

## ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА ПЕДАГОГОВ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА В СЕВЕРНОМ РЕГИОНЕ

Говорухина А. А.<sup>1</sup>, Щербакова А. Э.<sup>1</sup>, Попова М. А.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ГОУ ВПО ХМАО-Югры «Сургутский государственный педагогический университет», г. Сургут, Россия (628400, ХМАО-Югра, Сургут, Артема, 9), e-mail: la\_lune-4@bk.ru

<sup>2</sup>ГБОУ ВПО «Сургутский государственный университет ХМАО-Югры», г. Сургут, Россия (628400, ХМАО-Югра, Сургут, Ленина, 1), e-mail: m\_a\_popova@mail.ru

---

Проблема аффективных расстройств у жителей Северных регионов стоит особенно остро. Специфика трудовой деятельности на Севере вносит определенный вклад в развитие тревожных и депрессивных состояний. В первую очередь это относится к представителям педагогических профессий, чья профессиональная деятельность связана с хроническими психоэмоциональными перегрузками. Особого внимания заслуживает психоэмоциональная сфера отдельных групп населения с учетом их северного стажа и возраста. В статье представлены результаты исследования особенностей тревожных и депрессивных характеристик личности педагогов с учетом их северного стажа и возраста. Установлено, что личностная тревожность не имела четко выраженной тенденции в зависимости от северного стажа, при наличии четкой динамики в сторону увеличения с возрастом. Реактивная тревожность снижалась в группе педагогов с северным стажем более 35 лет. Средние показатели депрессии по шкале Бека характеризовались наличием легкой степени депрессии в трех группах (до 5 лет, 11–15 лет и 16–20 лет), затем снижались. Выявлено преобладание вклада когнитивно-аффективного компонента в суммарный показатель депрессии во всех стажевых группах педагогов.

---

Ключевые слова: педагоги, адаптация, аффективная сфера, тревога, депрессия.

## ANXIETY-DEPRESSIVE DISORDER TEACHERS DIFFERENT AGES IN THE NORTHERN REGION

Govorukhina A. A.<sup>1</sup>, Shcherbakova A. E.<sup>1</sup>, Popova M. A.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Public Educational Institution of Higher Professional Training KMAO-Yugra «Surgut state pedagogical university», Surgut, Russia (628400, KMAO-Yugra, Surgut, Artem, 9), e-mail: la\_lune-4@bk.ru

<sup>2</sup>Public Educational Institution of Higher Professional Training «Surgut state university HMAO-Yugra», Surgut, Russia (628400, KMAO-Yugra, Surgut, Lenin, 1) e-mail: m\_a\_popova@mail.ru

---

Northern regions inhabitants' problem of affective frustration is especially sharp. The specific of labor activity in the north makes a certain contribution into development of disturbing and depressive conditions. First of all it relates to representatives of pedagogical professions whose professional activity is connected with chronic psycho emotional overloads. The psycho emotional sphere of separate groups of the population deserves special attention taking into consideration their northern experience and age. There are results of the research of features of disturbing and depressive characteristics of the personality of teachers taking into consideration their northern experience and age represented in the article. It is established that personal disturbance had no accurately expressed tendency depending on the northern experience having accurate dynamics towards increase with age. Reactive disturbance decreased in a group of teachers with the northern experience more than 35 years. Average indicators of depression on Bek's scale were characterized by the presence of light degree of a depression in three groups (till 5 years, till 11–15 years and till 16–20 years), then decreased. Prevalence of a contribution of cognitive-affective component in a total indicator of the depression in all experienced groups of teachers has been revealed.

---

Key words: teachers, adaptation affective field, anxiety, depression.

### Введение

Проблема здоровья жителей Северных регионов является актуальной на протяжении уже нескольких десятилетий, поскольку требования, которые Север предъявляет к человеку, часто являются чрезмерными не только для его соматических функций, но и для психики.

В экстремальных климато-географических условиях психопатологические особенности проявляются и обостряются, что провоцирует социально-психологическую дезадаптацию [2, 6]. Аффективная патология, особенно тревожные и депрессивные состояния привлекают внимание ученых в связи со значительным их увеличением в последние годы во всей популяции. По официальным данным Всемирной организации здравоохранения депрессиями в мире страдают около 5–8 % населения [4].

Проявления тревожных и депрессивных расстройств во многом схожи. Коморбидность тревоги и депрессии составляет 40–80 %. Тревно-депрессивные расстройства оказывают негативное влияние на качество жизни пациентов, ухудшая физическую, психологическую и социальную адаптацию [5].

В процессе выполнения практически любой профессиональной деятельности люди испытывают нервно-психические нагрузки. Особенности профессиональной деятельности педагогов имеют особое значение для характеристики психологического благополучия личности. Деятельность педагога связана с интенсивными информационными потоками, высоким уровнем интеллектуальной деятельности и хроническими психоэмоциональными перегрузками [1,3].

Учитывая данные обстоятельства, остается не до конца изученной проблема влияния экстремальных климато-экологических факторов на психологические показатели педагогов в зависимости от северного стажа и возраста.

### **Методы**

Исследование проводилось в ГОУ ВПО ХМАО-Югры Сургутском государственном педагогическом университете на базе научно-исследовательской лаборатории «Здоровый образ жизни и охрана здоровья» в период с 2010 по 2012 гг. Всего проанкетированы 245 педагогов женского пола различных образовательных учреждений г. Сургута и Сургутского района (среднее, средне-специальное, высшее и дополнительное образование). Все респонденты были разделены: 1) по северному стажу: до 5 лет; 6–10 лет; 11–15 лет; 16–20 лет; 21–25 лет; 26–30 лет; 31–35 лет; 2) по возрастным группам: 21–35 лет; 36–55 лет; 56–70 лет.

**Тревожность.** Измерение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение субъекта. В качестве метода изучения уровня тревожности выбрана шкала самооценки, созданная Ч. Д. Спилбергером (США) и адаптированная в СССР Ю. Л. Ханиным. Данный метод является достаточно надежным, информативным и удобным в использовании инструментом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность, как текущее состояние) и тревожности как устойчивой особенности человека (личностная тревожность).

Шкала самооценки стояла из 2 частей, разделяющих реактивную (РТ, высказывания № 1–20) и личностную (ЛТ, высказывания № 21–40) тревожность по предложенным формулам:

$$РТ = \sum^1 - \sum^2 + 50,$$

где  $\sum^1$  – сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкалы 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18;

$\sum^2$  – сумма остальных зачеркнутых цифр (пункты 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20).

$$ЛТ = \sum^1 - \sum^2 + 35,$$

где  $\sum^1$  – сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкалы 22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,37,38,40;

$\sum^2$  – сумма остальных цифр по пунктам 21,26,27,30,33,36,39.

При интерпретации нами были получены следующие ориентировочные оценки: до 30 – низкая тревожность; 31–45 – умеренная тревожность; 46 и более – высокая тревожность.

**Депрессия.** Депрессия является психопатологическим состоянием, характеризующимся сочетанием подавленного настроения и снижением психической и двигательной активности с соматическими вегетативными симптомами [5]. Одним из наиболее информативных методов оценки депрессивного расстройства является шкала депрессии А. Бека (BDI). Предложенная в 1961 г. А. Беком шкала предназначена для количественной и качественной оценки депрессии и позволяет не только выявить наличие депрессивных симптомов, но и определять степень их выраженности.

Анкета состояла из 21 вопроса (1–13 – когнитивно-аффективная субшкала (С-А); 14–21 – субшкала соматических проявлений депрессии (S-P)). Результаты оценивались по следующей шкале: 0–9 – отсутствие депрессивных симптомов; 10–15 – легкая депрессия (субдепрессия); 16–19 – умеренная депрессия; 20–29 – выраженная депрессия (средней тяжести); 30–63 – тяжелая депрессия.

Полученные данные анализировали с помощью пакета статистической программы «Statistica 6.0». Для оценки межгрупповых различий использовали критерий t-Стьюдента. Изучаемые параметры были оценены и представлены медианой (Me) и процентильным интервалом 25–75 (Q1-Q2).

### Результаты

При длительном воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды на организм человека происходит интенсивное истощение его адаптационных возможностей. Это проявляется на всех уровнях организации организма человека, в том числе и на психологическом состоянии. Оценка уровня тревожности является важным критерием психологического здоровья человека. Уровень личностной и реактивной тревожности педагогов представлен в таблице 1.

**Уровень личностной и реактивной тревожности педагогов в зависимости от продолжительности проживания на Севере,  $M \pm m$**

Северный стаж, лет	Возраст, лет	Личностная тревожность	Реактивная тревожность
0–5 (n=35)	36,2±1,4	42,1±1,2	48,0±1,9
6–10 (n=44)	43,5±1,1 <i>P1-2=0,000</i>	49,1±1,9 <i>P1-2=0,003</i>	51,5±2,5
11–15 (n=30)	48,8±1,5 <i>P1-3=0,000</i> <i>P2-3=0,003</i>	49,6±2,2 <i>P1-3=0,002</i>	52,2±2,3
16–20 (n=45)	42,8±1,5 <i>P1-4=0,000</i> <i>P3-4=0,006</i>	45,1±1,3 <i>P1-4=0,032</i> <i>P3-4=0,047</i>	46,0±1,2 <i>P2-4=0,015</i> <i>P3-4=0,004</i>
21–25(n=30)	38,3±2,0 <i>P2-5=0,014</i> <i>P3-5=0,000</i> <i>P4-5=0,013</i>	46,8±1,6 <i>P1-5=0,011</i>	45,3±1,2 <i>P2-5=0,049</i> <i>P3-5=0,015</i>
26–30(n=29)	35,6±2,1 <i>P2-6=0,000</i> <i>P3-6=0,000</i> <i>P4-6=0,000</i>	45,6±1,1	46,5±2,1 <i>P3-6=0,049</i>
31–35(n=32)	38,1±1,6 <i>P2-7=0,005</i> <i>P3-7=0,000</i> <i>P4-7=0,058</i>	40,7±1,7 <i>P2-7=0,004</i> <i>P3-7=0,002</i> <i>P4-7=0,008</i> <i>P5-7=0,006</i> <i>P6-7=0,021</i>	48,8±2,5

Примечание: P – достоверность различий по критерию Стьюдента.

Установлено, что педагоги, проживающие на Севере от 5 до 15 лет и от 21 до 25 лет, характеризовались высокими средними показателями личностной тревожности (более 46 баллов).

При увеличении северного стажа личностная тревожность снижалась, и в группе педагогов с северным стажем более 35 лет составила 39,4±0,2 балла.

Реактивная тревожность была высокой во всех «стажевых» группах педагогов, незначительно снижаясь в группе преподавателей, проживающих на Севере от 21 до 25 и более 35 лет.

Поскольку обследованные группы педагогов отличались по возрасту, мы проанализировали показатели тревожности в группах в соответствии с возрастной физиологической периодизацией.

Установлено достоверное увеличение показателей личностной тревожности с возрастом (табл. 2).

Таблица 2

**Уровень личностной и реактивной тревожности педагогов разных возрастных групп,  
проживающих на Севере,  $M \pm m$**

Показатель	Возрастные группы			P 1-2	P 2-3	P 1-3
	21–35 лет (n=89)	36–55 лет (n=151)	56–70 лет (n=47)			
Реактивная тревожность	48,2±1,6	47,5±1,0	51,2±3,1	нд	нд	нд
Личностная тревожность	42,8±1,6	47,6±0,6	54,4±3,0	0,000	0,000	0,000

Примечание: P – достоверность различий по критерию t-Стьюдента.

Уровень депрессии педагогов с различным стажем проживания на Севере представлен в таблице 3. Установлено, что максимальной величиной суммарного показателя депрессии характеризовались педагоги, чей северный стаж составил менее 5 и от 11 до 20 лет. Наименьшим суммарным показателем депрессии отличались педагоги, проживающие на Севере от 30 до 35 лет.

Таблица 3

**Уровень депрессии педагогов в зависимости от продолжительности  
проживания на Севере,  $M \pm m$**

Северный стаж, лет	Возраст, лет	C-A	S-P	$\Sigma$
0–5 (n=35)	36,2±1,4	6,8±0,5	4,1±0,4	10,9±0,9
6–10 (n=44)	43,5±1,1 <i>P1-2=0,000</i>	4,1±0,6 <i>P1-2=0,030</i>	3,1±0,3	7,3±0,8 <i>P1-2=0,050</i>
11–15 (n=30)	48,8±1,5 <i>P1-3=0,000</i> <i>P2-3=0,003</i>	5,9±0,4	4,2±0,5	10,1±0,8
16–20 (n=45)	42,8±1,5 <i>P1-4=0,000</i> <i>P3-4=0,006</i>	6,3±0,7 <i>P2-4=0,019</i>	3,8±0,4	10,3±1,0 <i>P2-4=0,017</i>
21–25 (n=30)	38,3±2,0 <i>P2-5=0,014</i> <i>P3-5=0,000</i> <i>P4-5=0,013</i>	5,7±0,8	3,0±0,4	8,9±1,2
26–30 (n=29)	35,6±2,1 <i>P2-6=0,000</i> <i>P3-6=0,000</i> <i>P4-6=0,000</i>	4,3±0,4 <i>P1-6=0,000</i> <i>P3-6=0,007</i> <i>P4-6=0,000</i>	3,4±0,4	7,8±0,7 <i>P1-6=0,007</i> <i>P3-6=0,021</i> <i>P4-6=0,002</i>
31–35 (n=32)	38,1±1,6 <i>P2-7=0,005</i> <i>P3-7=0,000</i>	3,1±0,5 <i>P1-7=0,000</i> <i>P3-7=0,000</i>	2,4±0,4 <i>P1-7=0,006</i> <i>P3-7=0,010</i>	5,4±0,7 <i>P1-7=0,000</i> <i>P3-7=0,000</i>

	$P4-7=0,058$	$P4-7=0,000$ $P5-7=0,010$	$P4-7=0,002$	$P4-7=0,000$ $P5-7=0,020$ $P6-7=0,035$
--	--------------	------------------------------	--------------	--

Примечание: С-А – когнитивно-аффективная субшкала депрессии, S-P – субшкала соматических проявлений депрессии;  $\Sigma$  – суммарный показатель депрессии, P – достоверность различий по критерию t-Стьюдента.

Проанализировав зависимость психологических характеристик от возраста, мы установили тенденцию к увеличению уровня депрессии с возрастом (табл. 4), однако между группами не было установлено статистически значимых отличий.

Для статистической обработки результатов исследования особенностей адаптации выполнена проверка распределения психологических признаков на подчинение закону нормального распределения. В связи с тем, что не во всех выборках обнаружено нормальное распределение показателей, параметры по группам были оценены и представлены медианой (Me) и процентильным интервалом 25-75 (Q1-Q2).

Таблица 4

**Уровень депрессии педагогов разного возраста, проживающих в условиях Севера,  $M \pm m$**

Показатель	Возрастные группы		
	21–35 лет (n=89)	36–55 лет (n=151)	56–70 лет (n=47)
С-А	5,5±0,9	5,2±0,3	5,5±0,6
S-P	3,1±0,4	3,5±0,2	4,1±0,4
$\Sigma$	8,6±1,3	8,7±0,4	9,6±0,9

Примечание: С-А – когнитивно-аффективная субшкала депрессии, S-P – субшкала соматических проявлений депрессии;  $\Sigma$  – суммарный показатель депрессии.

Ранжирование показателей позволило установить, что высокий уровень личностной и реактивной тревожности установлен у 50 % педагогов, проживающих на Севере от 6 до 15 лет, от 21 до 30 лет (табл. 5).

Таблица 5

**Распределение психологических показателей педагогов с разной продолжительностью проживания на Севере,  $M \pm m$**

Северный стаж	Личностная тревожность Me (Q1 – Q2)	Реактивная тревожность Me (Q1 – Q2)	Уровень депрессии Me (Q1 – Q2)

0–5 (n=35)	46 (43 – 60)	46 (43 – 56,5)	8 (8 – 15,5)
6–10 (n=44)	51 (38 – 56) <i>P1-2=0,003</i>	49 (33 – 69)	8 (4 – 9) <i>P1-2=0,050</i>
11–15 (n=30)	48 (42 – 56) <i>P1-3=0,002</i>	49 (47 – 56)	8 (9 – 11)
16–20 (n=45)	42 (40 – 51) <i>P1-4=0,032</i> <i>P3-4=0,047</i>	46 (41 – 51) <i>P2-4=0,015</i> <i>P3-4=0,004</i>	8 (9 – 16) <i>P2-4=0,017</i>
21–25(n=30)	46 (40 – 51) <i>P1-5=0,011</i>	47,5 (42 – 49) <i>P2-5=0,049</i> <i>P3-5=0,015</i>	7 (5 – 10)
26–30(n=29)	48 (42 – 48)	49 (46 – 50) <i>P3-6=0,049</i>	8 (4 – 11) <i>P1-6=0,007</i> <i>P3-6=0,021</i> <i>P4-6=0,002</i>
31–35(n=32)	42 (34 – 44) <i>P2-7=0,004</i> <i>P3-7=0,002</i> <i>P4-7=0,008</i> <i>P5-7=0,006</i> <i>P6-7=0,021</i>	46,5 (41 – 56)	6 (4 – 8) <i>P1-7=0,000</i> <i>P3-7=0,000</i> <i>P4-7=0,000</i> <i>P5-7=0,020</i> <i>P6-7=0,035</i>

Примечание: P – достоверность различий по критерию t-Стьюдента.

Таким образом, установлено, что при адаптации к неблагоприятным климато-экологическим условиям Севера возрастает психо-эмоциональное напряжение: у обследованных педагогов достоверно увеличивается депрессия в первые годы проживания на Севере (до 5 лет), возрастает уровень личностной и реактивной тревожности при проживании в условиях высоких широт от 6 до 15 лет по сравнению с другими стажевыми группами. Кроме того, установлено повышение уровня тревожности с возрастом.

#### Список литературы:

1. Кожевникова О. А. Профессиональный стресс: причины возникновения, возможности профилактики и коррекции // Мир науки, культуры, образования. – 2009. – №7 (19). – С.273-277.
2. Лобова В. А., Буганов А. А. Клинико-эпидемиологическая оценка аффективной сферы у северян разных этнических групп в Ямальском регионе // Экология человека. – 2007. – № 07. – С. 43-47.
3. Онищенко Г. Г. Состояние условий труда и профессиональная заболеваемость работников в Российской Федерации // Гигиена и санитария. – 2009. – № 3. – С.66-71.
4. Ульев А. В. Проблемы роста депрессивных расстройств в условиях социально-

экономической нестабильности и пути их минимизации // Управление общественными и экономическими системами. – 2009. – № 1. – С. 5-10.

5. Федотова А. В. Тревожно-депрессивные расстройства в общеклинической практике // Рациональная фармакотерапия в кардиологии. – 2008. – № 3. – С. 83-88.

6. Чухрова М. Г., Хорошилова Л. С. Трансформация личности в условиях Севера и ее связь с психосоматической патологией // Бюллетень СО РАМН. – 2006. – № 4 (122). – С. 232-134.

Рецензенты:

Гагай Валентина Васильевна, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии СурГПУ, г. Сургут.

Нифонтова Оксана Львовна, доктор биологических наук, доцент, зав. кафедрой медико-биологических дисциплин и безопасности жизнедеятельности СурГПУ, г. Сургут