

СООТНОШЕНИЕ ДЕПРЕССИВНОЙ СИМПТОМАТИКИ, КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ЛОКУСА КОНТРОЛЯ У СТУДЕНТОВ

В 2017 г. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) провела исследование, по результатам которого в Республике Беларусь был выявлен уровень депрессии у населения 5,6 процента от всего населения страны. В России депрессия выявляется у 5,5 процентов населения страны [3]. ВОЗ сравнивает депрессию с эпидемией, охватившей все человечество. Распространенность депрессий в популяции составляет 350 миллионов населения планеты. Число страдающих депрессивным расстройством растет, и по прогнозам к 2020 г. будет первой причиной потери трудоспособности населения и выйдет на первое место в мире среди всех заболеваний, опережая инфекционные, сердечно-сосудистые заболевания [1; 2].

Результаты исследований, проведенных в различных странах, с различным уровнем жизни, и культуры, показывают, что большинство студентов страдают от депрессии, тревоги и стресса. У студентов обоих полов наблюдается повышенная плаксивость, нарушения в пищевых привычках, желание уединиться и минимально контактировать с внешним миром, повышенная агрессия. Кроме этого наблюдаются постоянные пропуски занятий и повышенный интерес к алкоголю, и наркотическим веществам.

В совладании со стрессовыми ситуациями важную роль играют копинг-стратегии, которые представляют собой осознанно организованное поведение, нацеленное на преодоление стрессовой ситуации и разрешение появившейся трудности. Выбор тех или иных стратегий совладания, а также уровень успешности их применения в конкретной ситуации находятся в зависимости от множества факторов.

В эмпирическом исследовании, проведенном Назаровой М. В. и Маруненко А. А., добровольно приняли участие 68 студентов «Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины». Выборку составили студенты биологического, психологического, физического и математического факультетов.

Для изучения применяемых студентами копинг-стратегий была использована методика Д. Амирхана «Индикатор копинг-стратегий»; для изучения депрессии Шкала депрессии Бека (Beck Depression Inventory), для изучения уровня субъективного контроля – опросник субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера (адаптация Бажин Е. Ф., Голынкина С. А., Эткинд А. М.).

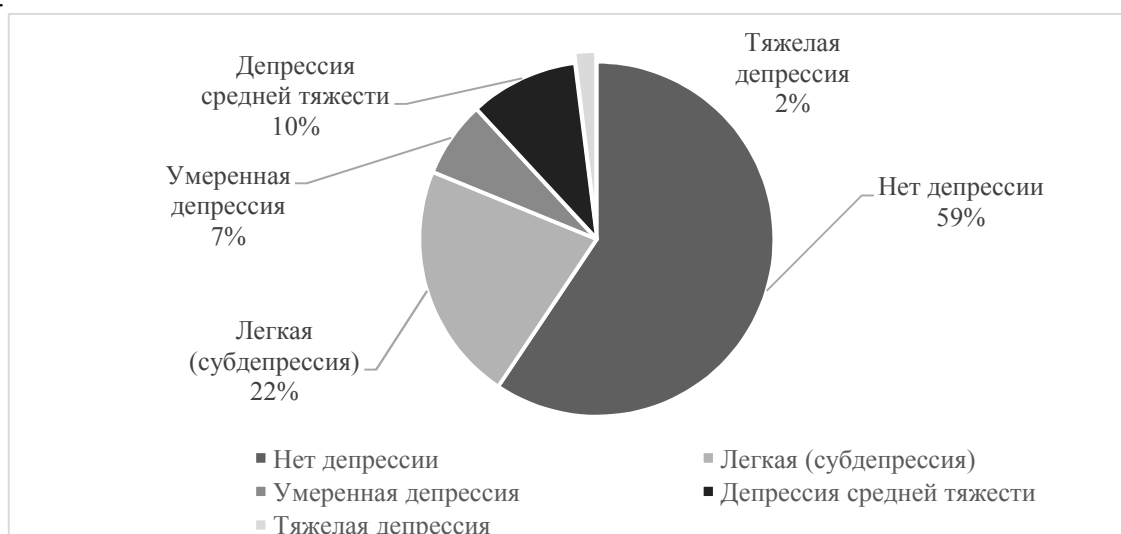


Рисунок 1 – Показатели депрессии по шкале депрессии Бека у студентов вуза

По результату исследования у большинства опрошенных студентов (у 60 %) депрессивных симптомов обнаружено не было. Однако у 40 % испытуемых были выявлены

симптомы депрессии от легкой выраженности, до симптомов тяжелой депрессии. Для них может быть характерно ухудшение настроения, снижение работоспособности и пессимистическим взглядом на происходящее, возникновение суицидальных мыслей, бессонница. Эту часть испытуемых можно отнести к группе риска.

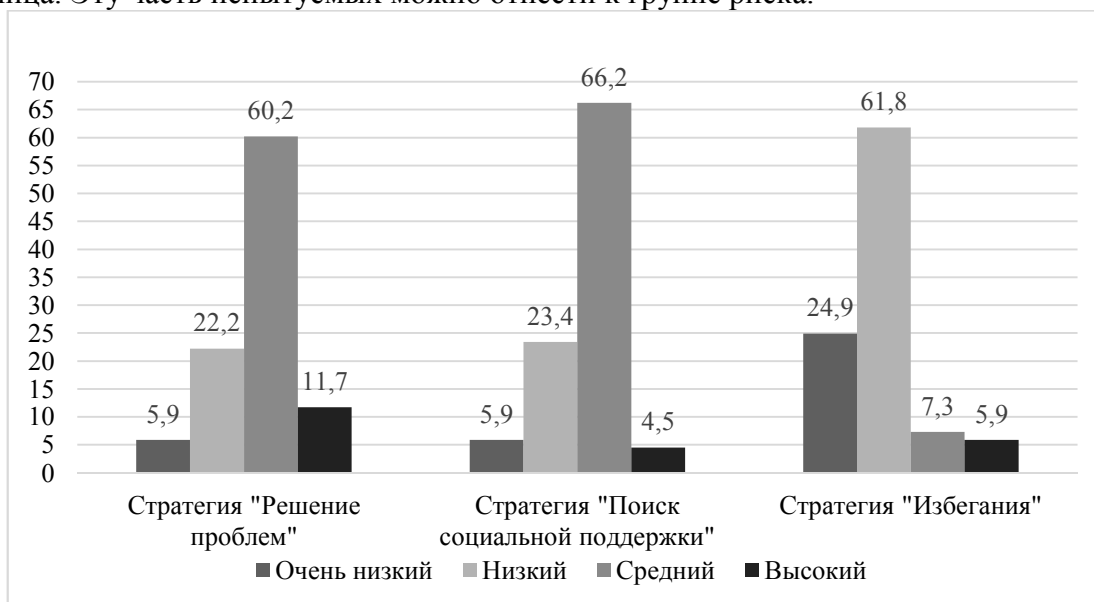


Рисунок 2 – Результаты опроса по методике индикатор копинг-стратегий Д. Амирхана у студентов вуза

Наиболее предпочтительные стратегии совладания среди опрошенных студентов – стратегии «Разрешения проблем» и «Поиск социальной поддержки». Стратегия, которой опрошенные студенты отдают наименьшее предпочтение является стратегия «Избегания». Это означает, что в основном студенты стремятся активно разрешать свои проблемы различными путями, нежели их избегать.

Корреляционный анализ по Спирмену показал, что существует взаимосвязь между параметрами «уровень депрессивной симптоматики» и копинг-стратегией «избегание» ($r = 0,249$ при $p=0,040$). Это означает что лица, предпочитающие использовать стратегию «избегания» как способ разрешения стрессовой ситуации, пытаются отвлечься от проблем, обнаруживают более высокие значения депрессивной симптоматики, которые могут выражаться в ненависти к себе, чувстве собственной вины, низкой самооценке.

По данным Эмировой Э. Р. большинство студентов во время сессии предпочитают избегать проблемы, дистанцироваться, чем разрешать их [3]. Вероятно, в сессионный период можно обнаружить и рост депрессивной симптоматики у студентов, как реакцию на стресс.

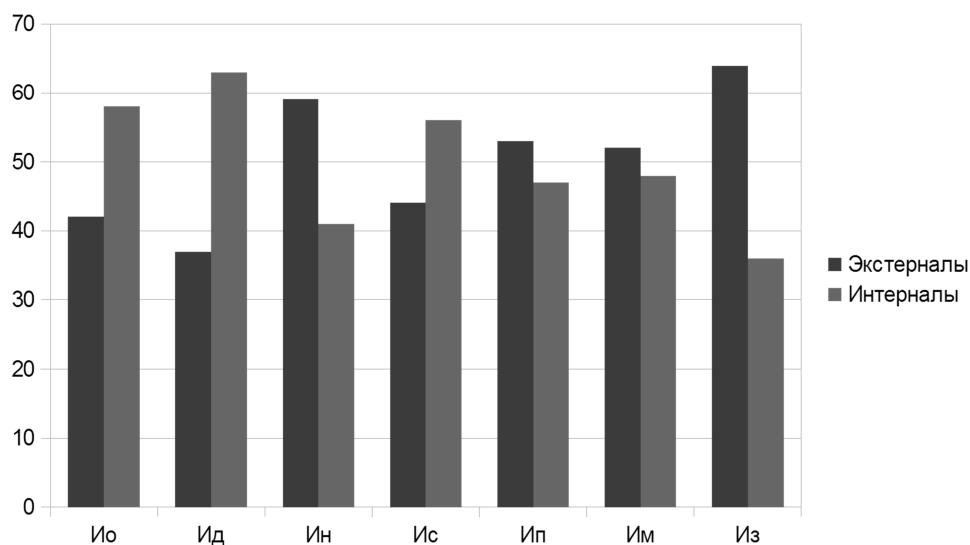


Рисунок 3 – Показатели субшкал опросника УСК (%)

Изучение локуса контроля студентов вуза, показало, что по шкале общей интернальности (Ио) 41 % испытуемых (28 человек) имеют экстернальный тип локуса контроля, а 59 % испытуемых (40 человек) имеют интернальный тип локуса контроля.

По шкале интернальности в области достижений (Ид) 43 % испытуемых (29 человек) имеют экстернальный тип локуса контроля, а интернальный тип присущ 57 % испытуемых (39 человек). По шкале интернальности в области неудач (Ин) ненамного преобладает количество испытуемых с экстернальным типом локуса контроля. Их количество составляет 51 % (35 человек) к 49 % (33 человека) с интернальным типом локуса контроля. По шкале интернальности в области семейных отношений (Ис) количество испытуемых с экстернальным типом локуса контроля и количество испытуемых с интернальным типом локуса контроля одинаково, по 50 % (34 человека).

По данным нашего исследования корреляционный анализ взаимосвязи уровня интернальности и проявлений депрессии показал достоверную связь со шкалой уровня интернальности в области межличностных отношений ($r=-0.241$ при $p<0.05$), в области производственных отношений ($r=-0.277$ при $p<0.01$), а также в области здоровья и болезни ($r=-0.193$ при $p<0.05$). Это говорит о том, что низкий уровень интернальности в области межличностных отношений, производственных отношений, в области здоровья и болезни обуславливает высокие значения показателя депрессивной симптоматики.

Таким образом, предпочтение стратегии избегания проблем повышает риск развития депрессивной симптоматики у студентов; внешний локус контроля (низкий уровень интернальности) в области межличностных, производственных отношений, в отношении к своему здоровью способствует высокому восприятию стресса и увеличению вероятности развития депрессивных симптомов у студентов.

Список литературы

1. Всемирная организация здравоохранения / Информационный бюллетень № 369, Апрель 2017.
2. Психиатрия: национальное руководство / В. Н. Краснова, Н. Г. Незнанова, В. Я. Семке, А. С. Тиганова; под ред. Т. Б. Дмитриевой. М.: ГЭОТР–Медиа, 2013. 624 с.
3. *Эмирова Э. Р.* Особенности копинг-стратегий у лиц с различной устойчивостью к стрессу (на примере студентов РЭУ имени Плеханова) : автореф. дис. ...магистр. психол. наук: 030300.68. М., 2015. 14 с.