

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2019, №4, Том 7 / 2019, No 4, Vol 7 <https://mir-nauki.com/issue-4-2019.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN419.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Дымова Е.Н. Уровень посттравматического стресса в трудной жизненной ситуации // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 №4, <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN419.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Dymova E.N. (2019). The level of post-traumatic stress in a difficult life situation. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 4(7). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN419.pdf> (in Russian)

УДК 159.9

**Дымова Екатерина Николаевна**

ФГБУН «Институт психологии Российской академии наук», Москва, Россия

Младший научный сотрудник Лаборатории развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях

E-mail: [grebennikovakaty@mail.ru](mailto:grebennikovakaty@mail.ru)

РИНЦ: [http://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=773732](http://elibrary.ru/author_profile.asp?id=773732)

## Уровень посттравматического стресса в трудной жизненной ситуации

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования связи переживания травматических событий, произошедших в прошлом, уровня посттравматического стресса, параметров психопатологического статуса и уровня психологического благополучия в группах военнослужащих по призыву и гражданских лиц мужского пола в возрасте 18–25 лет. Проанализированы различия молодых людей по интенсивности переживания психотравмирующих событий, уровню психопатологической симптоматики, уровню посттравматического стресса и психологического благополучия. Показано, что уровень посттравматического стресса и выраженность психопатологической симптоматики выше у военнослужащих по призыву по сравнению с этими же показателями у гражданских лиц, кроме того, уровень психологического благополучия ниже у военнослужащих по призыву по сравнению с гражданскими лицами.

Данная работа является частью диссертационного исследования на соискание ученой степени «кандидат психологических наук».

**Ключевые слова:** трудные жизненные ситуации; уровень посттравматического стресса; психологическое благополучие; представления о психологической безопасности; психопатологическая симптоматика; военнослужащие; гражданские люди

Трудные жизненные ситуации предъявляют повышенные требования к личностному потенциалу человека: к его способностям и возможностям, к системе сложившихся отношений, к восприятию себя и окружающих людей, изменяют представления о мире. Трудная ситуация приводит к определённому нарушению жизнедеятельности, вызывает психологический дискомфорт; может порождать отрицательные эмоции и переживания различной силы. Все это может иметь неблагоприятные последствия для развития личности. Общей особенностью трудных ситуаций разного генеза, степени выраженности и т. п. является то, что они нарушают привычное равновесие и стабильность, вынуждают личность предпринимать меры для того, чтобы устранить причины дисбаланса или избежать его теми или иными способами.

Военная служба по призыву является примером трудной ситуации, так как социальные условия строго регламентированы, а именно организация подчиняется жесткой иерархии, приказы вышестоящих лиц не обсуждаются и подлежат неукоснительному выполнению, постоянно присутствует физическая и моральная напряженность, связанные с точным выполнением приказов, несением боевых дежурств, нередко в экстремальных условиях деятельности и т. д. [1].

В настоящей работе проведено глубокое и целенаправленное изучение психологических последствий влияния на человека особых жизненных обстоятельств. Изучена специфика посттравматического стресса, вызванного более ранними травматическими событиями, и психопатологический статус молодых мужчин, находящихся в трудной ситуации службы в армии. Переживание психологического благополучия как эмоциональная составляющая и представления о психологической безопасности как когнитивный аспект выступают в данном исследовании критериями трудности социальных условий. Проанализированы ситуации психотравматического характера и определены события, оказывающие наибольшее воздействие на развитие посттравматического стресса.

Предмет исследования: посттравматический стресс, вызванный давними травматическими событиями, и сопутствующая ему психопатологическая симптоматика в актуальной трудной ситуации, оцениваемой по уровню переживания психологического благополучия и специфике представления о психологической безопасности.

Объект исследования: переживание посттравматического стресса и психопатологической симптоматики военнослужащими в трудных жизненных условиях службы в армии по сравнению с гражданскими лицами.

Теоретическая гипотеза: в трудных жизненных условиях для личности характерны низкий уровень психологического благополучия, особая специфика представлений о психологической безопасности и высокая интенсивность переживания посттравматического стресса, вызванная давними травматическими событиями.

Цель исследования заключается в изучении уровня посттравматического стресса и психопатологической симптоматики в трудной жизненной ситуации, показателями которой являются психологическое благополучие и психологическая безопасность у военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

На основе поставленной выше цели были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Оценить уровень психологического благополучия, посттравматического стресса и психопатологической симптоматики в разных группах участников исследования.
2. Выявить различия в представлениях о психологической безопасности в разных социальных условиях.
3. Провести анализ психотравмирующих событий у военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

Исследовательские гипотезы:

1. Уровень психологического благополучия, как интегральный показатель удовлетворенностью собой и жизнью, в том числе актуальной жизненной ситуацией, ниже у военнослужащих по призыву по сравнению с гражданскими лицами; представления о психологической безопасности как когнитивная оценка актуальной ситуации также различаются в исследуемых группах.

2. Уровень посттравматического стресса и выраженность психопатологической симптоматики выше у военнослужащих по призыву по сравнению с этими же показателями у гражданских лиц.
3. Вне зависимости от социальных условий наиболее психотравмирующими являются давние события, связанные с потерей близких людей и/или угрозой их жизни и здоровью.

Участниками исследования выступили 222 человека: мужчины в возрасте от 18 до 25 лет (средний возраст 20 лет), проходящие военную службу по призыву и прослужившие не менее половины регламентированного срока в войсковых частях Москвы и Московской области (призыв из Ростовской и Воронежской областей), всего – 123 человека и не проходившие военную службу по призыву гражданские лица – 99 человек мужского пола в возрасте от 18 до 25 лет (средний возраст 18 лет), проживающих в Москве и Московской обл.

Экспериментальная база исследования исследование проводилось на базе В/Ч 95501 ОБО ГШ РВСН Одинцово-10 (г. Власиха) Московской области; Щелковского колледжа ОСП № 4 (Щелковский политехнический техникум); Московского государственного университета технологий и управления (МГУТУ).

В ходе исследования использовались следующие методы и методики:

1. Опросник травматических ситуаций – Life Experience Questionnaire – LEQ (Norbeck, Sarason, Johnson, Siege, 1984) в адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами (2007) [2].
2. Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций (МШ, гражданский вариант) – Mississippi Scale (Keane, Caddell, Taylor, 1988) в адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами (2007) [2].
3. Опросник оценки выраженности психопатологической симптоматики – Symptom Check List-90-r-Revised – SCL-90-R (L. Derogatis at al., 1974), в адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами (2007) [2].
4. Шкалы Психологического Благополучия (The scales of psychological well-being – ШПБ) (Ryff, 1989), в адаптации П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой (2005) [3].
5. Анкета психологической безопасности, разработанная в лаборатории психологии посттравматического стресса ИП РАН Н.Е. Харламенковой с соавторами (2011) [4].

### **Психологическое благополучие как субъективный критерий трудности ситуации**

Показатель переживания психологического благополучия как комплекс переживаний, выраженный в субъективном чувстве удовлетворенности собой и окружающей жизнью, и связанный с базовыми ценностями и потребностями человека может выступить актуальным критерием трудности социальной ситуации. При оценке психологического благополучия необходимо учитывать, и внутренние условия, порождающие психологические проблемы человека (эмоциональные, коммуникативные, когнитивные), и влияние внешних социальных факторов, вызывающих снижение психологического благополучия. Ощущение психологического благополучия это некоторое психическое состояние человека, связанное с его способностью справляться с внешними и внутренними угрожающими факторами, обуславливающее эффективность его социального функционирования [5].

Для проверки гипотезы №1, что уровень психологического благополучия ниже у военнослужащих в сравнении с группой гражданских лиц был проведен анализ различий по показателям методики Шкалы Психологического Благополучия (ШПБ) между группами гражданских лиц и военнослужащих по призыву (таблица 1).

Таблица 1

**Различия Шкал Психологического  
Благополучия в группах военнослужащих и гражданских лиц**

Шкалы Психологического Благополучия	Сумма рангов группы военнослужащих, 123	Сумма рангов группы гражданских лиц, 99	U	p-level
Позитивные отношения	9489,5	15263,5	4539,5	0,00113*
Автономия I	10786,5	13966,5	5836,5	0,59629
Управление средой	9852,5	14900,5	4902,5	0,01266*
Личностный рост	10701,5	14051,5	5751,5	0,47868
Цели в жизни	9372,5	15380,5	4422,5	0,00046*
Самопринятие	9326,0	15427,0	4376,0	0,00032*
ПБ	9226,5	15526,5	4276,5	0,00014*

Примечание: p-level – уровень значимости, \* – значимость различий < 0.05

Результаты показали, что при сравнении групп военнослужащих по призыву и гражданских лиц существуют различия психологического благополучия по шкалам: «Позитивные отношения с другими», «Управление средой», «Цели в жизни» и «Самопринятие» и общим показателем психологического благополучия.

В настоящее время у военнослужащих недостаточное количество близких, доверительных отношений, трудности в проявлении открытости и заботы о других людях, они реже желают идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими. Военнослужащие переживают собственную изолированность, недовольство собой, им характерно ощущение невозможности изменить или улучшить условия своей жизни, управление средой и реализация поставленных целей переживается ими как недостаточно возможное.

Данный результат в целом подтверждает исследовательскую гипотезу, о том, что уровень психологического благополучия ниже у военнослужащих по призыву по сравнению с гражданскими лицами. Т. е. молодые люди переживают ситуацию службы в армии как жизненно трудную, требующую особых усилий для адаптации.

**Специфика представлений о психологической  
безопасности в трудных социальных условиях**

В обыденных представлениях людей собственная безопасность ставится в зависимость от влияния окружающих человека условий и обстоятельств, например наличие риска техногенных и природных катастроф или террористической угрозы, однако, условия, воздействуют на человека не прямо, а опосредованно, т. е. преломляясь через систему внутренних факторов, личностных особенностей [6; 7]. В представлениях человека о психологической безопасности отражаются особенности среды, в которой он находится, что позволяет оценивать эти особенности, в том числе степень опасности, и выявлять потребность личности в социальной поддержке.

Важным вопросом изучения психологической безопасности личности является проблема исследования представлений о ней в зависимости от различных социальных условий, определяющих жизнедеятельность человека [8].

Для понимания особенностей этих представлений с помощью Анкеты психологической безопасности была проведена оценка предпочтений в выборе слов-дескрипторов путем подсчета суммы баллов по ответам +1 и +2 по каждому из 60 дескрипторов с последующим расчетом верхних квартилей. Если суммы баллов по определенному дескриптору превышали значения верхнего квартиля, то их рассматривали как наиболее предпочитаемые ассоциации.

Таблица 2

**Предпочтение (ранги) в выборе дескрипторов психологической безопасности в группах военнослужащих и гражданских лиц**

Дескрипторы психологической безопасности	Ранги	
	группа гражданских лиц (n = 99)	группа военнослужащих (n = 123)
Контроль ситуации	2	1
Уверенность в себе	3	2
Надежность	4	9
Поддержка, помощь	1	6
Позитивное окружение	7	17.5
Самосохранение	5	3
Надежный спутник, опора	8	21
Надежные друзья, верность	9	4
Доверие	6	7
Здоровье	10	5
Жизненный опыт, опытность	11.5	11
Физическая подготовка, сила	11.5	19.5
Компетентность, ум	14	14.5
Владение информацией	13	-
Активность, скорость реакции	15	-
Свобода	-	8
Уверенность в окружении	-	10
Терпимость, сдержанность	-	12
Родители	-	13
Любовь	-	14.5
Защита, защищенность	-	16
Равновесие, стабильность	-	17.5
Мудрость	-	19.5

Из результатов видно, что военнослужащие отличаются большим разнообразием представлений о психологической безопасности, которые включают дескрипторы, описывающие внутренний комфорт (любовь, равновесие и т. д.), поддержку и помощь близких людей (родители, уверенность в окружении и т. д.) и жизненный опыт, информированность самого человека (компетентность, ум, контроль ситуации и т. д.).

Чтобы уменьшить количество переменных был использован факторный анализ – метод главных компонент (*Principal Component analysis, PCA*) и варимакс-вращение (*Varimax Rotation*) (таблица 3).

Были получены четыре фактора, показывающие представления о психологической безопасности военнослужащих по призыву:

1 фактор – Внутренний комфорт

2 фактор – Защищенность

3 фактор – Поддержка семьи

4 фактор – Автономия, независимость

И факторы, показывающие представления о психологической безопасности гражданских лиц:

- 1 фактор – Внутренний комфорт  
2 фактор – Информированность, самоанализ  
3 фактор – Защищенность  
4 фактор – Автономия, независимость

Таблица 3

**Факторная структура представлений о психологической безопасности в группах военнослужащих и гражданских лиц**

№ Фактора	Группа военнослужащих (n = 123)	Группа гражданских лиц (n = 99)
1	<p><b><u>Внутренний комфорт</u></b> «счастье» (0.80), «любовь» (0.71), «душевное тепло» (0.71), «удобство, уют» (0.67), «безмятежность, легкость» (0.64), «общительность, открытость» (0.63), «чувство комфорта» (0.61)</p> <p><i>собственный вес равен 4.24 процент объясняемой дисперсии – 22.29 %.</i></p>	<p><b><u>Внутренний комфорт</u></b> «душевное тепло» (0.77), «чувство комфорта» (0.70), «любовь» (0.65), «счастье» (0.61), «спокойствие, умиротворение» (0.61), «безмятежность, легкость» (0.56)</p> <p><i>собственный вес равен 4.31 процент объясняемой дисперсии – 28.68 %.</i></p>
2	<p><b><u>Защищенность</u></b> «осторожность, отказ от риска» (0.76), «избегание опасных ситуаций» (0.75), «отсутствие угроз» (0.72), «свобода» (0.71), «защита, защищенность» (0.65)</p> <p><i>собственный вес равен 3.08, процент объясняемой дисперсии – 16.23 %.</i></p>	<p><b><u>Информированность, самоанализ</u></b> «владение информацией» (0.78), «самоанализ, самопознание» (0.73), «обдумывание, прогнозирование» (0.67), «равновесие, стабильность» (0.57)</p> <p><i>собственный вес равен 2.11, процент объясняемой дисперсии – 14.08 %.</i></p>
3	<p><b><u>Поддержка семьи</u></b> «родители» (0.85), «поддержка мамы» (0.82), «поддержка отца» (0.81)</p> <p><i>собственный вес равен 2.01, процент объясняемой дисперсии – 10.57 %.</i></p>	<p><b><u>Защищенность</u></b> «избегание опасных ситуаций» (0.83), «осторожность, отказ от риска» (0.81)</p> <p><i>собственный вес равен 1.66, процент объясняемой дисперсии – 11.10 %.</i></p>
4	<p><b><u>Автономия, независимость</u></b> «личная территория» (0.79), «автономия, независимость» (0.75), «физическая подготовка, сила» (0.59)</p> <p><i>собственный вес равен 1.70, процент объясняемой дисперсии – 8.95 %.</i></p>	<p><b><u>Автономия, независимость</u></b> «автономия, независимость» (0.79), «личная территория» (0.77)</p> <p><i>собственный вес равен 1.19, процент объясняемой дисперсии – 7.96 %.</i></p>

Проведенный анализ показывает, что представления о психологической безопасности имеют определенную специфику в трудных социальных условиях, т. е. существуют различия между военнослужащими и гражданскими лицами в представлениях о психологической безопасности. Что подтверждает гипотезу №4.

В качестве первого фактора, как военнослужащие, так и гражданские лица выделяют «внутренний комфорт», включающий чувства счастья, уюта, комфорта и т. д., что является показателем того, что участники исследования в целом здоровые молодые люди, имеющие различия исключительно за счет особых социальных условий. Следующие же два фактора имеют существенные различия. В зависимости от актуального состояния военнослужащие ассоциируют психологическую безопасность с поддержкой близких людей, а именно членов семьи. Возможно, это связано с особенностями военной службы, а именно в некоторой степени изолированностью от привычного социального окружения, в том числе, неограниченным общением с родными и близкими. Наличие поддержки близких людей для военнослужащих

является необходимой составляющей представлений о психологической безопасности. Гражданские же лица отдельно выделяют фактор информированности, самопознания и прогнозирования, больше полагаются на свой жизненный опыт и свою информированность, обдумывают и делают прогнозы, менее рассчитывая на помощь и поддержку окружающих. А наличие в обеих группах фактора «автономия, независимость» можно объяснить особенностью данного возраста молодых мужчин (18–25 лет), желанием быть независимым и иметь свою личную территорию.

Полученные результаты относительно психологического благополучия как эмоционального показателя и представлений о психологической безопасности как когнитивной составляющей демонстрируют трудность социальных условий службы в армии. А именно, в трудных жизненных ситуациях психологическое благополучие имеет более низкий уровень, а представления о психологической безопасности чаще ассоциируются с внешней помощью, поддержкой окружающих.

### Выраженность посттравматического стресса и психопатологической симптоматики в трудной социальной ситуации

Была сформулирована гипотеза №2, что военная служба по призыву в армии имеет статус особых социальных условий и для переживания человеком посттравматического стресса, другими словами, строго регламентированные условия и вероятные трудности, с которыми сталкивается молодой человек, могут усиливать симптоматику не переработанного травматического опыта.

В качестве критерий трудности ситуации военной службы по призыву были использованы: представления о психологической безопасности и уровень переживания психологического благополучия, результаты которого представлены в параграфе 1.

Для исследования уровня посттравматического стресса в трудных социальных условиях между показателями методик: Миссисипская Шкала (Гражданский вариант) и Шкалы Психологического Благополучия был проведен корреляционный анализ.

Распределение показателей методик Шкалы психологического благополучия и Миссисипская Шкала – гражданский вариант (МШ) значительно отличаются от нормального ( $p < 0,05$ ). В связи с чем, было принято решение, что анализ корреляционных связей между изучаемыми переменными будет осуществляться при помощи расчета коэффициента ранговой корреляции  $r$ -Спирмена (таблица 4).

Таблица 4

#### Значения коэффициентов корреляции $r$ -Спирмена между показателями методик МШ и ШПБ на всей выборке ( $n = 222$ )

Шкалы	R	p-level
<b>МШ</b>		
Позитивные отношения	-0,5011	0,001*
Автономия I	-0,1662	0,013*
Управление средой	-0,4660	0,000*
Личностный рост	-0,2589	0,002*
Цели в жизни	-0,4777	0,001*
Самопринятие	-0,5223	0,001*
ПБ	-0,5476	0,001*

Примечание:  $p$ -level – уровень значимости, \* – значимость различий  $< 0.05$

Результаты показали, что существует значимая корреляционная связь между всеми Шкалами психологического благополучия и уровнем посттравматического стресса. В ранее

проведенных исследований Тарабриной Н.В., Быховец Ю.В., Казымовой Н.Н., 2012; Падун М.А., Климовой Л.А., 2014 и др. [5; 9] были получены аналогичные результаты связи психологического благополучия и уровня посттравматического стресса.

По результатам выше представленного анализа было принято решение о правомерности исследования выраженности посттравматического стресса в особых социальных условиях.

Призыв к прохождению молодым человеком военной службы не является стрессором мощного воздействия. Скорее это психоэмоциональный фактор, который заставляет в экстремально быстром темпе менять привычные условия жизни и также быстро адаптироваться к ним. В данных условиях молодые люди достаточно уязвимы в отношении разного рода психолого-патологических состояний [10].

Для проверки данного предположения был проведен анализ различий выраженности психопатологической симптоматики и уровня посттравматического стресса в группах военнослужащих по призыву (n = 123) и гражданских лиц (n = 99) мужского пола, не служивших в армии (таблица 5).

**Таблица 5**

**Различия по уровню выраженности психопатологической симптоматики и посттравматического стресса в группах солдат военной службы по призыву (n = 123) и гражданских лиц (n = 99)**

Шкалы	Сумма рангов (n = 99)	Сумма рангов (n = 123)	Медиана (n = 99)	Медиана (n = 123)	U	p-level
<b>МШ</b>						
MS	11928,0	12825,0	74	80	4302,0	0,0017*
<b>LEQ</b>						
Индекс травматизации (ИТ)	12632,5	12120,5	1,75	2	5006,5	0,0229*
<b>SCL-90-R</b>						
Соматизация (SOM)	13836,5	10916,5	0,58	0,58	5966,5	0,7975
Обсессивно-компульсивные расстройства (О-С)	11345,0	13408,0	0,5	0,9	3719,0	0,0001*
Межличностная сензитивность (INT)	11704,0	13049,0	0,55	0,77	4078,0	0,0024*
Депрессия (DEP)	11732,5	13020,5	0,38	0,61	4106,5	0,0031*
Тревожность (ANX)	13064,5	11688,5	0,4	0,4	5438,5	0,1718
Враждебность (HOS)	12577,0	12176,0	0,5	0,67	4951,0	0,017*
Фобическая тревожность (PHOB)	13102,5	11650,5	0,14	0,14	5476,5	0,1982
Паранойяльные симптомы (PAR)	13044,0	11709,0	0,5	0,67	5418,0	0,1586
Психотизм (PSY)	12163,5	12589,5	0,1	0,3	4537,5	0,0011*
Общий индекс тяжести (GSI)	12153,5	12599,5	0,44	0,52	4527,5	0,0010*
Индекс наличного симптоматического дистресса (PSDI)	10659,5	14093,5	1,17	1,42	3033,5	0,0001*

Примечание: p-level – уровень значимости, \* – значимость различий < 0.05

В группе военнослужащих по призыву выявлен более высокий уровень посттравматического стресса, а также высокая выраженность психопатологической симптоматики по таким шкалам, как: «Обсессивно-компульсивные расстройства» (мысли, импульсы и действия, переживаемые человеком как непрерывные и непреодолимые); «Межличностная сензитивность» (самоосуждение, беспокойство, дискомфорт в межличностном взаимодействии); «Депрессия» (отсутствие интереса к жизни, недостаток мотивации, потеря жизненной энергии, чувства безнадежности и т. п.); «Враждебность» (мысли, чувства, действия как проявления негативного аффективного состояния злости);



«Психотизм» (избегающий, изолированный, шизоидный стиль жизни), а также общим показателем наличия симптоматического дистресса (PSDI) и общим индексом тяжести симптомов (GSI).

Данные результаты подтверждают выдвинутое предположение, что определенные социальные условия могут усиливать симптоматику не переработанного травматического опыта, другими словами, для военнослужащих по призыву характерен более высокий уровень переживания психотравматических событий, чем для гражданских лиц.

Кроме того, у военнослужащих в настоящий момент в отличие от гражданских лиц более выраженная психопатологическая симптоматика, в строго регламентированных условиях молодых людей характеризует наличие дискомфорта в межличностном взаимодействии, недостаток мотивации и интереса к действиям, они чаще прибегают к негативному и/или избегающему поведению.

### **Анализ событий психотравматического характера, произошедших с респондентами в прошлом**

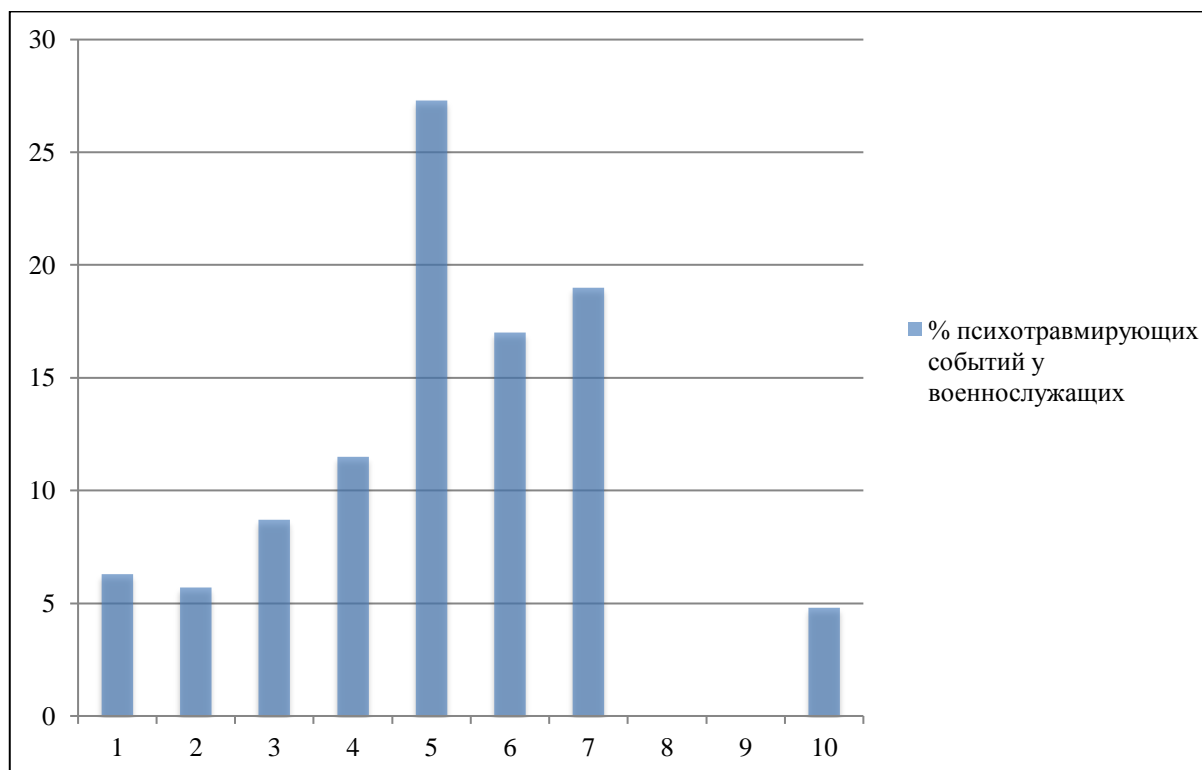
В соответствии с гипотезой №3 была более тщательно изучена картина психической травматизации респондентов с различным уровнем посттравматического стресса. Анализ характера психотравмирующих событий был проведен на основе данных, полученных с помощью опросника травматических ситуаций – Life Experience Questionnaire (LEQ).

Ситуации, описанные в методике LEQ, были сгруппированы по категориям. Каждой категории соответствовали определенные пункты методики. Результаты исследования показали, что для военнослужащих наиболее психотравмирующими являются события прошлого, связанные с потерей или болезнью близких людей (рис 3). Данная категория включает вопросы под номерами 13, 14, 15 и 25. Всего подобных ситуаций в картине жизни молодых людей, было отмечено 117, часть которых (59 событий) была оценена как высоко травмирующие события. Также молодых людей высоко травмируют трудные семейные обстоятельства: развод или разезд родителей. Данная категория включает вопросы № от 20 до 23 методики LEQ. Всего ситуаций данной категории было отмечено 93, из них молодые люди отметили 39 событий, которые продолжают переживаться как высоко травмирующие.

Оценивая возраст молодых людей на момент потери или болезни близких можно сказать, что самый ранний возраст молодых людей, – 4 года, самый поздний – 24 года. Причем, можно сказать, что максимально высокий уровень посттравматического стресса зафиксирован в случае, если события подобного характера происходили с молодыми людьми в возрасте от 12 до 19 лет. События категории воспитания вне семьи, развода или разъезда родителей и т. д. также затронули большой возрастной диапазон: от 1 года до 24 лет, однако по сравнению с предыдущим событием нельзя сказать, что вероятность появления ПТС связана с определенным возрастным диапазоном: разброс по возрасту составил от 5 до 17 лет.

Помимо методики LEQ с молодыми людьми проводилась беседа в формате опроса. Предлагалась возможность описания событий психотравмирующего характера, исходя из потребности в этом респондента. Молодые люди, в картине жизни которых имели место события, связанные с разводом родителей, воспитанием вне семьи, отмечали недостаточность оказываемой им поддержки, причем, указывали на недостаток когнитивного аспекта поддержки, а именно помощи в построении определенного алгоритма действий, в совете и поддержке в принятии решения. Смерть или болезнь близкого человека солдаты срочной службы описывали кратко, с эмоциональными паузами, однако некоторые также говорили о потере чувства безопасности и оказываемой им поддержки, но уже выделяли недостаточность ее эмоциональной составляющей. В качестве примера, можно представить рассказ одного из

молодых людей: «Короче, сначала отец нас бросил, я в школу тогда пошел. Он приезжал и забирал меня, в цирк, на хоккей отвозил. Потом мне исполнилось 13 лет, я уехал жить к бабуле. Отец звонил. Короче, редко звонил. Мой брат ездил к нему, я у бабули жил. (Вы больше не встречались с отцом?) Он приехал на выпускной, узнать, куда я поступать буду. У него в институте друзья есть, мать просила его помочь. Короче, я ушел из института, там филиал закрыли, ездить надо было далеко. Да, я вообще, короче, туда не хотел, это мать. (А отец?) Не знаю. Он ничего не говорил. Он приехал, когда бабуля умерла. (молчание). А потом он умер. Сначала на работу меня к себе устроил, а потом умер...»



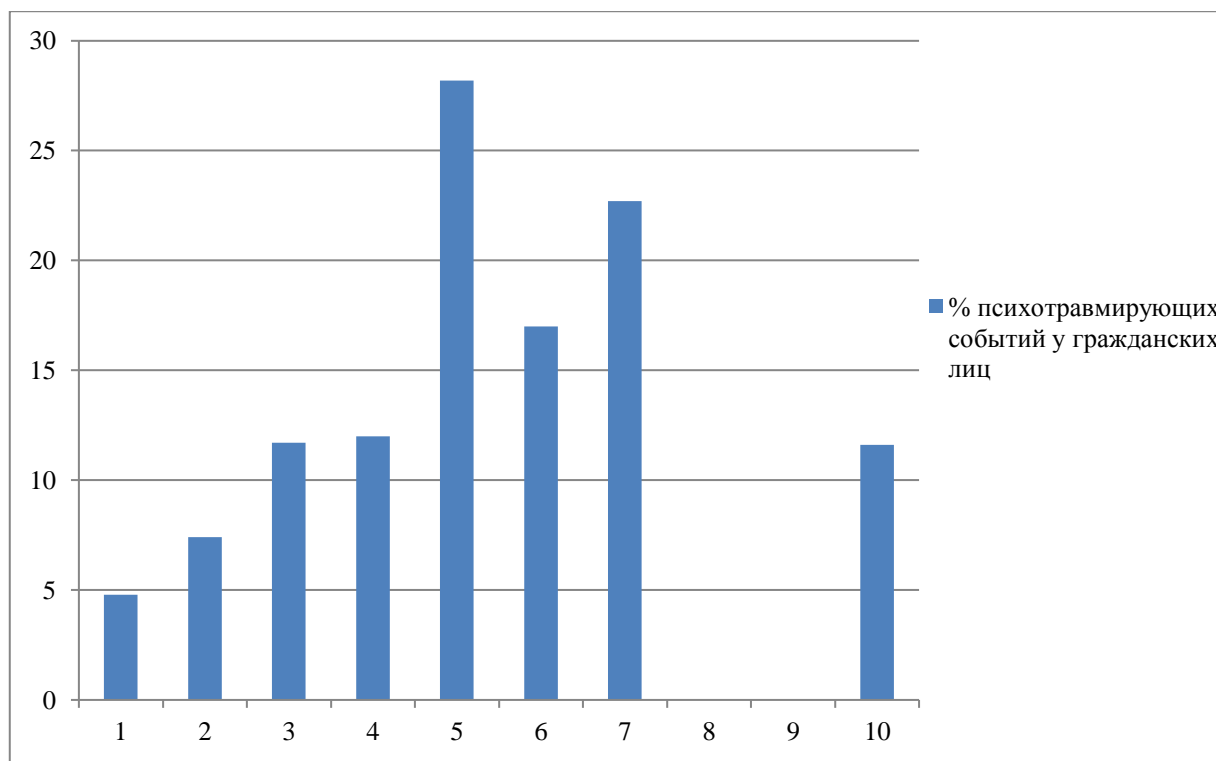
Примечание: Тип события, номер пункта по LEQ:

1. Криминальные события (кражи) – пункты: 1, 2, 3, 4;
2. Природные и техногенные катастрофы, аварии – 5, 6, 7, 8;
3. Физические травмы, заболевания, угроза жизни самого субъекта – 9, 10, 16, 17;
4. Стать очевидцем или участником смерти, травмирования кого-либо – 11, 12, 18, 19;
5. Травмы, смерть или заболевание близкого человека, известие об этом – 13, 14, 15, 25;
6. Экономические лишения – 24, 27;
7. Семейные обстоятельства воспитания самого субъекта – 20, 21, 22, 23;
8. Ситуации сексуального насилия – 31, 32, 33;
9. Ситуации с детьми субъекта – 28, 29, 30;
10. Ситуации физического и эмоционального насилия – 26, 34, 35, 36.

**Рисунок 3.** События психотравмирующего характера, отмеченные военнослужащими по призыву по методике LEQ (%)

Аналогичным образом был проведен анализ ответов гражданских лиц по методике LEQ, который также показал, что для гражданских лиц наиболее психотравмирующими являются события прошлого, связанные с потерей или болезнью близких людей. Всего подобных ситуаций в картине жизни молодых людей, было отмечено 106, часть которых (61 событие) зафиксировала высокий уровень ПТС. Оценка возраста гражданских лиц на момент потери или болезни близких показала, что самый ранний возраст – 0,5 года, самый поздний – 22 года. Максимально высокий уровень посттравматического стресса зафиксирован в случае, если потери произошли в возрасте от 10 до 19 лет.

Трудные семейные обстоятельства воспитания гражданскими лицами воспринимаются как высоко психотравмирующие, как и военными. Всего ситуаций данной категории было отмечено 150, из них молодые люди отметили 34 события, которые продолжают переживаться как высоко травмирующие.



Примечание: Тип события, номер пункта по LEQ:

1. Криминальные события (кражи) – пункты: 1, 2, 3, 4;
2. Природные и техногенные катастрофы, аварии – 5, 6, 7, 8;
3. Физические травмы, заболевания, угроза жизни самого субъекта – 9, 10, 16, 17;
4. Стать очевидцем или участником смерти, травмирования кого-либо – 11, 12, 18, 19;
5. Травмы, смерть или заболевание близкого человека, известие об этом – 13, 14, 15, 25;
6. Экономические лишения – 24, 27;
7. Семейные обстоятельства воспитания самого субъекта – 20, 21, 22, 23;
8. Ситуации сексуального насилия – 31, 32, 33;
9. Ситуации с детьми субъекта – 28, 29, 30;
10. Ситуации физического насилия – 26, 34, 35, 36.

**Рисунок 4.** События психотравмирующего характера, отмеченные гражданскими лицами по методике LEQ (%)

### Выводы

1. В трудной жизненной ситуации уровень психологического благополучия, как показатель удовлетворенности собой и жизнью, ниже у военнослужащих по призыву по сравнению с гражданскими лицами.
2. Уровень посттравматического стресса и выраженность психопатологической симптоматики выше у военнослужащих по призыву, находящихся в трудной ситуации, чем у гражданских лиц.
3. Вне зависимости от социальных условий молодые мужчины интенсивнее переживают события, связанные с известиями о травмах, смерти и заболеваниях близких людей.

4. Представления о психологической безопасности различаются у военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Дымова Е.Н. Посттравматический стресс и представления о психологической безопасности у военнослужащих по призыву и гражданских лиц // «Вестник» КГУ им. Н.А. Некрасова, – 2018. – №1 – С. 36–41.
2. Тарабрина Н.В., Агарков В.А., Быховец Ю.В., Калмыкова Е.С., Макаrchук А.В., Падун М.А., Удачина Е.Г., Химчян З.Г., Шаталова Н.Е., Щепина А.И. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч.1. Теория и методы. – М.: Когито-Центр, – 2007.
3. Фесенко П.П. Что такое психологическое благополучие? Краткий обзор основных концепций // Научные труды аспирантов и докторантов. – М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, – 2005 – В.45 – С. 35–48.
4. Харламенкова Н.Е. Общее и особенное в представлении личности о безопасности // Итоговая научная конференция института психологии РАН. – 2011. – С. 175–189.
5. Тарабрина Н.В., Быховец Ю.В., Бакусева Н.Н. К вопросу о вкладе уровня психологического благополучия личности в переживание террористической угрозы // Актуальные проблемы клинической и прикладной психологии: Мат-лы I Междунар. науч.-практ. конф. (Владивосток, 11–13 декабря 2009 г.) / отв. ред. Н.А. Кравцова, Р.В. Кадыров. Владивосток, – 2009. – С. 86–87.
6. Ермолаева А.В. Психологические особенности личности военнослужащего – участника боевых действий // Электронный журнал “Психологическая наука и образование”. – 2013. – № 1.
7. Харламенкова Н.Е. Личностная безопасность и стратегии ее достижения // Проблемы психологической безопасности. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», – 2012. – С. 133–159.
8. Дымова Е.Н., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е. Психологическая безопасность и травматический опыт как модуляторы поиска социальной поддержки в трудной жизненной ситуации // Психологический журнал, – 2015. – Т.36. – №2. – С. 15–27.
9. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: теория, эмпирия, практика. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», – 2012.
10. Дымова Е.Н., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е. Параметры психологического благополучия / неблагополучия при разном уровне психической травматизации // «Вестник» МГУ, – 2015. – №2. – С. 37–50.

**Dymova Ekaterina Nikolaevna**

Institute of psychology Russian academy of sciences, Moscow, Russia  
E-mail: grebennikovakaty@mail.ru

## The level of post-traumatic stress in a difficult life situation

**Abstract.** The article presents the results of a study of the relationship between the experience of traumatic events, the level of post-traumatic stress, the parameters of psychopathological status and the level of psychological well-being in groups of military men and civilians aged 18–25 years. The differences of young men in the intensity of experience of psychotraumatic events, the level of psychopathological symptoms, the level of post-traumatic stress and psychological well-being are analyzed. It is shown that the level of post-traumatic stress and the severity of psychopathological symptoms is higher in military men than in civilians. Also, the level of psychological well-being is lower in the military than in civilians.

**Keywords:** events of psycho-traumatic character; level of post-traumatic stress; level of psychological well-being; psychopathological symptoms; military men; civilians