

## СРАВНИТЕЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЫРАЖЕННОСТИ ДЕПРЕССИИ У СТАРШЕКЛАСНИКОВ И СТУДЕНТОВ ВУЗА

### COMPARATIVE STUDY OF THE SEVERITY OF DEPRESSION IN HIGH SCHOOL STUDENTS AND UNIVERSITY STUDENTS

*L. Bukhlina  
M. Tigonova*

*Summary:* The article presents the results of a study of the severity of depression, its structure, and the manifestation of one of the structural components – a sense of hopelessness – in students of the 11th grade of secondary school and university students of different courses of study; comparative empirical data of depression severity and by samples of young men and girls are given; attention is drawn to the need for psychological work with students with signs of subdepression for the prevention of suicide.

*Keywords:* depression, subdepression, components of depression, a sense of hopelessness, adolescence.

*Бухлина Лариса Юрьевна*

*к.псих.н., доцент, Пензенский государственный университет  
layr111@mail.ru*

*Тигунова Милана Сергеевна*

*ассистент, Пензенский государственный университет»  
milana.tigonova@mail.ru*

*Аннотация:* В статье предлагаются результаты исследования выраженности депрессии, ее структуры, и проявления одного из структурных компонентов – чувства безнадежности – у обучающихся 11 класса общеобразовательной школы и студентов вуза разных курсов обучения; приводятся сравнительные эмпирические данные выраженности депрессии и по выборкам юношей и девушек; обращается внимание на необходимость психологической работы с обучающимися, имеющими признаки субдепрессии, для профилактики суицида.

*Ключевые слова:* депрессия, субдепрессия, компоненты депрессии, чувство безнадежности, юношеский возраст.

Необходимость решения возрастных психологических и социальных проблем приводит к возникновению у ряда лиц юношеского возраста аффективных нарушений, в частности, депрессивных расстройств. Известно, что депрессия входит в симптоматическое ядро пресуцидного синдрома, поэтому всестороннее исследование этого важнейшего предиктора играет важную роль в остро стоящей перед педагогами школ, ссузов и вузов необходимости профилактики суицида в подростковой и молодежной среде.

Депрессию (от лат. depressio – подавление, угнетение) в современной психологии трактуют как психическое расстройство, проявляющееся в снижении настроения и ангедонии (неспособности получать удовольствие). К дополнительным вариативным симптомам относят: пессимистическую оценку себя и мира, снижение физической активности, нарушение концентрации внимания, расстройства сна и аппетита, суицидальные тенденции. Классическая структура депрессии представляет собой «депрессивную триаду» – тимический, идеаторный и моторный компоненты [1; 2], имеющие некоторую специфику в юношеском возрасте. Показано, что тимический компонент юношеских депрессий проявляется в апатичности, дисфории, тревожности, тоскливости; идеаторные нарушения (трудность усвоения информации, сужение объема восприятия, нарушение различных процессов внимания, снижение объема оперативной памяти, замедление темпа мыслительных

процессов, снижение речевой продуктивности) в юности часто дополняются ценностно-смысловыми проблемами с доминированием идей о неизбежности смерти, бессмысленности существования, вплоть до идеи самоуничтожения; моторный компонент (снижение активности, заторможенность) довольно редко диагностируется у юношей, однако могут иметь место инверсия режима сна и бодрствования, повышенная сонливость, различные соматовегетативные проявления, нарушения аппетита [3, с. 106-108].

Н.В. Зверева и соавторы выделяют 9 типов юношеских депрессий, различающихся акцентной симптоматикой [3, с. 109], что в очередной раз актуализирует проблему индивидуального подхода в профессиональной деятельности, связанной с лицами юношеского возраста. Т.В. Владимирова отмечает противоречивость результатов исследований юношеских депрессий – одни подчеркивают неблагоприятный прогноз этих состояний, другие оценивают его оптимистично и указывают на значительную частоту полного выздоровления после перенесенных в юности эндогенных депрессий [9, с. 25-26].

В предпринятом нами эмпирическом исследовании сравнивались показатели выраженности депрессии, ее структуры и проявления одного из структурных компонентов – чувства безнадежности – у обучающихся старших классов общеобразовательной школы и студентов вуза. Методическим арсеналом исследования

послужили «Шкала депрессии» А. Бека и его же «Шкала безнадежности». В модели А. Бека главной психологической причиной депрессии считаются дисфункции мышления, составляющие когнитивную триаду: негативные базисные убеждения относительно собственного «Я», окружающего мира и негативный взгляд на будущее. Негативные базисные убеждения возникают вследствие искажений мышления и проявляются в когнитивных ошибках: в произвольности умозаключений, сверхобобщении, поляризованном («черно-белом») мышлении, персонализации и др. [5, с. 82].

В исследовании участвовали 72 учащихся 11-х классов (42 девушки и 30 юношей) и 90 студентов ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет» 1, 2 и 4 курсов направлений подготовки «Психология» и «Психолого-педагогическое образование» (68 девушки и 22 юноши).

В целом по всей выборке средний показатель (7,82) свидетельствует об отсутствии депрессии. Тот же вывод можно сделать при дифференцировании результатов по половой принадлежности испытуемых: у девушек – 8,07, у юношей – 7,86. Статистических различий в выраженности депрессии между ними не обнаружено ( $t_{эмп} = 0,7$  при  $p \leq 0,05$ ). На отсутствии различий могло сказаться меньшее количество юношей в выборке.

Сравнение школьников и студентов выявило более высокий уровень депрессии у студентов (10,31 против 5,33, различия подтверждены ( $t_{эмп} = 3,18$  при  $p \leq 0,01$ ). При этом показатель студентов находится на уровне легкой депрессии (субдепрессии), что характеризуется сниженным настроением и спадом активности, эмоциональным дискомфортом, но чаще не мешает заниматься основной деятельностью [6, с. 189]. Принято, однако, включать данный круг лиц в группу риска развития

более тяжелых форм депрессии. Средний показатель школьников указывает на отсутствие депрессивной симптоматики.

Показатели выраженности депрессии у девушек-школьниц и девушек-студенток отличаются в средних значениях (выше у студенток), но статистически различия не подтверждены –  $t_{эмп} = 1,82$  при  $p \leq 0,05$ . Другая картина при сравнении юношей – школьников и студентов: показатель первых достоверно меньше –  $t_{эмп} = 2,78$  при  $p \leq 0,05$ . Экстраполировать эти результаты затруднительно из-за малочисленности выборки юношей.

Сравнение общих показателей депрессии у девушек и юношей в школьной выборке в ходе математической обработки не обнаружили различий ( $t_{эмп} = 1,22$  при  $p \leq 0,05$ ). В группе испытуемых-студентов чуть более «депрессивными» оказались юноши (11,73 против 9,85 у девушек), но достоверных различий нет ( $t_{эмп} = 0,71$  при  $p \leq 0,05$ ).

Результаты процентного соотношения школьников и студентов с разной степенью выраженности депрессии представлены в таблицах 1,2.

Более 3/4 школьников не имеют признаков депрессии, причем юношей с отсутствием депрессии больше (единичные случаи умеренной и тяжелой депрессии зафиксированы тоже у девушек), что подтверждает многочисленные данные о преобладании случаев депрессии у лиц женского пола.

Депрессия не выявлена у чуть более половины студентов, при этом в подгруппе девушек этот показатель выше (61,8%), чем у юношей (45,4%). Выраженная депрессия, или депрессия средней тяжести, представлена обычно 4-5 симптомами. Такой уровень депрессии чаще

Таблица 1.

Выраженность депрессии у школьников (в %)

	Уровни выраженности депрессии			
	Отсутствие симптомов	Легкая депрессия	Умеренная депрессия	Тяжелая депрессия
Вся группа	77,8	16,6	2,8	2,8
Девушки	71,4	19,0	4,8	4,8
Юноши	86,7	13,3	0,0	0,0

Таблица 2.

Выраженность депрессии у студентов (в %)

	Уровни выраженности депрессии				
	Отсутствие симптомов	Легкая депрессия	Умеренная депрессия	Депрессия ср. тяжести	Тяжелая депрессия
Вся группа	57,8	22,2	2,2	13,4	4,4
Девушки	61,8	20,6	2,9	11,8	2,9
Юноши	45,4	27,3	0,0	18,2	9,1

фиксируется у юношей по сравнению с девушками, хотя статистически различия не подтверждены. Выявлено 2 случая депрессии в тяжелой степени – у 1-ой девушки и 1-го юноши (разница в процентах обусловлена меньшим количеством испытуемых-юношей).

Интересна картина выраженности депрессии у студентов в зависимости от курса обучения. По «Шкале депрессии» А. Бека результаты можно трактовать как отсутствие депрессии в целом в выборках 1-го (8,67) и 4-го (9,31) курсов, легкую депрессию – в выборке 2-го курса (13,19). Значимых различий между выборками не обнаружено ( $H_{эмп} = 0,16$  при  $p \leq 0,05$ ). Большой средний балл выраженности депрессии среди второкурсников, возможно, связан с такой особенностью этой группы как вторая попытка получения высшего образования (31,3% студентов этого курса ранее начинали учиться на других специальностях, но были разочарованы). Возможно, их завышенные ожидания от обучения по направлению «Психология» также не оправдались. Можно также с осторожностью предположить, что «кризис 3-го курса», хорошо известный в педагогической психологии в предыдущие десятилетия в отношении студентов специалитета, сместился (возможно, из-за уменьшения сроков обучения) в условиях бакалавриата на 2 курс.

«Шкала депрессии» во взрослом варианте предусматривает также различие показателей когнитивно-аффективных и соматических проявлений депрессии, что и было сделано на выборке студентов. Показатели когнитивно-аффективных проявлений депрессии у студентов (7,28) достоверно выше ( $t_{эмп} = 4,10$  при  $p \leq 0,05$ ) по сравнению с показателями соматических проявлений (3,52), т.е. выражены по большей части идеаторный и тимический компоненты депрессии, что согласуется с возрастными особенностями: юность – период эмоционально-идеаторного нервно-психического реагирования на различные стрессовые факторы [3, с. 49]. Достоверных различий между девушками и юношами в выраженности идеаторных и тимических проявлений не выявлено ( $t_{эмп} = 0,40$  при  $p \leq 0,05$ ), так же, как и в выраженности соматических проявлений ( $t_{эмп} = 1,00$  при  $p \leq 0,05$ ).

Преобладание показателей когнитивно-аффективных компонентов депрессии, по-видимому, связано с тем, что юность является относительно «здоровым» периодом онтогенеза по сравнению с предыдущими и последующими этапами, что на субъективном уровне проявляется у большинства юных людей в низком уровне «самоозабоченности», пренебрежении к возможным соматическим проблемам [7, с. 422]. Нельзя исключать также влияние специфики психологического образования на студентов, актуализирующей рефлексивные процессы. Статистических различий показателей когнитивно-аффективных и соматических проявлений депрессии между группами студентов разных курсов обучения не

обнаружено. Наибольшие значения по обеим субшкалам приходятся на студентов 2-го курса, что вполне согласуется с превышением их показателя по общему уровню выраженности депрессии.

«Шкала депрессии» А. Бека позволяет также провести более детальный анализ (21 компонент) выраженности симптоматики депрессии. Анализ показал, что в целом по студенческой выборке наибольшими оказались показатели (в баллах): «Трудности в работе» (1,00), «Пессимизм» (0,90), «Утомляемость» (0,71); наименее выраженными – «Потеря в весе» (0,13), «Озабоченность состоянием здоровья» (0,16), «Плаксивость» (0,32). Таким образом, подтверждается низкий уровень субъективного отражения соматической симптоматики депрессии. Сравнение групп по полу также подтверждает этот тезис: в группе девушек-студенток к наименее выраженным симптомам, кроме названных в отношении всей выборки, прибавился «Потеря аппетита» (0,29).

В мужской части выборки наибольшие баллы набрали, кроме названных «Трудности в работе» (1,30) и «Пессимизм» (0,90), также «Ощущение неведущести», «Неудовлетворенность собой», «Чувство социальной отчужденности», «Утомляемость» (по 0,80 баллов). Эти по большей части когнитивные компоненты депрессии у юношей из студенческой выборки фиксировались чаще, чем у девушек. Можно предположить их взаимодействующую детерминацию: трудности в работе провоцируют мысли о собственной неведущести, неудовлетворенность собой, пессимистическое настроение и, как следствие, чувство отчужденности от социума. Так же, как у девушек, в мужской выборке очень низкие показатели симптоматики депрессии, связанной с внутренним состоянием организма. Статистический анализ результатов не обнаружил достоверных различий по подавляющему большинству параметров. На уровне тенденции обнаружены различия по параметру «Неудовлетворенность собой» ( $t_{эмп} = 2,10$  при  $t_{кр} = 2,05$  ( $p \leq 0,05$ ) и  $2,76$  ( $p \leq 0,01$ )) – среднегрупповое значение выше у юношей.

Достоверность различий при сравнении группы студентов, у которых была выявлена какая-то степень выраженности депрессии, и группы без признаков депрессии была получена по параметрам «Утомляемость» ( $t_{эмп} = 4,81$ ), «Неудовлетворенность собой» ( $t_{эмп} = 4,73$ ), «Трудности в работе» ( $t_{эмп} = 4,43$ ), «Печаль» ( $t_{эмп} = 4,32$ ), «Нерешительность» ( $t_{эмп} = 4,1$ ), «Ощущение неведущести» ( $t_{эмп} = 3,78$ ), «Самоотрицание» ( $t_{эмп} = 3,41$ ), «Дисморфобия» ( $t_{эмп} = 3,11$ ). Можно заключить, что именно эти характеристики депрессивного состояния являются «симптоматическим ядром» в переживании депрессии (чаще – субдепрессии) у студентов, принявших участие в диагностических процедурах.

В целом по результатам, полученным по методике

«Шкала депрессии» А. Бека, можно сделать выводы о большей выраженности депрессии в студенческой выборке, по сравнению со школьниками (77,8% испытуемых школьной выборки – лица без депрессии), при этом чаще у студентов выявлялась депрессия в легкой степени; в выборке студентов преобладающими являются когнитивно-аффективные проявления депрессии, причем юношам неудовлетворенность собой характерна больше, чем для девушкам; обнаружен большой средний балл выраженности депрессии среди 2-курсников, по сравнению со студентами 1-го и 4-го курсов.

Далее представлены данные по второй методике – «Шкала безнадежности» А. Бека, который трактует безнадежность как систему когнитивных схем, общим признаком для которых является негативная окраска ожиданий относительно ближайшего и отдаленного будущего [10].

В таблице 3 представлены результаты по выраженности чувства безнадежности в двух сравниваемых эмпирических выборках.

Показатель по выборке в целом (3,81) свидетельствует об отсутствии чувства безнадежности, однако видно, что среднее значение в группе юношей выше. Это значение позволяет говорить о чувстве безнадежности «в легкой степени», что проявляется, прежде всего, в туманных представлениях о собственном будущем. Различий по полу, однако, не обнаружено ( $t_{эмп} = 1,61$  при  $p \leq 0,05$ ). Нет достоверных различий также между школьниками и студентами ( $t_{эмп} = 0,82$  при  $p \leq 0,05$ ).

Отдельно в выборке старшеклассников средний показатель также свидетельствует о наличии «легкой безнадежности», что в первую очередь можно связать с актуальным жизненным контекстом – необходимость профессионального самоопределения и процедура ЕГЭ. Хотя достоверных различий в значениях чувства безнадежности между полами в школьной выборке не выявлено ( $t_{эмп} = 0,73$  при  $p \leq 0,05$ ), у юношей он выше.

Подсчет Т-критерия не подтвердил различий и по другим параметрам сравнения: девушек-студенток и юношей-студентов; девушек-студенток и девушек-школьниц; юношей – студентов и школьников.

Проводился также анализ результатов по такому

вектору сравнения, как выраженность когнитивно-аффективных проявлений депрессии (результаты представлены выше) и выраженность чувства безнадежности в студенческой выборке. Подтверждено, что среди тех, у кого в той или иной степени выявлено чувство безнадежности, достоверно выше ( $t_{эмп} = 2,71$ ) показатель когнитивно-аффективных проявлений депрессии, при этом ярче это проявилось у юношей.

В таблице 8 содержатся показатели выраженности чувства безнадежности студентов разных курсов обучения.

Значимых различий между студентами трех курсов нет ( $H_{эмп} = 0,29$  при  $p \leq 0,05$ ), хотя, если средний показатель 1-го курса (2,83) трактуется, в соответствии с методикой А. Бека, как «отсутствие чувства безнадежности», в группах студентов 2-го (4,56) и 4-го (3,29) курсов средние показатели попадают уже в зону «легкой безнадежности». Очевидный скачок выраженности чувства безнадежности у студентов 2 курса (у них, как было показано выше, и наибольшее среднее значение общего показателя выраженности депрессии) гипотетически объясняется выше описанной отличительной характеристикой этой группы студентов. Понятно, что нельзя переносить эти результаты на характеристику всей генеральной совокупности. Что касается студентов 4 курса, то их «легкая безнадежность» может объясняться ситуацией неопределенности в связи с будущим трудоустройством и изменением жизненного регламента после окончания вуза.

Таким образом, по второй методике А. Бека можно сделать вывод, что как для школьников, так и для студентов в целом не характерно чувство безнадежности. Несколько чаще юноши из двух названных выборок демонстрируют легкую степень его выраженности, так же, как когнитивно-аффективные проявления депрессии, по сравнению с девушками. Объяснение этому обстоятельству, возможно, лежит в области гендерных стереотипов, в рамках которых в российском обществе по-прежнему ожидается большой уровень социальных достижений, карьерных успехов от лиц мужского пола. У юношей 11-го класса могут обостряться опасения не соответствовать этим ожиданиям на этапе ЕГЭ и при выборе профессии, который не гарантирует возможность

Таблица 3.

Выраженность чувства безнадежности (средние значения)

	Показатель безнадежности		
	Вся выборка	Школьники	Студенты
Вся выборка	3,81	4,06	3,62
Девушки	3,38	3,71	3,18
Юноши	4,73	4,53	5,00

тех самых социальных достижений. Соответственно, на этом основании актуализируются когнитивно-аффективные проявления депрессии и чувство безнадежности, в частности. У юношей-студентов эти проявления могут усугубляться сомнениями в профессиональном выборе и неблагоприятным прогнозом, связанным с трудоустройством.

Выводы по результатам проведенного локального исследования:

- у примерно 1/5 части выборки старшеклассников и 2/5 выборки студентов выявляется депрессивное состояние разной степени выраженности (чаще субдепрессия);
- более выражена депрессия у девушек-школьниц, по сравнению с юношами, и, наоборот, – у юношей-студентов по сравнению с девушками;
- более выражены в студенческой выборке когнитивно-аффективные проявления депрессии (пессимизм, трудности в работе и утомляемость), по сравнению с соматическими;
- юношам-студентам, вне зависимости от наличия или отсутствия у них депрессии, неудовлетворенность собой характерна больше, чем девушкам;
- обнаружен большой средний балл выраженности депрессии среди 2-курсников, по сравнению со студентами 1-го и 4-го курсов;

- в целом для выборки не характерно чувство безнадежности, но среднее значение в группе юношей выше как в школьной, так и в студенческой выборках;
- показатель чувства безнадежности у школьников на уровне средних значений несколько превышает таковой у студентов;
- средние показатели чувства безнадежности студентов 2-го и 4-го курсов выше, чем в группе 1-курсников, и попадают в зону «легкой безнадежности».

Результаты исследования могут представлять интерес для педагогов и психологов, работающих с юношеством. Ими должно быть осознанно, что отсутствие психологической работы с людьми, у которых имеются признаки субдепрессии, влечет за собой дальнейшие деструктивные изменения психики и может привести к серьезным негативным последствиям. В науке доказана связь между выраженностью чувства безнадежности и возникновением депрессии. Поэтому лица с «легкой безнадежностью» также относятся к группе суицидального риска. Депрессия – это единственное состояние, которое влечет за собой огромное количество непредвиденных смертей, поэтому самый эффективный способ предупреждения самоубийств – это раннее выявление и своевременное лечение депрессий [4, 8].

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бек А., Раш А., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. – СПб.: Питер, 2013. – 232 с.
2. Бунькова К.М. Депрессии и неврозы / Под ред. М. А. Кинкулькиной. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 176 с.
3. Зверева Н.В., Казьмина О.Ю., Каримулина Е.Г. Патопсихология детского и юношеского возраста: Учебное пособие для вузов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2020. – 222 с.
4. Макферсон Л., Моро Д., Вейссман М., Клерман Д. Подросток и депрессия. Межличностная психотерапия / Пер. с англ. – М.: ЭКСМО, 2003. – 315 с.
5. Падун М.А. Когнитивный стиль и депрессия // Экспериментальная психология. – 2009. – Том 2. – № 4. – С. 81-90. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=13078606> (дата обращения: 26.08.2021).
6. Перре М., Бауманн У. Клиническая психология. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2012. – 960 с.
7. Рошупкина Д.В. Депрессия, тревога и стресс – бич студентов 21 века // Наука в современном мире: вопросы теории и практики: материалы Международной (заочной) научно-практической конференции (София, 15 июня 2018 г.). – Нефтекамск: Научно-издательский центр «Мир науки», 2018. – С. 419-425.
8. Семакина Н.В., Злоказова М.В. Скрининг диагностика доклинических форм депрессий у старших школьников // Клинико-биологические, психологические и социальные аспекты психических расстройств у детей и подростков: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16 февраля 2018 г.). – М.: ФГБНУ НЦПЗ. 2018. – С. 173-175.
9. Цуцельковская М.Я., Копейко Г.И., Олейчик И.В., Владимиров Т.В. Роль психобиологических характеристик юношеского возраста в формировании клинической картины депрессий и особенностях терапии // Психиатрия. – 2003. – № 5(5). – С. 21-28. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18758271> (дата обращения: 26.08.2021).
10. Шкала безнадежности Бека. – URL: [https://psylab.info/Шкала\\_безнадежности\\_Бека](https://psylab.info/Шкала_безнадежности_Бека) (дата обращения: 05.04.2021).

© Бухлина Лариса Юрьевна (layr11@mail.ru), Тигунова Милана Сергеевна (milana.tigunova@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»