

biking and horse riding impacts on vegetation and soils in Australia and the United States of America // Journal of environmental management. – 2010. – Vol. 91. – P. 551–562.

5. Wolf I. D., Wohlfart T. Walking, hiking and running in parks: a multidisciplinary assessment of health and well-being benefits // Landscape and urban planning. – 2014. – Vol. 130. – P. 89–103.

Нартова-Бочавер С. К.
НИУ ВШЭ (г. Москва)

ДОМ ИЛИ ОБЩЕЖИТИЕ: ЧТО ПРЕПЯТСТВУЕТ СИМПТОМАТИЧЕСКОЙ ДЕПРЕССИИ СТУДЕНТОВ*

Экологический подход к бытию, поиск естественных, немедикаментозных средств самоподдержки и саморегуляции – одна из актуальных тенденций современных наук о среде [2–4]. В настоящей работе мы исследуем, есть ли связь, и если да, то какая, между показателями дружелюбности домашней среды и признаками симптоматической депрессии. Дружелюбность домашней среды – это количество допущений среды, которые отвечают потребностям обитателей и доступны для их использования. Симптоматическая депрессия – это эпизодические проявления подавленности и негативного настроения, которые не имеют клинического статуса и могут встречаться у здоровых людей [7]. Ожидая, что эти признаки могут быть у студентов, обучающихся на первом-втором курсе, мы опираемся на исследования кризиса «первой четверти жизни» и данные о долгом адаптационном периоде при поступлении в университет, особенно при условии смены проживания [6, 8]. Наша гипотеза состояла в том, что студенты, проживающие в дружелюбных домашних условиях,

Выборку составил 571 респондент – студенты разных факультетов московских университетов ($M_{\text{возраст}} = 19,8$, $SD_{\text{возраст}} = 3,2$, 121 юноша, 450 девушек). Участники жили в разных объективных условиях. 299 студентов (59 юношей, 240 девушек) приехали в Москву из других регионов России и стран СНГ, они жили преимущественно в общежитии, незначительная часть снимала квартиру или комнату. На родине большинство из них проживало в отдельном частном доме или малоквартирных домах. 272 чел. (65 юношей, 207 девушек) были москвичами и преимущественно жили с родителями в своих квартирах. Очень незначительная часть респондентов имела собственные семьи. Вся выборка была разделена на четыре подгруппы: юноши и девушки из регионов, юноши и девушки из Москвы; в процессе опроса всем была дана инструкция на оценивание образа актуального жилища (дома или общежития).

Для исследования связи между переменными использовались разработанные нами многошкальные опросники «Функциональность домашней среды» (ФДС), «Релевантность домашней среды» (РДС), а также шкала депрессии [1, 5, 7]. ФДС оценивает количество возможностей, предоставляемых жилищем обитателю, РДС – их доступность и соответствие потребностям обитателей. Симптомами депрессии были отсутствие позитивного аффекта, печаль, соматизация, межличностные проблемы.

* Исследование проведено при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда (проект № 16-06-00239/16).

Использование регрессионного анализа показало, что, в соответствии с ожиданиями, дружественное жилище понижало уровень депрессивных симптомов. У иногородних юношей, проживающих в общежитии, эргономичность жилища препятствовала возникновению депрессивных симптомов, а его отчужденность («неповиновение» дома, возникающее, если дома все ломается или неудобно устроено) приводила к усилению печали, соматизации и общего показателя депрессии. У иногородних девушек отчужденность также вносила вклад в перечисленные симптомы, причем анти-предикторов депрессии обнаружено не было вообще.

У юношей-москвичей весомый вклад в предотвращение соматизации, межличностных проблем и печали вносит ресурсность домашней среды – характеристика, описывающая возможность осуществления разных (креативных) деятельностей. Однако возможность выразить себя дома (самопрезентация) у юношей парадоксальным образом влечет за собой соматизацию и общую депрессию – возможно, оттого, что дом скорее отражает личность построивших его взрослых. Наконец, у девушек-москвичек наблюдается картина, близкая той, что мы обнаружили у девушек из общежития: отчужденность среды влечет за собой печаль, соматизацию, повышает общий показатель депрессии, однако средств, препятствующих возникновению депрессии, домашняя среда, к сожалению, не предоставляет.

Полученные нами данные говорят о том, что общежитие не представляет собой значимого экологического ресурса для обитателей, однако может вывести их из состояния эмоционального равновесия. Влияние родительского дома модерировано полом: родительский дом оказывает поддержку юношам, но не девушкам. Результаты могут быть использованы для разработки адаптационных программ, направленных на успешное переживание студентами кризиса юности.

Литература

1. Бочавер А. А. Представления о доме как элемент персонального опыта // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36. – № 4. – С. 5–15.
2. Касаткин В. Н., Бочавер А. А. Актуальные проблемы психологии здоровья // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 5. – С. 255–267.
3. Нартова-Бочавер С. К. Единство субъекта и бытия как основа естественной психотерапии // Субъектный подход в психологии. – М., 2009. – С. 482–497.
4. Нартова-Бочавер С. К. Развитие жизненного пространства ребенка в онтогенезе // Стратегия дошкольного образования в 21 веке: проблемы и перспективы: материалы научно-практ. конф., посв. 80-летию со дня основания ф-та дошк. педагогики и психологии. – М.: МПГУ, 2001. МПГУ С. 280.
5. Нартова-Бочавер С. К., Дмитриева Н. С., Резниченко С. И., Кузнецова В. Б., Брагинец Е. И. Метод оценки дружественности жилища: опросник «Функциональность домашней среды» // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36. – № 4. – С. 71–83.
6. Нартова-Бочавер С. К., Терюшкова Ю. Ю. Образ будущего у людей с разным прошлым (лонгитюдное исследование проживания кризиса юности) // Принцип развития в современной психологии. – М., 2016. – С. 439–457.
7. Radloff L. The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population // Applied Psychological Measurement. 1977. № 1(3). P. 385–401.
8. Robinson O. Developmental crisis in early adulthood: a composite qualitative analysis. Thesis. . . for the degree of Doctor of Philosophy. London, 2008.