenému. V podmienkach predkov bolo vylúčenie z komunity zrejme jednou z najdôležitejších hrozieb pre jedinca, ktorý sa potenciálne rovnal rozsudku smrti. Submisiu v konfliktné nabitých situáciách možno teda pokladať za život zachraňujúcu stratégiu, ktorá sa vyvinula v prostredí predkov – napriek tomu, že spôsobuje zjavnú, aj keď možno len prechodnú, nevýhodu pre reprodukčný úspech. Inými slovami, rozhodnutie o boji alebo úteku kriticky závisí na zhodnotení vlastnej sily jedinca a potenciálnych spojenec-

tiev – a v situáciách, kde je úspech nepravdepodobný alebo útek nemožný, môže byť submisia a prijatie podriadenosti najlepšou možnosťou, prinajmenšom v aktuálnom momente. Depresia v tejto línii uvažovania predstavuje extrém submisívnej alebo ustupovej stratégie, ktorý je neadekvátny – v porovnaní s adaptívnym submisívnym správaním – v kontexte, trvaní a/alebo v intenzite a objavuje sa predovšetkým v situáciách, spojených s akútnym alebo chronickým sociálnym stresom. Na podporu tvrdenia, že depresia predstavuje patologický extrém stratégie, zameranej na vyhnutie sa ublíženiu ("harm-avoiding") v sociálne súťaživých interakciách, je vhodné zdôrazniť, že depresia sa primárne objavuje v sociálnom alebo interpersonálnom kontexte, obvykle však nie v súlade so stratami v nonsociálnych oblastiach.

Mnohé nonverbálne signály, predovšetkým držanie tela, charakteristické pre dominanciu alebo podriadenosť, pripomínajú staré formy správania stavovcov a sú zrejme sprostredkované fylogeneticky starými štruktúrami "plazieho mozgu" (porovnaj Kapitulu 1). Tento behaviorálny repertoár má paralelu v emočných systémoch (reprezentovaných v paleomammaliárnej alebo limbickej oblasti mozgu), ktoré slúžia v prípade podriadenosti dvom účelom – jednak signalizujú submisiu a bezmocnosť smerom k dominantným jedincom alebo potenciálnym spojencom, a jednak vnútorne reprezentujú porážku pomocou skleslej nálady, čo u jedinca vedie k menšiemu riziku, že sa vráti priskoro k sociálnemu súpereniu. Zhoršená nálada je pravdepodobne aj jedným z aspektov sociálnych emócií, ktoré sa vyvinuli v dôsledku stúpajúcej potreby vzťahovej väzby a pripútania nezrelého jedinca. Pokles nálady sa obvykle objavuje po (dlhšej) separácii od hlavného opatrovníka alebo vzťahovej postavy. Vo fáze zúfalstva prestáva ľudské dieťa interagovať s prostredím a ostáva potichu, čo možno pokladať za adaptáciu, ktorej zmyslom je nepritiahnúť pozornosť predátorov. Tieto negatívne emócie majú však aj dramatický vplyv na vedomé a nevedomé kognitívne vyhodnocovanie danej situácie. Ako už bolo povedané, extrémne variácie poklesu nálady, zahŕňajúce neadekvátny kontext, abnormálnu intenzitu alebo trvanie, sú charakteristické pre klinickú depresiu.

Väčšina kognitívneho vyhodnocovania vlastnej sociálnej situácie prebieha mimo vedomého vnímania a tvorí zrejme súčasť kognitívneho repertoáru našich najbližších príbuzných v živočíšnej ríši (prostredníctvom neokortikálnych štruktúr). Napríklad – jedinec má neustále potrebu skúmať svoje šance ohľadom úspechu v sociálnej súťaži. Nemusí sa to vzťahovať nutne iba na dramatické boje o postavenie v spoločenskom rebríčku, ale aj na situácie, zahŕňajúce jemné sociálne výmeny. Ľudia sú bytosti s vysokou mierou sociálnych investícií, a to do príbuzných aj nepríbuzných jedincov, no samozrejme čakajú niečo na oplátku. Jedinec môže teda (nevedome) kalkulovať, koľko sa dá vyťažiť z jeho investícií, a tieto kalkulácie môžu kriticky závisieť na tom, ako sám pociťuje svoju sociál-

*Pokles nálady slúži dvom účelom - jednak signalizuje submisiu a bezmocnosť smerom k dominantným jedincom alebo potenciálnym spojencom, a jednak vnútorne reprezentuje porážku.*

*Podriadení jedinci zvyknú väčšmi investovať ako ťažiť. Toto bias, podľa ktorého jedinec cíti, že musí viac investovať ako získať, je pomerne typickou charakteristikou prinajmenšom u mierne depresívnych alebo dystýmnych osôb.*