

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра психологии  
Институт педагогики и психологии**

**ВТОРОЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ  
(с международным участием)**

**ДОКЛАДЫ И ВЫСТУПЛЕНИЯ**

---

**Секция 3. Личность в кризисной ситуации:  
психологическое консультирование и психотерапия**

**Особенности индивидуально-психологической реакции  
личности, проживающей в зоне вооруженного конфликта**

**Алиев Шаиг Акбер оглы,  
магистрант 1 курса специальности «Психология»  
(магистерская программа «Психологическое консультирование»),  
ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный педагогический университет»**

Современные реалии последних десятилетий показали, что количество бедствий, катастроф, террористических атак и вооруженных локальных конфликтов постоянно увеличивается. Мирные жители, которые проживают на территориях развернувшихся вооруженных конфликтов, так или иначе психологически вовлечены в экстремальные ситуации, связанные с ними, и определенным образом реагируют на них.

Все больше ученые и практики интересуются, почему одни и те же условия могут быть стрессогенными для одних людей и не затрагивать других, чем обусловлены эти различия и существует ли связь между индивидуальными реакциями на неблагоприятную ситуацию и личностными особенностями человека.

На данный момент проблема индивидуальной variability реакций на стресс у людей, проживающих в зоне вооруженного конфликта, остается практически не изученной. Но становится понятно, что недостаточно рассматривать психологические последствия вооруженных конфликтов только с точки зрения объективных особенностей, не беря во внимание такие психологические аспекты, как: субъективное восприятие личностью травмирующей ситуации, ее реагирование и поведение на такие ситуации.

Таким образом, актуальность этих проблем не вызывает сомнения, но только в последние годы исследователи приступили к систематическому изучению внутренних причин индивидуальных реакций человека на травмирующие ситуации.

Проблемы исследования индивидуально-психологических реакций человека на травмирующие события рассматривали как отечественные (С.С. Гончарова, М.Е. Зеленова, М.А. Костенко, Е.О. Лазебная, И.Г. Малкина-Пых, А.А. Олейников, Л.А. Пергаменщик, А.В. Смирнов, Н.В. Тарабрина, А.В. Тимченко, В.Е. Христенко и т.д.), так и зарубежные (J.R. Averill, P. Evans, C.J. Gelso, R.S. Lazarus, J. Ornel, T.S. Peukei, B.A. Prusoff, A. Rotter) ученые.

На сегодняшний день существует достаточно много подходов, теорий и концепций, объясняющих личную предрасположенность к возникновению травматического стресса. Так, Р.С. Лазару [1989] предположил, что для каждого человека стрессогенность события определяется доминирующей ролью когнитивных механизмов, участвующих в восприятии данного события как стрессового [Лазарус, 1989].

Дж. Ормели, Р. Сандерман, Р. Стьюарт [1988] в своих исследованиях выявили личностные предпосылки, которые способны менять отношение личности к происходящим неблагоприятным событиям. В своей модели они рассматривали провоцирующие факторы, личностную ранимость, уровень проявления болезненного симптома. По мнению авторов, три личностные переменные - нейротизм, самооценка, локус-контроль - могут выступать в качестве определения личностной ранимости. Эти переменные не меняют в

целом реакцию на неблагоприятное событие, а локус- контроль и самооценка иногда меняют отношение к событию и повышают ее желательности. Анализируя зарубежный опыт исследования реакций личности на травмирующие события нельзя не отметить работы Дж. Ялома [2001], который предложил рассматривать все психологические проблемы травматического стресса с точки зрения понятий смерти, свободы, изоляции и бессмысленности [Ялом, 2001].

В зарубежных исследованиях, изучающих взаимосвязь характеристик личности, стресса и заболеваний, большое внимание уделяют таким психологическим свойствам, как локус контроля, психологическая выносливость (устойчивость) и самооценка. Локус контроль определяет, насколько эффективно человек может влиять на окружающую обстановку или владеть ею. Экстерналы (внешний локус контроля) видят большинство событий как результат случайности, контролируемой силами, неподвластными человеку. Интерналы (внутренний локус контроля), наоборот, чувствуют, что только некоторые события находятся вне сферы человеческих влияний. Даже катастрофические события могут быть предотвращены хорошо продуманными действиями человека. Именно интерналы, по мнению автора, располагают более эффективно работающей когнитивной системой. Они тратят существенную часть своей умственной энергии на получение информации, что позволяет им влиять на значимые для них события. Кроме того, интерналы имеют выраженную тенденцию разрабатывать специфические и конкретные планы действий в тех или иных ситуациях. Таким образом, согласно концепции автора, чувство контроля над собой и окружением позволяет им более успешно справляться со стрессовыми ситуациями.

Украинские ученые А.В. Тимченко и В.Е. Христенко [2007], исследовавшие проблемы индивидуальных реакций личности на стресс, отмечали, что значимость события не находится в изоляции от контекста и восприятия ее личностью. Авторы делают акцент на том, что комбинация

неблагоприятных событий и фактора личностной ранимости представляет собой важнейшее условие возникновения стресса, чем один или даже два провоцирующие факторы без личной направленности. Изучая вариабельность реакций на стресс сотрудников МЧС, они рассматривали их через призму следующих уровней развития: психофизиологического, психологического и поведенческого [Тимченко, 2007].

С точки зрения некоторых авторов, на психофизиологическом уровне характер развития профессионального стресса определяться конституциональными особенностями работника, типом его нервной деятельности, цикличностью протекания физиологических функций, наличием заболеваний (в том числе вызванных данной профессией) и др. [Олейников, 2012]. На психологическом уровне к факторам относятся степень развития основных психических функций, наличие определенных способностей, уровень сформированности волевых качеств, особенности организации мотивационной сферы, которые в комплексе определяют индивидуально-психологические свойства личности. Особое внимание акцентировалось на том, что именно мотивационная структура и особенности эмоционально-волевой сферы формируют определенные личностные качества (экстраверт - интроверт, уровень тревожности) и характерологические особенности спасателя, которые создают благоприятные возможности для развития или, наоборот, устойчивости к возникновению профессионального стресса.

Своеобразие психологических особенностей находит выражение в выработке у работника специфических поведенческих схем или паттернов поведения (поведенческий уровень) [Тимченко, 2007].

Российские ученые В.А. Доморацкий и А.Л. Пушкарев [2000] придерживались иного подхода. Исследуя ПТРС, как реакцию на травмирующее событие, авторы подтвердили, что генетическая предрасположенность, а именно наличие в анамнезе психических расстройств, и предшествующий травматический опыт, может увеличивать

риск развития ПТСР после травмы. Согласно концепции авторов, важным является возрастной фактор: преодоление экстремальных ситуаций труднее дается молодым и старым людям. Риск ПТСР возрастает также в случаях изоляции человека на период переживания травмы, утраты семьи и близкого окружения. Велика роль своевременно оказанной помощи, реакции членов семьи, которые могут поощрять некоторые болезненные проявления [Пушкарев и др., 2000].

Соглашаясь с точкой зрения авторов, изучающих индивидуальные реакции людей на стрессовые события одной группы, мы можем утверждать, что в последнее время все большее значение придается психологическим аспектам стресса, в частности, жизненной значимости события, а также отношению личности к угрожающей ситуации с учетом моральных ценностей. Поскольку нас интересует, прежде всего, обусловленность различий в реакциях конкретного индивида на одни и те же стрессовые факторы, по нашему мнению, одним из предрасполагающих факторов может быть физиологическое состояние в момент получения травмы. Л. Дикая и А.В. Махнач [1996] пришли к выводу о том, что предсказать поведение человека в неблагоприятных условиях жизни можно, проанализировав причины и механизмы возникновения стресса или психической напряженности и определив типичные ошибки поведения при этом [Дикая, Махнач, 1996].

И.Э. Назарова [2002], исследуя проявления посттравматического стрессового расстройства, пришла к выводу, что одна из сторон посттравматического стресса относится к внутреннему миру личности и связана с реакцией на пережитые им события, которая в каждом отдельном случае индивидуальна. По мнению автора, помимо тяжести стрессорного фактора, важную роль играет уязвимость индивидуума к ПТСР, о которой свидетельствуют особенности преморбида (незрелость, астенические черты, гиперсенситивность, зависимость, склонность к чрезмерному контролю, направленному на подавление нежелательной эмоции), склонность к

виктимизации (тенденции оказываться в роли жертвы при аналогичных ситуациях) или черты травматофилии (фиксация на травматическом опыте) [Назарова, 2002].

Подобного мнения придерживается и И.Г. Малкина-Пых [2005], относя к важным факторам риска ПТСР такие личностные особенности человека, как акцентуация характера, социопатическое расстройство, низкий уровень интеллектуального развития, а также наличие алкогольной или наркотической зависимости. С точки зрения автора, если человек склонен к экстерниоризации стресса, то он менее подвержен ПТСР. Автор выделяет ряд условий, влияющих на развитие посттравматического стрессового расстройства:

1. Насколько ситуация субъективно воспринималась как угрожающая.
2. Насколько объективно реальна была угроза для жизни.
3. Насколько близко к месту трагических событий находился индивид (он мог физически не пострадать, но видеть последствия катастрофы, трупы жертв).
4. Насколько в это событие были вовлечены близкие, пострадали ли они, какова была их реакция.

Это особенно значимо у детей. Когда родители очень болезненно воспринимают происшедшее и реагируют паникой, ребенок также не будет чувствовать себя в безопасности [Малкина-Пых, 2005].

В.А. Бодров [2006] утверждал, что для развития информационного стресса важным фактором является состояние мотивационно-потребностной, эмоционально-волевой и когнитивной сферы субъекта деятельности, которые обуславливают субъективную, личностную значимость экстремальной ситуации, наличие готовности и возможности к ее преодолению, способность выбора рациональной стратегии поведения в этих условиях [Бодров, 2006].

О.В. Воробьева [2008] рассматривала вариабельность реакций личности на стрессовую ситуацию с позиции медицинского подхода. По мнению автора, степень выраженности реакции на стресс одной и той же силы может быть

различной и зависит от многих факторов: пол, возраст, структура личности, уровень социальной поддержки, разного рода обстоятельства. У некоторых лиц с чрезвычайно низкой стрессоустойчивостью в ответ на стрессовое событие, не выходящего за рамки обычного или повседневного психического стресса, может развиваться болезненное состояние. Более или менее очевидные для больного стрессорные события вызывают болезненные симптомы, нарушающие привычное функционирование пациента (могут нарушаться профессиональная деятельность, социальные функции). Эти болезненные состояния получили названия расстройства адаптации [Воробьева, 2008]. А.В. Смирнов [2002] рассматривал реакции на травматический стресс в точки зрения понятия «неопределенность» как следствия вероятностного характера всего происходящего. По мнению автора, неопределенность является одним из наиболее тягостных переживаний. Значительная часть интеллектуальной деятельности человека, связанная с формированием представления о мире и о себе, направлена именно на преодоление этой неопределенности, поиск закономерностей, при этом типично отметить возможность маловероятных или просто нежелательных событий [Смирнов, 2002.]

Одной из концепций, объясняющей специфику переживания травматического стресса, является концепция В. Франкла [1990], который утверждал, что человек может вынести все, что угодно, если в этом есть смысл. С точки зрения автора, психологическая травма неожиданна, беспричинна и потому воспринимается как бессмысленная. Это заставляет пострадавших искать какое-нибудь объяснение тому, что произошло, чтобы травматическое переживание не было напрасным. Тогда и создаются социальные мифы, которые предлагают свое объяснение случившегося [Франкл, 1990].

В целом, мы согласны с этим подходом. Таким образом, можно утверждать, что травматическое стрессовое событие и то, что за ним следует, есть опыт острого и внезапного столкновения убеждений человека с реальностью. Исходя из этого, наиболее психологически значимыми

характеристиками травматического стрессового события можно считать противоречие базисным убеждениям личности, пересмотр которых воспринимается как угроза существованию, внезапность события (человек не допускал возможности события) и непоправимость происшедшего.

По мнению Н.В. Тарабриной и Е.О. Лазебной [1997, 2001], важную составляющую травмы, помимо самого события, представляет собой постстрессовое окружение. Обобщая результаты исследований по реакциям лиц, переживших военный стресс, авторы пришли к выводу, что отношение к смерти и страданиям характеризуют следующие особенности: тенденция к избеганию, как если бы эти феномены не имели отношения к жизни большинства людей; их переживают в одиночестве, культура, общество и непосредственное окружение не дает тут поддержки. Все это усугубляет течение ПТСР и реакции потери, затрудняет переработку травматического события [Тарабрина и др., 1997, Тарабрина, 2001].

Попадая под воздействие сильных стрессовых факторов, личность не остается прежней. М.Ш. Магомед-Эминов [2009] акцентировал внимание на том, что роль личности в индивидуальном понимании травматического стресса не ограничивается выполнением функции смыслового опосредствования: травматический стресс трансформирует буквально все психические структуры и процессы личности вплоть до ядерных глубинных образований и самого Я человека. Более того, считал автор, травмотрансформации подвергаются не только глубинные слои личности, но и ее наиболее «вершинные» смысловые содержания. По мнению автора, любая сверхординарная ситуация как особая форма существования человека инициирует смыслотворчество личности, исход которого двойственен: с одной стороны, смысловые новообразования создают смысловую ткань для существования в новой реальности, в которой пребывает человек, с другой – новые смыслы закладывают основы того, что автор обозначает, как смысловое удвоение. По мнению автора, психологические коллизии уцелевшего детерминированы трансформацией личности человека,

коренящейся в экстремальной ситуации существования [Магомед-Эминов, 2009].

Можно согласиться с тем, что смысловой опыт, обретенный человеком в травмирующей ситуации, становится для него обузой в более благополучной ситуации, тяжелым жизненным грузом, который отторгается им как нечто чуждое и чужеродное. Поэтому, на наш взгляд, обязательным при изучении изменений в функционировании личности в условиях психотравмирующего опыта вооруженного конфликта, является изучение и трансформации смыслов в постконфликтный период.

Таким образом, можно сделать вывод, что сильные травмирующие события влекут за собой слом или трансформацию системы ценностей, убеждений, представлений о мире и о себе, что при отсутствии замены может привести к деструктивным проявлениям. Стремление компенсировать эту катастрофу может реализоваться несколькими путями: в виде попытки сохранить прежнюю систему ценностей и убеждений или в виде пересмотра и создания новой, более гибкой и жизнеспособной системы.

### **Список используемых источников**

1. Абакумова И.В., Рядинская Е.Н. 2017. Специфика индивидуально психологических реакций личности, проживающей в зоне вооруженного конфликта. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-individu...>
2. Бодров В.А. 2006. Психологический стресс: развитие и преодоление. Москва, «ПЕР СЭ», 375..
3. Воробьева О.В. 2008. Стресс и расстройство адаптации. [Электронный ресурс]. URL: [http://www.rmj.ru/articles/nevrologiya/Stress\\_i\\_rasst..](http://www.rmj.ru/articles/nevrologiya/Stress_i_rasst..) (18 мая 2015).
4. Дикая Л.Г., Махнач А.В. 1996. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования // Психол. Журнал, Т.17, № 3. 137-148.
5. Лазарус Р.С. 1989. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к стрессу // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. – Москва-Женева, 121 – 126.
6. Магомед-Эминов М.Ш. 2009. Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности. Кн. 1–2: дисс. д. психол. н. М., 680.

7. Малкина-Пых И.Г. 2005. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Справочник практического психолога. М.: Изд-во Эксмо, 960.
8. Назарова И.Э. 2002. Личность и травма. [Электронный ресурс]. URL: [Http://www.zvezda-oriona.ru/66912.htm](http://www.zvezda-oriona.ru/66912.htm).
9. Олейников А.А. 2012. Особенности индивидуальной вариабельности реакций спасателей на развитие у них профессионального стресса. – Харьков, 274.
10. Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. 2000. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. М., Изд. Института психотерапии, 473. Смирнов А.В. 2002. ПТСР и некоторые базовые убеждения человека. [Электронный ресурс]. URL: <http://alex-therapy.narod.ru/PTSD.htm>.
11. Тарабрина Н. В., Лазебная Е. О., Зеленова М. Е. 1997. Психологические характеристики лиц, переживших военный стресс // Труды Института психологии РАН. М., 254–262.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла / Пер. с англ. М., Прогресс, 1990.
13. Экстремальная психология: Учебник. 2007. / общ. ред. проф. А.В. Тимченко. К.: ТОВ «Август Трейд», 502. Ялом И. 2000. Экзистенциальная психотерапия. М., НФ «Класс», 264.
14. Abakumova I., Kruteleva L., Ryadinskaya E. 2016. Transformation of Life-Sense Strategies of a Person in the Armed Conflict Environment: Theoretical Research // Barselona: [6th.WorldCongress of Psychology and Behavioral Sciences \(Management, Psychology, Political and Social Sciences\)](#), 1-6.
15. Holmes T.H, Rahe R.H. 1967. The Social Readjustment Rating Scale // J. Psychosom Res, 11 (2): 213–218. Kelly G. 1963. A theory of personality: The psychology of personal constructs. New York: Norton, 238-240.
16. Ormel J., Sanderman R., Stewart R. 1988. Personality as modifier of the life event – disstress relationship: A longetudinal structure equation model // Person. Individ. Diff., V. 9, № 6:973-982.
17. Rotter J.B. 1966. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement // Psychological Monograpghs, № 80: 609.