

4 Дмитриев, М. Г. Психолого-педагогическая диагностика делинквентного поведения у трудных подростков / М. Г. Дмитриев, В. Г. Белов, Ю. А. Парфенов. – Санкт-Петербург : ЗАО «ПОНИ», 2010. – 316 с.

УДК 159.944.4:616.89-008.441.44-057.875

А. В. Родичева

ДИСТРЕСС КАК ПРИЧИНА СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Статья посвящена изучению одного из главных факторов суицидального риска, а именно дистресса, который приводит к эмоциональной дезадаптации личности. Рассмотрена специфика суицидального поведения в юношеском возрасте. Проведено эмпирическое исследование, целью которого являлось изучение выраженности взаимосвязи между факторами, ведущими к дистрессу, и уровнем безнадежности.

В последнее время наблюдается повышенный интерес к суицидогенной роли стресса в юношеском возрасте. Ранее основная масса работ касалась стрессовых событий жизни взрослых, несущих ответственность за себя и свою семью и в большей степени подверженных стрессу жизни. При этом считалось, что юноши в этом отношении не столь уязвимы. Действительно, число негативных жизненных событий возрастает к 45–50 годам, с небольшой разницей у мужчин и женщин [1]. Однако юноши и девушки переживают стрессовые ситуации, возможно, даже более остро, чем взрослые, что связано с особенностями их эмоциональной и когнитивной сферы [2]. При этом следует отметить, что стрессовая нагрузка в социуме в целом растет, в том числе в экономически развитых и считающихся благополучными странах. Так, по данным Американской психологической ассоциации 22 % опрошенных сообщают, что испытывают «выраженный стресс», а 39 % утверждают, что за последний год уровень переживаемого ими стресса возрос [2]. Проблема стрессоустойчивости личности в юношеский период связана тем, что значимым для нее становится личностное становление, растет желание создания собственной семьи, нарастает потребность в высоком самоконтроле собственного поведения в ответ на постоянно меняющиеся условия социальной среды. У молодых людей стресс может вызываться разнообразными конфликтными ситуациями, особенностями деятельности и многими другими факторами. Все эти ситуации в той или иной степени связаны с суицидальными мыслями, попытками и суицидами [3].

Исследование проводилось на базе Гомельского государственного университета имени Франциска Скорины. В исследовании приняло участие 69 человек, основная часть которых является студентами 2 курса факультета психологии и педагогики. Средний возраст опрошенных составил 18,9 лет. Среди всех опрошенных составили 19 (28,54 %) мужчин и 50 (71,46 %) женщин.

Для анализа результатов были использованы описательные методы, такие как средняя величина и стандартные отклонения, а также методы инференциальной статистики – коэффициент корреляции Спирмена.

В качестве диагностического инструментария были использованы следующие методики:

- тест-опросник «Шкала безнадежности Бека» А. Бек;
- тест-опросник «Шкала депрессии, тревоги и стресса DASS-21» С. Ловибонд, П. Ловибонд (в русскоязычной адаптации В. В. Руженковой).

Данные, полученные в группе студентов по методике «Шкала депрессии, тревоги и стресса DASS-21» по шкале «Депрессия», показали среднее арифметическое значение (M) 17,36 при стандартном отклонении $S = 11,085$, где минимальное значение составило 0, а максимальное 38. По данным шкалы «Стресс» было получено минимальное значение 0, максимальное значение баллов – 38. Среднее арифметическое (M) составило 20,12 при стандартном отклонении $S = 9,542$, что говорит о средней выраженности переживания данного состояния. Уровень по шкале «Тревога» варьировался от 0 до 36 со средним (M) 16,13 и стандартном отклонении $S = 10,370$. В таблице 1 представлены средние значения данных испытуемых.

Таблица 1 – Результаты исследования по методике «Шкала депрессии, тревоги и стресса DASS-21» (С. Ловибонд, П. Ловибонд)

Шкалы	Степень выраженности				
	Отсутствие	Легко	Умеренно	Выражено	Крайне выражено
Депрессия	18 31 %	9 13,24 %	17 25 %	9 13 %	12 17,65 %
Тревога	14 22,06 %	6 8,82 %	14 20,59 %	8 11,76 %	26 38,24 %
Стресс	12 17,65 %	21 31 %	15 22,06 %	16 22,06 %	3 4,41 %

Проанализировав полученные данные по методике «Шкала депрессии, тревоги и стресса DASS-21», можно сделать вывод о том, что среди студентов наиболее высокие критические баллы были получены по шкалам депрессии (17,36 %) и тревоги (38,24 %). Это значит, что продолжительное влияние тревоги и депрессии на психику делают молодого человека более уязвимым, у него ослабляется способность преодолевать последующие трудности жизни. Все это оказывает воздействие на развитие психологического дистресса молодого человека. Депрессия и тревога лишают молодых людей способности к формированию адекватных стратегий разрешения проблемных ситуаций, что становится причиной лишения себя жизни через суицид [4]. Для изучения уровня безнадежности была применена «Шкала безнадежности Бека», результаты исследования приведены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты исследования по методике «Шкала безнадежности Бека» (А. Бек)

Кол-во испытуемых		Безнадежность не выявлена	Легкая безнадежность	Умеренная безнадежность	Тяжелая безнадежность
69	N	31	18	13	6
	%	45,59 %	26,47 %	19,12 %	9 %

Результаты исследования по методике «Шкала безнадежности Бека» свидетельствуют о том, что у большинства респондентов безнадежность не выявлена (45,59 %), у 26,47 % выявлена легкая степень безнадежности и 19,12 % имеют умеренную степень безнадежности, то есть негативного отношения к собственному предполагаемому будущему. Несмотря на то, что тяжелая степень отмечена только у 9 % участников, стоит отметить, что значительному числу студентов необходима психологическая помощь и

поддержка. Общие результаты по данной методике позволили сделать вывод об общем уровне выраженности негативного отношения к собственному предполагаемому будущему у студентов факультета психологии и педагогики.

С целью изучения вопроса взаимосвязи дистресса и уровня суицидального риска был проведен корреляционный анализ и рассчитан коэффициент корреляции по Спирмену. Корреляционный анализ взаимосвязи уровня стресса и уровня безнадежности показал статистически достоверную взаимосвязь. Коэффициент корреляции по Спирмену (r) составил $r = 0,509$ при критическом значении $0,27$ на уровне $0,01$ и критическом значении $0,21$ на уровне $0,05$ что говорит о прямой взаимосвязи между параметрами. Можно сделать вывод о том, что уровень стресса влияет на развитие суицидального риска, поскольку людям в таком состоянии труднее ясно мыслить и справляться с проблемами, возникающими в повседневной жизни. Длительное сохранение состояния перегрузки, в данном случае стресса, в конечном итоге приводит к нарушениям психического здоровья или возникновению заболеваний.

Коэффициент корреляции по Спирмену в шкале безнадежность и тревога составил $r = 0,587$ при критическом значении $0,27$ на уровне $0,01$ и критическом значении $0,21$ на уровне $0,05$, что говорит о прямой взаимосвязи между параметрами. Результаты исследования показали, что депрессия и тревога значительно коррелируют: $r = 0,773$ при критическом значении $0,27$ на уровне $0,01$ и критическом значении $0,21$ на уровне $0,05$, а это означает, что многие люди, страдающие депрессией, также испытывают тревогу.

В конечном счете наши результаты свидетельствуют о важности рассмотрения симптомов тревоги как факторов риска суицидальных наклонностей. Это очень важно, поскольку наше исследование показало, что тревога усугубляет суицидальный риск, когда она добавляется к депрессии, и, возможно, тревога сама по себе также может быть индикатором суицидального риска. В. Н. Кунцына отмечает, что беспокойная обстановка, стрессы и депрессивные настроения являются причиной существенного снижения знаний и способности адекватной оценки ситуации, выбора эффективной модели поведения [3].

Таким образом, значительное число молодых людей, обучающихся на факультете психологии и педагогики находятся в зоне суицидального риска. Существует необходимость повышения самооценки молодых людей, обучения их выработке стратегий преодоления конфликтных ситуаций, обучение взаимодействию с другими людьми, повышение мотивации к достижению цели.

Литература

1 Синельникова, Е. С. Смыслоразностные ориентации и саморегуляция как психологические корреляты конструктивного совладания со стрессом в юношеском возрасте / Е. С. Синельникова, П. А. Удовиченко // Вестник Санкт-Петербургского гос. ун-та. – Санкт-Петербург, 2023. – № 1. – С. 79–89.

2 Куралёва, О. О. Стресс и депрессия в современном мире / О. О. Куралева, В. А. Лушников // Вестник Астраханского гос. архитектурно-строительного ун-та, 2020. – № 3 – С. 55–56.

3 Розанов, В. А. Стресс и суицидальные мысли у подростков / В. А. Розанов, А. И. Уханова, А. С. Волканова, А. С. Рахимкулова, А. Пизарро, Б. В. Бирон // Изв. вузов. Суицидология. – Одесса, 2016. – № 3. – С. 20–32.

4 Вержицкая, Е. Н. Взаимосвязь склонности к суицидальному поведению с копинг-стратегиями у молодежи / Е. Н. Вержицкая, С. В. Полилов // Международный журнал гуманитарных и транспортных наук. – Новокузнецк, 2021. – № 5. – С. 128–133.