

«Осенняя хандра»

Опрос «ФОМнибус» 15–16 октября. 100 населенных пунктов, 43 субъекта РФ, 1500 респондентов.

Скажите, пожалуйста, какие чувства, эмоции у Вас вызывает осень? (Открытый вопрос.)

данные в % от всех опрошенных

Любимое, замечательное время года, положительные эмоции	«Всё хорошо»; «мне нравится»; «нравится осень»; «замечательное время года»; «любимое время года»; «я люблю осень, это самое любимое время года»; «люблю эту пору»; «люблю это время года – хорошее настроение»; «восторг»; «обожаю»; «отличное. Люблю, как Пушкин, осень».	23
Грусть, уныние, тоска, депрессия	«Грустная пора»; «унылая пора»; «всегда время это депрессивное»; «плохие, скучные»; «вызывает тоску, уныние»; «плохое настроение»; «грустное настроение»; «больше грусти»; «скучно и грустно»; «тоска»; «печаль, скука, депрессия»; «апатия»; «безнадёга»; «депрессия полный».	21
Нормально, без эмоций	«Осень как осень. Цикл жизни»; «как обычно»; «мои эмоции не зависят от времени года»; «всё в норме, без изменений»; «в норме всё, без эмоций»; «нейтрально»; «осень и осень. Без разницы»; «безразличие».	14
Грязь, холод, слякоть, плохая погода	«Больше дождей, меньше солнца»; «короткий день, длинная ночь»; «не люблю холод, дождь»; «дожди надоели»; «грязь, слякоть»; «грязь, бездорожье»; «ерундово – слякоть, грязь».	10
Золотая осень, красота, хорошая погода, бабье лето	«Красивая пора»; «прекрасная пора»; «золотая пора»; «теплоты, красоты»; «золотая осень. Прекрасная, теплая»; «люблю осеннюю природу»; «бабье лето, прекрасная погода»; «сухо, хорошо – листья шуршат»; «красиво на улице»; «в Омске золотая осень».	8
Обострение болезней, усталость, сонливость	«Со здоровьем хуже»; «вялость какая-то, усталость»; «давление подскакивает, головные боли сильные»; «каждый день у меня давление»; «всё болит – обострение»; «болеют дети»; «сонливое настроение»; «слабость, сонливость»; «болею, да и всё».	6
Не люблю осень, отрицательные эмоции	«Дискомфорт»; «не очень хорошие»; «негативные чувства»; «отрицательные»; «отвращение»; «мне не очень нравится – я осень не люблю»; «я не люблю это время года вообще».	5
Подготовка к зиме	«Готовлюсь к зиме»; «осенью много работы на огороде»; «пора заготовок»; «нужно покупать зимнюю одежду»; «нужно заготавливать дрова»; «резину надо менять».	3
Тревога перед зимой, беспокойство, заботы	«Тревога, беспокойство»; «невроз»; «психоз»; «страх перед зимой»; «тревога, что цены на коммунальные услуги поднимутся»; «зима впереди, топить придется»; «страдания – как платить за газ, когда будет холод и слякоть».	2
Сожаления о лете, о тепле	«Ностальгия о лете»; «лето лучше»; «ностальгия по теплу»; «люблю солнце»; «немного жалко, что ушло лето»; «сожаление – лето жалко».	2
Настроение зависит от погоды	«Бывают и угнетающие, и нормальные – в зависимости от погоды»; «всё зависит от погоды»; «всякие. Когда солнышко, – хорошие, мрачно – плохие»; «когда тепло – хорошее, когда холодно – плохое»; «когда дождь – плохо, солнышко – весело».	2
Всякое время года хорошо по-своему	«Весна красна цветами, а осень – плодами»; «каждая пора хороша»; «прекрасно! Каждый период времени прекрасен»; «в каждом времени года своя прелесть – урожай»; «каждая погода – благодать»; «у природы нет плохой погоды».	1

данные в % от всех опрошенных

«Скорее бы зима»	«Ожидание зимы»; «лужи. Не воспринимаю такую погоду, жду зиму»; «быстрее зима»; «скорее бы зима, чтобы встать на лыжи»; «скорее Новый год».	1
Романтическое, поэтическое настроение	«Положительные, романтические»; «поэтические»; «лирические»; «любви хочется»; «любовь к прекрасной девушке».	1
Отдых от сельскохозяйственных работ	«Кончатся работы в огороде»; «облегчение – закончились работы в огороде»; «отдых от работы за лето»; «можно отдыхать от огорода, сада»; «хорошие – конец работам».	1
Другое	«Как у всех»; «вот и еще один год прошел»; «легче стало от жары, и даже здоровье, кажется, улучшилось»; «девчонки стали носить брюки, скрыли красивые ноги»; «начало учебного года»; «осенний призыв»; «охота, рыбалка»; «день рождения»; «у меня завтра свадьба, потому осенью у меня хорошие впечатления».	1
Затрудняюсь ответить, нет ответа		10

БАЗОВЫЕ ТЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОГО МНЕНИЯ

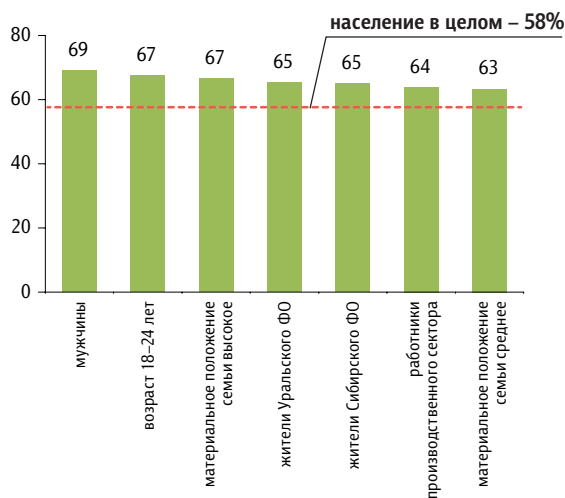
Вам знакомо или не знакомо чувство «осенней хандры»?

данные в % от всех опрошенных



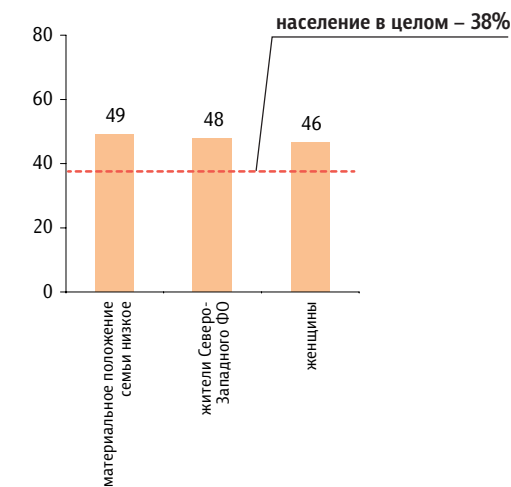
кому чаще **не знакомо** чувство «осенней хандры»

данные в % от групп



кому чаще **знакомо** чувство «осенней хандры»

данные в % от групп



Что Вы делаете, чтобы поднять себе настроение, побороть «осеннюю хандру»? (Открытый вопрос. Задавался тем, кому знакомо чувство «осенней хандры», – 38% респондентов.)

данные в % от всех опрошенных

Работа	«Трудотерапия»; «работой спасаюсь»; «работаю больше»; «нагружаю себя работой»; «работаю целый день»; «нет времени, работаю постоянно»; «работаю насколько хватает сил и здоровья».	4
Общение с друзьями	«Больше общаться с друзьями»; «чаще встречаться с друзьями»; «общаюсь с друзьями»; «встречаюсь с друзьями»; «хожу в гости».	4
Книги, музыка, кино, телевизор	«Читаю позитивное»; «читаю книгу»; «смотрю комедии»; «музыка веселая у нас звучит каждый день»; «включаю музыку веселую»; «сижу дома в тепле, смотрю телевизор»; «телевизор смотрю»; «хожу в кино».	3
Хобби, приятные занятия	«Любимым занятием»; «сижу в интернете»; «занимаюсь цветами»; «занимаюсь танцами»; «занимаюсь с кошкой, хожу на рыбалку»; «ходим в клуб, поем песни»; «занимаюсь любимыми делами, рукодельничаю»; «занимаюсь своим хобби – вяжу, пряду»; «игры в мобильном телефоне»; «успокаиваю душу игрой на баяне».	3
Забота о своем здоровье, лечение, витамины	«Лечимся, ходим по врачам»; «иду к врачу»; «собственно предписание врачей: тепло, уют и лекарства»; «пользуюсь антидепрессантами»; «лечусь, таблетки жру горстями»; «пью витамины»; «глюкозу ем»; «пью настои из трав»; «меня лекарства поддерживают».	3
Общение с родными	«Больше внимания уделяю своим близким – детям, внукам»; «отмечаем приход осени в кругу семьи»; «общение с близкими»; «гуляю с детками»; «внука нянчу»; «с правнучкой вожусь»; «радует ребенок»; «общение с внуками всю хандру разгонит».	2
Прогулки, выезды на природу	«Больше гуляю»; «хожу на природу»; «поход на природу»; «ухожу в лес»; «хожу пешком, дышу, брожу».	2
Дача, огород	«Работаю на участке»; «копаюсь в земле»; «работаю в огороде»; «езжу в сад, работаю»; «дача. Еду работать и отдыхать»; «на дачу поеду»; «собираю виноград».	2
Употребление алкоголя	«Расслабляюсь алкоголем»; «пиво буду пить»; «запиваю не соком»; «лечусь водкой»; «самогоном лечимся»; «50 грамм»; «выпью водочки – и нормально».	2
Сладости, чай, кофе	«Кушаю сладкое»; «ем сладкое»; «ем шоколад»; «черный шоколад и малина в чай»; «борюсь, пью кофе, хороший чай с медом»; «пью кофе»; «чай с лимоном пью – и нормально».	2
Успокаиваю, подбадриваю себя	«Самовнушением»; «борюсь оптимизмом»; «пытаюсь настроить себя позитивно»; «успокаиваю сама себя»; «сама себя взбадриваю»; «сама себе поднимаю настроение»; «больше улыбаюсь»; «не падать духом».	2
Отдых, сон	«Больше отдыхаю»; «побольше отдыхать стараюсь»; «чаще отдыхаю»; «полежу»; «ложусь спать»; «сном»; «не работать».	1
Отпуск, поездки	«Иду в отпуск»; «еду за границу»; «выехать в солнечную страну»; «уезжаю к детям»; «езжу к внукам в Казань».	1
Спорт	«Занимаюсь спортом»; «спортом занимаюсь»; «фитнес, бассейн»; «на йогу хожу»; «еду куда-нибудь на велосипеде»; «на спортивную дорожку бегу».	1
Покупки	«Гуляю по магазинам»; «если есть деньги, хожу по магазинам»; «в магазин хожу»; «шопинг разумный»; «делаю себе подарки»; «покупаю что-то себе, внуку».	1
Другое	«Погружаюсь во внутренний, субъективный мир»; «жена помогает»; «хожу в церковь»; «хожу на концерты»; «цветы, светотерапия» «выплакиваюсь»; «иду в парикмахерскую»; «обогревателем»; «ищу работу»; «получить пенсию – и настроение улучшится».	1
Ничего не делаю		8
Затрудняюсь ответить, нет ответа		1