

УДК 59.922.6-057.875:616.8-008.64

ВЗАИМОСВЯЗИ НАДЕЖДЫ И БЕЗНАДЕЖНОСТИ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ ДЕПРЕССИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Ю.Д. ОЛЕНЧЕНКО, д-р психол. наук, доц. И.Н. АНДРЕЕВА
(Полоцкий государственный университет)

Представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи надежды/безнадежности с показателями депрессии у студентов. Для сбора эмпирического материала использовались опросники «Шкала надежды и безнадежности» А.А. Горбаткова и «Шкала депрессии» А.Т. Бека, для обработки данных – факторный анализ. Выявлено, что студенты с низким уровнем надежды характеризуются пессимизмом, неудовлетворенностью собой, ощущением наказания, самоотрицанием, самообвинением, суицидальными мыслями, угнетенностью.

Ключевые слова: надежда, безнадежность, депрессия.

Введение. В современной психологической науке нет единого понимания и определения надежды. В поведенческой психологии надежда понимается как способность действовать ради достижения блага, в экзистенциальной – как элемент жизни, зависящий от определенных жизненных событий, в когнитивной – как позитивное осознанное ожидание наступления желаемых событий. Отечественные психологи интерпретируют надежду как ценностную ориентацию (Г.В. Дьяконов) [1], эмоциональное состояние (А.А. Горбатков) [2], мотивационное состояние (Е.П. Ильин) [3], ресурсное состояние человека, которое дает жизненные силы и энергию для реализации жизненных перспектив (Т.А. Климонтова) [4]. Поскольку в каждом из определений надежды акцентируется только одна ее составляющая, наиболее убедительной представляется интерпретация надежды как интегрального образования, в структуру которого входят эмоционально-оценочный, когнитивный и мотивационно-поведенческий компоненты [5]. Онтологический подход к надежде, интегрируя все ее компоненты, позволяет рассматривать ее как «системное духовное качество, репрезентирующее одновременно и чувственную, и рациональную, и деятельностную сторону мироотношения человека» [6, с. 23].

Если человек осознает несбыточность надежды, то это осознание способствует переживанию безнадежности, которая понимается как «утверждение безвыходности ситуации, убежденность в невозможности реализации желаний, отказ от каких-либо ожиданий, чего-то позитивного в будущем» [7, с. 20]. В психотерапии безнадежность характеризуется как совокупность негативных представлений и мыслей о будущей жизни. В качестве последствий безнадежности приводятся суицидальное поведение, шизофрения, алкоголизм, депрессия [8], а также соматические заболевания [1, 10].

Потеря веры в себя является следствием апатии, вялости, безразличия человека. Пропадает способность анализировать, планировать события, находить иные способы решения трудностей. У людей появляется ощущение ограниченного контроля над событиями, приводящее к состоянию беспомощности, которой свойственны характерные симптомы – торможение попыток активного вмешательства в ситуацию, трудность последующего научения тому, что в подобных ситуациях действие приносит положительный эффект, чувство грусти, депрессии и подавленности.

Депрессия, как реакция на безнадежность, – часто встречающееся заболевание. У разных людей она проявляется по-разному: в виде дисбаланса в биохимии мозга и в психологическом дисбалансе при мышлении. Симптомы депрессии часто бывают запутанными и проявляются неоднозначно. Если человек понимает, в чем заключаются его проблемы, ему будет легче выбрать наилучший метод лечения. Психологи выделяют психологические и биологические симптомы депрессии, такие как грусть и отчаяние, низкая самооценка, апатия, межличностные проблемы, чувство вины, нарушения сна и аппетита, потеря сексуального влечения, резкая смена настроения, повышенная эмоциональная чувствительность [4].

Человек в депрессивном состоянии теряет способность действовать, несмотря на потребность достичь желаемого. Как отмечал И.П. Павлов, возникает ошибка желания с невозможностью его удовлетворения, что приводит к состоянию отчаяния.

В юношеском возрасте отмечается особенно большая частота манифестации депрессивных расстройств. Эти расстройства представлены преимущественно жалобами на падение «жизненного тонуса» или ощущением тягостного душевного дискомфорта [9]. Депрессивная оценка уже самой собственной личности и окружающего в этом возрасте легко перерастает в пессимистические абстрактные размышления о бессмысленности существования человеческой жизни, формируется депрессивное мировоззрение [10].

Депрессия может стать неизбежным следствием низкой самооценки, деструктивных психологических защит. Одним из главных переживаний при этом виде депрессии становится стыд перед потенциальными свидетелями краха; фобическое избегание межличностных контактов практикуется как основной способ защиты от него. В результате индивид лишается полезного опыта с соответствующими упущениями в развитии ресурсов Эго и утратой жизненных возможностей. Это порождает чувство бессилия в реализации желаний [7].

Цель исследования – изучить взаимосвязь показателей депрессии с надеждой и безнадежностью в юношеском возрасте.

Объект исследования – взаимосвязь надежды и безнадежности с показателями депрессии.

Предмет исследования – характер взаимосвязи надежды и безнадежности с показателями депрессии в юношеском возрасте.

Гипотеза исследования: существуют взаимосвязи показателей депрессии с надеждой и безнадежностью.

Выборка испытуемых составила 75 человек (из них 36 юношей и 39 девушек) – студенты Полоцкого государственного университета в возрасте от 17 до 24 лет ($M = 18,93$; $SD = 1,30$).

Методы исследования. В качестве эмпирического метода применялся метод опроса. Использовались следующие методики: «Шкала депрессии» А.Т. Бека, которая содержит в себе набор наиболее релевантных и значимых симптомов депрессии и наиболее часто предъявляемых пациентами жалоб [10], и «Шкала надежды и безнадежности» А.А. Горбаткова, преимуществом которой является ее двухмерное строение, т.е. она позволяет измерять надежду и безнадежность как относительно независимые друг от друга феномены, причем применима также и к студентам [2]. Для обработки данных использовался факторный анализ в рамках пакета компьютерных программ STATISTICA 8.0.

Результаты и их обсуждение. На первом этапе исследования были изучена выраженность надежды/безнадежности у студентов с учетом половых различий. Достоверных различий по показателям надежды и безнадежности между юношами и девушками не обнаружено ($p > 0,05$). В дальнейшем анализ результатов проводился без учета пола.

На втором этапе исследования факторному анализу были подвергнуты результаты, полученные по всей выборке в целом. Результаты исследования представлены в таблице.

Таблица. – Основные факторы и их нагрузки после вращения по методу варимакс (выборка в целом)

Фактор	% объясняемой дисперсии	Весовая нагрузка	Название переменной
4	0,122	-0,602	Надежда
		0,447	Пессимизм
		0,605	Неудовлетворенность собой
		0,688	Ощущение наказания
		0,783	Самоотрицание
		0,415	Самообвинение
		0,473	Суицидальные мысли
		0,443	Когнитивно-аффективная субшкала (угнетенность)

Как видно из таблицы, фактор 4 является фактором взаимосвязи надежды с показателями депрессии. Он описывается переменными со значительными положительными оценками нагрузок: «надежда», «пессимизм», «неудовлетворенность собой», «ощущение наказания», «самоотрицание», «самообвинение», «суицидальные мысли», «когнитивно-аффективная субшкала». Согласно результатам исследования студентам с низким уровнем надежды свойственен пессимизм, неудовлетворенность собой, ощущение наказания, самоотрицание, самообвинение, суицидальные мысли, угнетенность.

Полученные результаты соответствуют представлениям ряда авторов о последствиях отсутствия надежды и безнадежности. Так, А. Бек, рассматривая взаимосвязь компонентов депрессии и безнадежности, полагал, что безнадежный человек характеризуется неудовлетворенностью собой и пессимизмом, а также плаксивостью, раздражительностью, самообвинением [10]. По мнению Э. Фромма, чувство безнадежности напрямую связано с таким компонентом депрессии, как суицидальные мысли. Он считал, что именно безнадежность может быть причиной суицидальных намерений, а не депрессия [11]. С. Кьеркегор определял отношение характеристик депрессии и безнадежности через пессимизм или негативные ожидания [12]. Своим исследованием мы частично подтвердили выводы А. Бека и Э. Фромма.

Заключение. Таким образом, гипотеза о взаимосвязи надежды/безнадежности и показателей депрессии подтвердилась. Индивид юношеского возраста с низким уровнем надежды характеризуется

такими компонентами депрессии, как пессимизм, неудовлетворенность собой, ощущение наказания, самоотрицание, самообвинение, суицидальные мысли, угнетенность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вершинин, С.Е. Жизнь – это надежда. Введение в философию Эрнста Блоха / С.Е. Вершинин. – Екатеринбург : Гуманитар. ун-т, 2001. – 293 с.
2. Горбатков, А.А. Шкала надежды и безнадежности для подростков: некоторые аспекты валидности / А.А. Горбатков // Психологическая наука и образование. – 2002. – № 3. – С. 89–103.
3. Ильин, Е.П. Психология надежды: оптимизм и пессимизм / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2015. – 288 с.
4. Климонтова, Т.А. Надежда как фактор психологического благополучия личности / Т.А. Климонтова, Л.Б. Козьмина, Ю.В. Чепурко // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2015. – Т. 7. – № 6. – Ч. 2. – С. 270–274.
5. Больнов, О.Ф. Новая укрытость. Проблема преодоления экзистенциализма / О.Ф. Больнов // Философ. мысль. – 2001. – № 2. – С. 15–27.
6. Андрусенко, В.А. Объективные основания надежды (мировоззренческий аспект) / В.А. Андрусенко // Вестн. Оренбург. ун-та. – 1999. – № 3. – С. 19–23.
7. Муздыбаев, К. Феноменология надежды / К. Муздыбаев // Психол. журн. – 2000. – № 4. – С. 5–21.
8. Самоукина, Н.В. Психология оптимизма / Н.В. Самоукина. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2001. – 191 с.
9. Крайг, Г. Психология развития : [пер. с англ.] / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000. – 992 с.
10. Шкала депрессии Бека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://psylab.info/Шкала_депрессии_Бека. – Дата доступа: 03.09.2019.
11. Фромм, Э. Революция надежды. Избавление от иллюзий : [пер. с англ.] / Э. Фромм ; предисл. П.С. Гуревича. – М. : Айрис-пресс, 2005. – 352 с. – (Человек и мир).
12. Кьеркегор, С. Страх и трепет / С. Кьеркегор. – М. : Республика, 1993. – 383 с.

Поступила 06.09.2019

**RELATIONSHIP OF HOPE AND HOPELESSNESS WITH INDICATORS
OF DEPRESSION IN YOUTH**

Yu. D. OLENCHENKO, I. ANDREYEVA

The results of an empirical study of the relationship of hope/hopelessness with indicators of depression in students are presented. To collect empirical material, the questionnaires «Scale of Hope and Hopelessness» by A. A. Gorbatkov and «Scale of Depression» by A.T. Beck, for data processing – factor analysis. It was revealed that students with a low level of hope are characterized by pessimism, dissatisfaction with themselves, a sense of punishment, self-denial, self-accusation, suicidal thoughts, and depression.

Keywords: *hope, hopelessness, depression.*