

Отношение к помощи в сфере психического здоровья у представителей поколения X и Z

Научный руководитель – Новикова Ирина Александровна

Жуковская Екатерина Олеговна

Студент (бакалавр)

Российский университет дружбы народов, Филологический факультет, Москва, Россия

E-mail: 1132229557@pfur.ru

Актуальность исследования. В современных реалиях возрастает значимость психического здоровья и доступности психологической помощи как фактора благополучия личности [4]. Несмотря на это, в постсоветской России и странах СНГ сохраняется устойчивое предубеждение относительно обращения за профессиональной психологической помощью [3], хотя в период пандемии и после нее наблюдается рост популярности психологической помощи, особенно у молодого поколения. Отсутствие достаточного уровня информированности о психологической поддержке, а также влияние культурных и социальных установок способствуют формированию негативных установок и предвзятого отношения к этому вопросу даже в условиях меняющегося и развивающегося социального пространства и несмотря на то, что психическое здоровье также важно, как и физическое благополучие [1].

Целью исследования является выявление и сравнительный анализ отношения к профессиональной психологической помощи среди представителей двух поколений – X и Z. В качестве гипотезы выдвигается предположение о большей готовности молодежи (поколение Z) к обращению за психологической поддержкой по сравнению с “родительским” поколением X.

Выборка исследования включала 114 человек, разделенных на две возрастные группы: поколение Z “молодежь” (14–27 лет, 83 участника, из которых 33 мужчины и 50 женщин) и поколение X “взрослые” (42–58 лет, 31 человек, включая 14 мужчин и 17 женщин).

В качестве методического инструмента использовался “Опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья” (Inventory of Attitudes Toward Seeking Mental Health Services, IASMHS), адаптированный на русский язык С.В. Вайнштейном и коллегами [3]. Данный опросник включает три подшкалы: 1) Безразличие к стигме, 2) Склонность к поиску помощи, 3) Психологическая открытость. Суммарный балл по опроснику позволяет оценить уровень доверия к психологическим службам и ее представителям, степень восприимчивости и предрасположенности к социальной стигматизации, а также готовность обращаться за профессиональной поддержкой в сфере психического и психологического благополучия.

Для статистической обработки использовались методы описательной статистики, Т-критерий и корреляционный анализ.

По результатам Т-теста для независимых выборок, вопреки гипотезе, не выявлено ожидаемых различий в отношении к поиску профессиональной помощи в сфере психического здоровья между представителями двух поколений. Средние показатели IASMHS для обоих поколений практически совпадают ($X = 86.6$, $Z = 85.9$, $p = 0.811 > 0.05$). Показатели по подшкалам методики также очень близки: Безразличие к стигме ($X = 32.0$, $Z = 31.7$); Склонность к поиску помощи ($X = 28.8$, $Z = 27.4$); Психологическая открытость ($X = 25.8$, $Z = 26.8$).

Однако нами были выявлены некоторые различия в тесноте корреляций между подшкалами методики IASMHS в изучаемых подвыборках. В группе X установлена умерен-

ная положительная связь между склонностью к поиску помощи и безразличием к стигме ($r=0.513$, $p<0.01$), сильная связь между психологической открытостью и готовностью обращаться за помощью ($r=0.578$, $p<0.001$) и положительная, однако слабая связь между безразличием к стигме и психологической открытостью ($r=0.188$). Это указывает на то, что люди с более выраженной психологической открытостью могут демонстрировать меньшее влияние стигмы в отношении обращения за психологической помощью. Однако низкая величина коэффициента корреляции свидетельствует о том, что эта взаимосвязь не является значимой и не оказывает решающего влияния на формирование отношения к психологической помощи в поколении X.

В поколении Z выявлены аналогичные связи, но их выраженность несколько ниже: умеренная корреляция между склонностью к поиску помощи и безразличием к стигме ($r=0.277$, $p<0.05$), сильная положительная связь между психологической открытостью и безразличием к стигме ($r=0.411$, $p<0.001$), положительная корреляция между психологической открытостью и склонностью к обращению за помощью ($r=0.392$, $p<0.001$).

В заключение можно сказать, что, несмотря на небольшие различия, поколения X и Z демонстрируют схожие тенденции в отношении психологической помощи, а решающим фактором обращения остается уровень психологической открытости и восприятие стигмы.

Таким образом, гипотеза о более высокой готовности поколения Z к обращению за психологической поддержкой в сравнении с поколением X не нашла подтверждения. Возможными причинами данного результата могут быть неоднородность выборки, гендерные различия, индивидуальный опыт обращения за помощью, а также уровень психологической информированности и различные ступени образования участников исследования. Дальнейшие исследования в данной области помогут уточнить механизмы формирования отношения к психологической помощи и разработать более эффективные стратегии просвещения и поддержки психического здоровья в различных возрастных группах и в рамках активно изменяющегося мира как науки, так и обычных граждан страны.

Источники и литература

- 1) Башкин Е.Б., Новикова И.А., Шляхта Д.А. Психологическое благополучие и отношение к обращению за помощью в сфере психического здоровья у студентов // Высшая школа: опыт, проблемы, перспективы: материалы XV Международной научно-практической конференции, Москва, 25 июня 2022 года. М.: РУДН, 2022. С. 47-52.
- 2) Богатушина Я. В., Ковалева Ю. Л. Представления о психологической помощи в связи с субъективным запросом и личностными особенностями // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. 2016. Т. 4. С. 32-38.
- 3) Вайнштейн С.В., Бурдин М.В., Шабалин Е.Ю. Опросник отношения к обращению за услугами в сфере психологического здоровья (IASMHS): результаты психометрического анализа русскоязычной версии // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2015. № 3 (23). С. 81–96.
- 4) Новикова И.А., Башкин Е.Б., Шляхта Д.А., Каменева Г.Н. , Рушина М.А., Бжоян Е.А. Приверженность психическому здоровью: проблемы обращения за психологической помощью // Приверженность вопросам психического здоровья: материалы IV Международной научно-практической конференции. М.: РУДН, 2023. С. 69-74.

Иллюстрации

	Безразличие к стигме	Склонность к поиску помощи	Психологическая открытость
Безразличие к стигме	—		
Склонность к поиску помощи	0.319***	—	
Психологическая открытость	0.360***	0.455***	—
Примечание. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$			

Рис. : Корреляционная матрица для всей выборки