

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

МЕНТАЛЬНЫЕ РЕПРЕЗЕНТАЦИИ ДЕПРЕССИИ В ОБЫДЕННОМ СОЗНАНИИ ВУЗОВСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Научный руководитель – Тимофеева Татьяна Сергеевна

Лысенко Е.С.¹, Попова Ю.А.¹

1 - Волгоградский государственный университет, Волгоград, Россия

Проблема депрессии особенно актуальна в настоящий момент, ведь современный ритм жизни приводит к тому, что человек часто находится в состоянии длительной эмоциональной нагрузки и стресса. Исследователи различают функциональные состояния депрессии, возможные у здоровых людей в рамках нормального психического функционирования, и депрессию патологическую как один из основных психиатрических синдромов. Клиническая депрессия находится в сфере компетентности врача-психотерапевта, психиатра, однако большинство состояний, которые мы привыкли называть депрессией, имеет психологическое начало, при этом именно психологический аспект изучения депрессии является наименее разработанным.

Феномен депрессии изучали такие авторы как З.Фрейд, который подробно описывал её в своей работе «Печаль и меланхолия», а также Р.Мэй в труде «Экзистенциальные основы психотерапии». В своем исследовании мы опирались на когнитивную теорию депрессии А. Бека, которая основана на утверждении, что взгляд человека на себя, на мир и на свое будущее является главной детерминантой депрессии. А. Бек также выделяет четыре основные группы характеристик депрессивного состояния: эмоциональные, когнитивные, мотивационные и физиологические [3].

Обсуждение субъективной представленности психических явлений ведется в настоящее время преимущественно в парадигме ментальных репрезентаций. Исследованием ментальных репрезентаций занимались такие авторы как А.В. Брушлинский, Е.А. Сергиенко, Е.С. Кубрякова, Т.А. Втюрина, В.З. Демьянков, Т.А. Ребеко, М.А. Холодная, Прохоров А.О. и др.[4; 5; 7; 9; 10, 13]. Категория «ментальная репрезентация» в отечественной психологии получила свое устоявшееся определение в рамках когнитивной психологии как процесс и результат познания или отражения мира. В рамках нашего исследования мы придерживались позиции А.В. Брушлинского и Е.А. Сергиенко: «ментальные репрезентации - это внутренние структуры, формирующиеся в процессе жизни человека, в которых представлена сложившаяся у него картина мира, социума и самого себя» [4]. Парадигма ментальных репрезентаций, таким образом, дает возможность исследовать субъективную форму видения какого-либо феномена как результата отображения, анализа, структурирования человеком информации о внутреннем мире субъекта - как собственном, так и другого человека.

Целью настоящего исследования явилось выявление особенностей ментальных репрезентаций депрессии у вузовской молодежи. В нашем исследовании приняли участие 61 человек в возрасте от 18 до 24 лет - студенты Волгоградского государственного университета. Формируя выборку для исследования мы опирались на взгляды Б.Г. Ананьева, который утверждает, что студенчество как возрастная категория соотносится с этапами развития взрослого человека, представляя собой «переходную фазу от созревания к зрелости» и определяется как переход от поздней юности к ранней взрослости, то есть от 18 до 25 лет [1]. Гендерные особенности нами не учитывались.

Исследование проводилось в два этапа. На первом - диагностическом этапе - было проведено неструктурированное интервью с 4 респондентами одной возрастной группы. С

помощью проведенного интервью, было выявлено, что каждый респондент, описывая каким бывает «депрессивный человек», использует характеристики различных компонентов психических явлений (когнитивный, поведенческий, эмоциональный); также для одних депрессия — это эмоциональное состояние, а для других - психическое. Следовательно, у вузовской молодежи складываются определенные ментальные репрезентации депрессии и депрессивного человека. Далее, основываясь на полученных данных из интервью, посредством сетевого тематического анализа была разработана авторская анкета, а также использовались методики: «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана для диагностики доминирующих копинг-стратегий личности, и опросник депрессии А. Бека.

На втором этапе исследования - интерпретационном - полученные результаты были обработаны с помощью методов математической статистики и проанализированы:

1. Из представлений вузовской молодежи можно составить примерный портрет депрессивного человека: он может быть вполне самостоятельным, не отличается враждебностью и неискренностью. В то же время депрессивный человек, в глазах молодых людей, пассивен, замкнут и тревожен. Интересно, что в большей степени ментальные репрезентации депрессивного человека представлены через когнитивный компонент и менее всего через поведенческий. Таким образом, можно предположить, что в представлениях молодых людей у человека, страдающего депрессией, это состояние не столько проявляется внешне (в поведении), сколько внутренне - в его собственных мыслях и установках.

2. Одни респонденты считают, что депрессия - это нарушение психики, поэтому справиться с данным состоянием возможно только с помощью специалиста (психическое состояние). А для других депрессия - это некое «состояние души», в котором человек испытывает эмоциональное напряжение, но вполне способен найти решение своим внутренним переживаниям самостоятельно (эмоциональное состояние). В свою очередь, люди, которые считают депрессию психическим заболеванием, также склонны считать данное явление - модным состоянием. То есть они считают, что депрессия - уже как некая модная тенденция, за которой многие гонятся, чтобы не отличаться от толпы. И, действительно, такое поведение может приводить к психологическим проблемам, так как человек становится одержим этой идеей «быть в депрессии». Таким образом, чтобы найти способ преодоления депрессивного состояния можно отталкиваться от ментальных репрезентаций депрессии у молодых людей.

3. Интересные результаты получились по следующим показателям: большинство молодых людей считают, что испытывают депрессию (59%), но их мнение расходится с результатами диагностической методики на выявление депрессии (А.Бек): 12 человек (19,7%) считают, что они находятся в депрессии, в то время как с помощью диагностики уровней депрессии по А.Беку было выявлено, что у данных респондентов депрессия отсутствует. Значительное количество людей указало, что не испытывает депрессию, но с помощью диагностики у них была обнаружена легкая и умеренная (13,1%), выраженная и тяжелая депрессия (3,3%). Эти расхождения можно объяснить тем, что без четкого знания и понимания явления депрессии, молодым людям трудно правильно описать свое состояние. Одни называют депрессией просто пониженное настроение, другие же игнорируют серьезные симптомы, думая, что это ещё не депрессия. Однако, степень выраженности депрессии не влияет на ментальные репрезентации депрессии.

4. Было выявлено, что у тех, кто оценивают, что у них нет депрессии, выше способность использовать собственные личностные ресурсы для решения проблем, чем у людей, которые считают, что они в депрессии.

Данное исследование может помочь психологам в практической сфере: разработка программ для эффективной помощи в борьбе с депрессией, коррекционные работы, и психопрофилактика среди вузовской молодежи. Без истинного понимания этого явления с ним

очень трудно бороться, а делать это необходимо, ведь не зря депрессию называют “болезнью двадцать первого века”.

Источники и литература

- 1) Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста. // Современные психологические проблемы высшей школы. – Л., 1974. – Выпуск 2.
- 2) Андреева Е.А., Белопольский В.И., Блинникова И.В. и др. Ментальная репрезентация: динамика и структура / Под ред. А.В. Брушлинского, Е.А. Сергиенко. Москва: Институт психологии РАН, 1998. 319 с.
- 3) Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. СПб.: Питер, 2003. – 304 с.
- 4) Брушлинский, А.В. Ментальная репрезентация как системная модель когнитивной психологии / А.В. Брушлинский // Ментальная репрезентация: динамика и структура (коллективная монография) / Под ред. А.В. Брушлинского, Е.А. Сергиенко. – М.: ИП РАН, 1998. – С. 5–22.
- 5) Втюрина Т.А. Анализ понятийного уровня ментальных репрезентаций мотивации в научном и обыденном сознании/ Т.А. Втюрина, Е.В. Левченко // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. - 2013. № 2. – с. 67 – 80.
- 6) Кубрякова, Е.С. К проблеме ментальных репрезентаций / Е.С. Кубрякова, В.З. Демьянков // Вопросы когнитивной лингвистики. – 2007. – № 4. – с. 8–16.
- 7) Прохоров А. О. Ментальные репрезентации психических состояний: феноменологические и экспериментальные характеристики // Экспериментальная психология. 2016. Т. 9. № 2. С. 23–37.
- 8) Ребеко, Т.А. Ментальные репрезентации как формат хранения информации / Т.А. Ребеко // Ментальная репрезентация: динамика и структура (коллективная монография) / Под ред. А.В. Брушлинского, Е.А. Сергиенко. – М.: ИП РАН, 1998. – С. 25–54.
- 9) Свередюк Е. В. Ментальные репрезентации счастья студентов-психологов // Современные научные исследования и инновации. - Май, 2011
- 10) Холодная, М.А. Психология интеллекта: парадоксы исследования / М.А. Холодная. – М.: Изд-во «Барс», 1997. – 392 с.