

*C. Антви-Дансо*

## **ВЗАИМОВЛИЯНИЕ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ И УСПЕШНОСТИ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ**

*Работа представлена кафедрой клинической психологии.*

*Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор В. А. Ананьев*

*Очень часто я плачу и бывает тяжело на душе. А в остальное время все мои чувства как будто притуплены. Ничто меня не радует. Не хочется общаться с друзьями. Я много сплю. Обычно утром мне не заставить себя подняться и пойти в школу, и оценки становятся все хуже.*

*Джон, 13 лет.*

Нечто подобное, депрессивные и субдепрессивные состояния, испытывает не только Джон, но и многие дети. Одним из наиболее важных и вместе с тем недостаточно разработанных аспектов депрессии яв-

ляется взаимовлияние состояний депрессии и успеваемости школьников.

Депрессивные расстройства, которые включают в себя глубокие депрессивные расстройства (униполярная депрессия),

дистимия (хроническая и умеренная депрессия) и биполярные расстройства (маниакальная депрессия), могут повлечь серьезные последствия для деятельности и приспособления к жизни детей и подростков и затронуть их работу и успешность в школе.

По мнению Лаварина (1995), тяжелая депрессия поражает одного из пятидесяти детей. У остальных наблюдаются более мягкие случаи заболевания, которые также могут повлиять на учебу в школе.

Депрессия – это международная проблема и представляет серьезную угрозу социальному развитию любой нации. В недавнем исследовании в Медицинском Центре в западной Австралии было обнаружено, что из 400 детей (в возрасте от 9 до 12) 16 были в состоянии депрессии, 112 детей было оценено как уязвимые к депрессии. В Республике Ганы диагностировано, что один из 10 детей и подростков страдает от достаточно серьезной умственной болезни, что для страны может повлечь непоправимый урон. Однако выявлено, что необходимое лечение получают меньше 5 из этих детей.

Результаты многих эпидемиологических исследований свидетельствуют о том, что около 2,5% детей и 8,3% подростков в Соединенных Штатах в той или иной степени страдают от депрессии и ежегодно 4% впадают в тяжелую депрессию.

У школьников, испытывающих депрессию, на первом плане выступает умственная и физическая утомляемость. У них ослабевает желание заниматься чем-либо, они ленятся, скучают и теряют интерес к учебе. Школьники начинают прогуливать, пропускать занятия или вообще перестают посещать школу. Они становятся безразличными к общению со сверстниками, у них появляются не свойственные им раздражительность, грубость по отношению к педагогам, родителям. На уроках они с трудом улавливают объяснения учителя, подолгу сидят над одной и той же страницей книги, плохо воспринимают материал, ничего не

запоминают, ошибаются в простых задачах, то, что раньше выполнялось за несколько минут, теперь требует часовых усилий. Постепенно наступают тревоги, страхи за свою несостоятельность. У некоторых депрессивных детей развивается страх перед посещением школы или перед экзаменом. Их движения становятся угловатыми и неловкими, появляется медлительность. Иногда наблюдаются суточные колебания настроения, расстройства сна. В ряде случаев можно выявить нарушения аппетита и колебания веса тела. Вот это и есть психологический портрет школьника, испытывающего депрессию. Все это, безусловно, не является нормальным для развития школьника и оказывает негативное влияние на его социальную и образовательную деятельность.

В связи с актуальностью проблемы нами предпринято исследование, целью которого являлось изучение взаимовлияния депрессивных состояний и успеваемости обучения школьников.

В исследовании участвовали 642 школьника, отобранных из 6 общественных школ. Участниками стали ученики и студенты в возрасте от 9 до 17 лет.

В качестве диагностического инструментария был использован самооценочный опросник «Children's Depression Inventory» (CDI), предназначенный для измерения депрессивных признаков в школьной популяции. Для оценки академической успеваемости использовался метод (TOTMAK). Продолжалось наблюдение за школьниками и беседа с учителями. Успеваемость учащихся была изучена с помощью двух подходов: а) стандартный тест на знание английского языка, математики и основ общественных наук, эти предметы являются ключевыми и подлежащими проверке по школьному учебному плану, и б) анализ документов, имеющих отношение к обучению школьника, – школьных журналов и тетрадей.

В этом исследовании депрессивные дети (150 человек) и недепрессивные (90 человек) были отобраны на основе предельного

значения 19 по шкале CDI. Было получено значение коэффициента надежности альфа,  $\alpha = 0,74$ .

В изучаемой популяции школьников распространенность депрессивных расстройств достигала 23,4%. Результаты показали существенное воздействие фактора пола опрашиваемого на общее значение CDI, при этом у девочек случаев депрессии оказалось больше, чем у мальчиков: девочки – 61,3% против 38,7% мальчиков.

По нашим данным, у многих обследованных детей (25%) была выявлена предрасположенность к соматическим жалобам (усталость, головные боли и т. д.). Однако эти нарушения были кратковременными, нестойкими, не достигали глубины психопатологического симптомокомплекса, но оказывали негативное влияние на учебную и социальную адаптацию учеников. При таком состоянии школьников отправляли в педиатрическую больницу или домой к своим родителям. У многих детей эта проблема является основной причиной многократных пропусков занятий. Эти соматические проявления, по нашему мнению, связаны с интернализующей тревогой и стрессом при столкновении с учебными трудностями. У других детей (24,6%) отмечалось пониженное настроение, малая подвижность, сдержанность, хотя раньше они были более подвижными и общительными.

У подростков (13–17 лет) наблюдались, прежде всего, нарушения школьного поведения, снижение успеваемости, трудности в усвоении материала, отказ от посещения занятий. Школьники отличались повышенной грубостью, драчливостью, мелкими правонарушениями. Эти дети часто не выполняли домашнее задание, и их наказывали учителя. Наказания, которым они подвергались в связи с этим, еще больше обостряли их состояние. Обнаружилась также и повышенная ранимость, болезненная реакция на замечания, как с учителями, так и со сверстниками по необъяснимым причинам.

При расспросах выявились затруднения в концентрации внимания и забывчивости,

со снижением способности к пониманию нового, ухудшением памяти, затрудненным усвоением учебного материала. Моторная заторможенность в большинстве случаев была выражена незначительно. Заметно изменялась их обычная активность, школьники становились скучными, невеселыми. Кроме того, бездеятельность и признак утраты прежних интересов и увлечений были в большинстве случаев ведущим проявлением депрессивных состояний. Доминирующими депрессивными признаками при этом явились заниженная самооценка, несостоятельность, высокая чувствительность, а в некоторых случаях чувство ненужности и отрешенности. Это, в свою очередь, привело к длительному непосещению занятий или регулярным пропускам уроков по отдельным предметам, особенно тех, в которых они испытывают затруднения, в основном – математике и физике.

Большинство школьников (40,6%) обвиняют себя в получении плохих учебных отметок, говорят о своей вине перед экспериментаторами, тревожатся за будущее, боятся остаться на следующий учебный год обучения или отчисления. Несмотря на это, большинство в подавленном состоянии продолжают посещать школу, прилагая все усилия для успешного окончания учебного процесса, наряду со здоровыми сверстниками.

Кроме того, в ряде наблюдений отмечалось не свойственные им ранее грубость, конфликтность, агрессивность в отношении со сверстниками и учителями. У некоторых (6 мальчиков) была установлена связь с уличными компаниями, побуждающими уход из школы во второй половине дня. Эти школьники часто убеждают родителей позволить им оставаться дома либо пытаются скрывать непосещаемость школы от родителей. Мы выяснили, что причинами отказа от школы являются предотвращение определенных опасений, вызванных школьной средой (например, тестирование, трудовая деятельность, наказание, трудные предметы), спасение от не-

приятных социальных ситуаций – притеснений, проблем с одноклассниками или учителями. Практически у всех обследованных депрессивных детей обнаружено неосознанное негативное эмоциональное отношение к учебному процессу, что можно считать индикатором возникшего неблагополучия в обучении, обусловленное депрессивными состояниями.

По нашим данным, основная роль в развитии депрессивных состояний у школьников принадлежит некоторым школьным и семейным факторам, таким как ухудшение отношений со сверстниками, высокие стрессовые условия и пренебрежительное отношение учителя или несдержанное, грубое поведение и неадекватное поведение в отношении воспитательных мер учителя. Неадекватное или индеферентное отношение, сниженный уровень заботы со стороны родителей в семье способствуют формированию или усилиению депрессивного фона настроения школьников.

В ходе исследования выяснилось, что взаимосвязь значений уровня депрессии с показателями успеваемости достигла статистически значимых величин. Успеваемость депрессивной группы была ниже успеваемости недепрессивной группы.

Результаты проведенного корреляционного анализа показали, значимую отрицательную связь между депрессией и школьной успеваемостью [ $r = -0,52$ ;  $p = 0,01$ ], (табл. 1), следует предположить, что депрессия и успеваемость оказывают взаимный «подрывной эффект». Чем сильнее выражено депрессивное состояние, тем хуже уровень успешности обучения школьника, и наоборот – неспособность ребенка «успевать» в школе может привести к низкой самооценке, фрустрации и депрессии.

Полученные результаты также отличаются по половому признаку. Корреляция у девочек выше, чем у мальчиков: мальчики [ $r = -0,46$ ], девочки [ $r = -0,57$ ]. Корреляция значима на уровне 0,01.

**Таблица 1**

**Корреляционная связь депрессии (CDI) и академической успеваемости (TOTMAK)**

	1	2	3	4	5
1. TCSTOT ( CDI) депрессия	1,000	-0,522	-0,448*	-0,501*	-0,421*
2. ТОТМАК (успеваемость )	-0,522	1.000	0,821*	0,815*	0,825*
3. Математика	-0,448*	0,821*	1.000	0,539*	0,570*
4. Англ. язык	-0,501*	0,815*	0,539*	1,000	0,563*
5. Наука	-0,421*	0,825*	0,570*	0,563*	1,000
N	240	240	240	240	240

Примечание: \*  $p = 0,05$ ; \*\*  $p = 0,01$ .

Далее, просмотр и анализ тетрадей и школьных работ детей показал типичную зависимость – успешность недепрессивных детей улучшалась, а подверженных депрессии – снижалась. Работы большинства из них находились на уровне неудовлетворенности. Наряду с этим были обнаружены свойственные депрессивным детям психические (снижение памяти и мышления) и

психологические (невнимательность, безответственность и неаккуратность, ухудшение концентрации) нарушения.

В регрессионном анализе академическая успеваемость ( $B = -606$ ,  $p = 0,000$ ) достоверно прогнозирует депрессию, указывая на то, что, когда академическая успешность в учебе снижается, депрессивные симптомы у школьников усиливаются. Таким обра-

зом, результаты нашего исследования установили академическую успешность как самый сильный уникальный фактор, способствующий развитию депрессии у школьников. Подобным образом, можно сказать, что депрессия выступает как главный уникальный фактор, ведущий к снижению академической успеваемости ( $B = -0,510$ ,  $p = 0,000$ ).

Таким образом, все же следует отметить, что связь между успеваемостью и депрессией весьма сложная. Она не только однонаправленная, но и двунаправленная. Картина, представленная в этом исследовании, не может ответить на вопрос, что является первичным, а что вторичным: ясно одно, что депрессия пагубно влияет на академическое развитие и успех школьников и, наоборот, академическая неуспеваемость может стать провоцирующей причиной развития депрессивного фона настроения у школьника.

Большой процент детских депрессивных реакций возникает из-за неуспеваемости в школьном обучении. Дети с депрессивными нарушениями, как правило, занимают позицию отстающего в классе. Убеждаясь в том, что старания, которые они прикладывают первоначально, чтобы получить удовлетворенную оценку и заслужить одобрение учителя, результатов не дают, эти дети теряют надежду на успех, перестают верить в свои силы. Они, не приобретая в полном объеме знания и затрудняясь их получить самостоятельно, начинают избегать активных умственных усилий, становятся депрессивными и интеллектуально пассивными. Постоянные неудачи и чувство разочарования также могут привести школьника к сильному чувству подчиненного положения, что, в свою очередь, может усилить начальные трудности обучения и уменьшить способность ученика посещать занятия и концентрироваться на обучении.

Депрессивный ребенок может манкировать посещение школы, чтобы избежать болезненного опыта неудачи, оскорблений и

болезненного опыта провалов, ибо все это сильно бьет по их чувству собственного достоинства. Если усилия ребенка неудачны, но он видит, что сверстники получают похвалу за их работу, вероятно, что ребенок станет безразличным к школьным мероприятиям, в частности к обучению, и может отказаться от попыток совершенствоватьсь в этой деятельности.

Многие неуспевающие дети, в связи с депрессивными состояниями, будут развивать различные стратегии для того, чтобы справиться со своими эмоциональными проблемами. Некоторые стремятся через экспрессию, внешнюю активность выражать свои чувства, что может привести к нарушениям, проблемному поведению. Другие дети блокируют выражение эмоций, оставляют свои переживания в себе и жалуются на головную боль и боль в животе.

Факт, что много интерниализирующих признаков депрессии трудно определяются как родителями, так и врачами, подчеркивает необходимость более активного внедрения профилактических мер в школах, участия и усиления роли школьных психологов в выявлении и коррекции депрессивных признаков у школьников, испытывающих эмоциональные проблемы. В связи с этим возникает необходимость проведения просветительской работы среди педагогов, учителей, родителей, школьных психологов для повышения уровня их психологической компетенции и участия их в организации целенаправленной профилактики депрессии у школьников.

Мы считаем, что всестороннее наблюдение и/или оценка учителями, родителями и школьными психологами эмоционального состояния школьников могли бы помочь в распознавании таких детей на ранних этапах и разработать план предупреждения или устранения всех факторов, способствующих усилию депрессивного фона настроения, чтобы такие школьники могли учиться в полную силу своих возможностей.