

## Poti iz labirintov

[WWW.OMRA.SI](http://WWW.OMRA.SI)

### Ljudje lahko doživljajo svet in sebe v času depresije nekoliko drugače

Članek, ki je bil nedavno objavljen v *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, poroča o zanimivi raziskavi, ki so jo opravili raziskovalci z medicinske fakultete univerze v Helsinkih in iz tamkajšnje univerzitetne bolnišnice.

Gre za **raziskavo, v kateri so ocenjevali vidno zaznavo pri ljudeh, ki so takrat doživljali hudo** (imenovano tudi veliko) **depresijo, in pri tistih, ki je niso**. V obeh primerih je šlo za ljudi, ki sicer dobro vidijo. V skupino ljudi z izkušnjo hude depresije so bili vključeni tudi tisti, pri katerih je bila ta izkušnja povezana z njihovo izkušnjo bipolarnе motnje ali mejne osebnostne motnje.

Ocenjevanje vidne zaznave je potekalo **s pomočjo dveh preizkusov**. V obeh primerih so udeleženkam in udeležencem preizkusa na računalniškem zaslonu kazali pare enako velikih kvadratov, postavljenih na sredino ozadja večjih kvadratov.

**V prvem preizkusu** so morali udeleženci pri vsakem pokazanem paru izbrati kvadratega, ki je bil bolj svetel (oziroma tistega, ki so ga videli kot svetlejšega). Stopnja svetlosti obeh kvadratov (A in B na sliki spodaj) je bila namreč enaka, vendar se jim je zaradi različne stopnje svetlosti ozadnih kvadratov zdela različna.

**Pri drugem preizkusu** je bilo treba izbrati kvadratega, ki je bil bolj kontrasten. Za razliko od prvega preizkusa, tokrat kvadratka nista bila prazna, ampak zapolnjena z rešetko z navpičnimi črtami. Pare, ki so jih kazali udeleženkam in udeležencem, pa sta sestavljala kvadratega na sredini praznega ozadja (brez črke na sliki), in kvadratega na sredini ozadja, zapoljenega bodisi z rešetko z navpičnimi črtami (C na sliki) bodisi z rešetko s prečnimi črtami (D na sliki). Udeleženke in udeleženci so torej morali izbrati kvadratega, ki se jim je zdel bolj kontrasten. Pokazalo se je, da je tudi v tem primeru šlo za iluzijo - zaradi ozadja z navpičnimi črtami so udeleženke in udeleženci preizkusa kontrast kvadratka dojemali kot zmanjšan oziroma neizrazit.



**Kako so torej ljudje z izkušnjo hude depresije in tisti brez te izkušnje zaznavali iluziji svetlosti in kontrasta? Rezultati ocenjevanja tega zaznavanja so pokazali, da so iluzijo svetlosti oboji zaznavali podobno, iluzijo kontrasta pa so ljudje z izkušnjo depresije zaznavali bolj natančno.** Ker so s prvim preizkusom raziskovalci pravzaprav ocenjevali obdelavo vidnih podatkov v očesni mrežnici, z drugim pa obdelavo vidnih podatkov v vidni možganski skorji, je bila njihova **glavna ugotovitev, da gre pri ljudeh, ki doživljajo depresijo, za običajno obdelavo podatkov v mrežnici, toda za začasno spremenjeno obdelavo podatkov v možganih.**

Kaj takšne raziskave pomenijo za ljudi z izkušnjo hude depresije? Takšne raziskave potrjujejo domnevo, da gre pri hudi depresiji za začasno spremenjeno obdelavo podatkov v možganih in da ljudje zato lahko doživljajo svet in sebe v času depresije tudi nekoliko drugače.

Vir: Salmela, V., Socada, L., Söderholm, J., Heikkilä, R., Lahti, J., Ekelund, J., Isometsä, E., *Reduced visual contrast suppression during major depressive episodes, dostopno na internetnem naslovu <https://www.jpn.ca/content/46/2/E222>.*

## Brezplačne spletne delavnice OMRA bodo potekale tudi v mesecu DECEMBRU



Na naši [spletni strani](#) so objavljeni novi termini in prijavnice **DECEMBERSKIH delavnic OMRA.**

- STRES POVZROČA STISKE, OKREPITE SVOJE MOČI!: 10.12.  
(trajanje: od 9.00 do 14.20 ure)
- ČUSTVENI VRTILJAK ODNOSOV: PREPOZNAJMO OSEBNOSTNE MOTNJE MED NAMI: 16.12.  
(trajanje: od 9.00 do 14.20 ure)
- MOČ POGOVORA – ŠIBKOST STIGME: 2.12.  
(trajanje: od 9.00 do 12.50 ure)

**PRIJAVITE SE, SE VIDIMO!**

**Naročite se na naš e-novičnik in poskrbeli bomo, da boste prejeli sveže informacije in izobraževalna gradiva programa OMRA!**

Aktualne dogodke, poročila z delavnic, odzive s terena in druge zanimivosti iz področja duševnega zdravja redno objavljamo tudi na družbenih omrežjih. Spremljajte @ProgramOmra na [Facebooku](#) in [Twitterju](#).

## Partnerji programa



ZRC SAZU



Program OMRA sofinancira Ministrstvo za zdravje RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program OMRA, vse pravice pridržane.