

Lęk i depresja stanowią aktualnie poważny problem społeczny. Badania przewidują, że nawet 20% osób doświadczy w życiu co najmniej jednego epizodu lęku lub depresji. **Depresja** wskazywana jest jako **czwarte najpoważniejsze zaburzenie** zakłócające funkcjonowanie, a prognozuje się, że do 2020 roku przesunie się na miejsce drugie (Mathers, Fat, & Boerma, 2008).

Depresja jest też uważana za jedno z głównych zaburzeń w rankingu tzw. *global burden of disease* (wskaźnik mówiący o „utraconych” z powodu przedwczesnej śmierci oraz pogorszenia funkcjonowania latach życia), a prognozuje się, że do roku 2030 zostanie jego niechlubnym liderem (Mathers i in., 2008; World Federation For Mental Health, 2012). Jednocześnie lęk i depresja cechują się niezwykle wysoką współwystępowalnością. Nawet 90% osób z zaburzeniem lękowym doświadcza co najmniej jednego epizodu depresji w życiu. Podobnie, u 58-85% osób z depresją występuje co najmniej jeden epizod lękowy (Gorman, 1996). Pokrywające się symptomy utrudniają diagnozę i leczenie, a także przyczyniają się do zmniejszenia efektywności terapii oraz wydłużenia czasu trwania choroby (Gorman, 1996). Mimo wielu lat badań, naukowcy nadal nie potrafią jednoznacznie odpowiedzieć na wiele pytań związanych z lękiem i depresją oraz podobieństwami i różnicami między nimi.

W swoim projekcie podejmuję tematykę funkcjonowania emocjonalnego i uwagowego u osób z różnymi typami lęku i depresji. Opieram się na teorii, która zakłada, że na bazując na dwóch kryteriach: strukturalnym i funkcjonalnym można wyróżnić **kilka typów lęku i depresji**. Na tej podstawie można spodziewać się, że w badaniu takich obszarów, jak na przykład funkcjonowanie emocjonalne i uwagowe, podobieństwa mogą wystąpić nie tylko „wewnątrz” typów lęku (lub depresji), ale raczej pomiędzy typami lęku i depresji, ze względu na podobieństwa w ich strukturze i/lub dominującej funkcji (np. dany typ lęku będzie bardziej podobny do jednego z typów depresji, niż do pozostałych typów lęku). Na tej samej zasadzie większe różnice mogą ujawnić się między poszczególnymi typami lęku (lub depresji), niż pomiędzy typami lęku i depresji (np. większe różnice między dwoma typami depresji niż między konkretnym typem depresji i lęku).

Mam nadzieję, że **wyniki tego projektu przyczynią się do poszerzenia wiedzy o mechanizmach stojących za powstawaniem i podtrzymywaniem lęku i depresji**, a także wspomogą **diagnozę** (dzięki wsparciu rozróżniania lęku i depresji oraz ich współwystępowania) i usprawnią **metody terapii** (np. z uwzględnieniem specyficznych emocji i strategii regulacji emocji charakterystycznych dla poszczególnych typów).