ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССОВОГО РАССТРОЙСТВА И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ВЕТЕРАНОВ АФГАНИСТАНА

Диана ПАНТЕЛЕЕВА,

студентка II курса, Факультета Психологии, Педагогических наук, Социологии и Социальной помощи

CZU: 159.944.4:616.89-07:355.01(581) dianapanteleeeva@gmail.com

Война в Афганистане произошла около 30 лет назад и по воспоминаниям комбатантов была одной из самых жестоких [1]. Бывшим военнослужащим тяжело вернуться к гражданской жизни из-за возникновения новых стрессовых факторов, связанных с трудностями приспособления [2]. Часть ветеранов так и не адаптируются. У них возникает кризис идентичности и вернувшийся с поля боя продолжает всё снова и снова возвращаться к роли солдата, потому что она – наиболее привычна для него и его психики. Таким образом, особую актуальность приобретает не только сохранение психического здоровья бывших военнослужащих, но и проблема их реабилитации в обществе.

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) — тяжёлое психическое состояние, возникающее в результате единичного или повторяющихся событий, оказывающих сверхмощное негативное воздействие на психику индивида. Для него характерно следующее: 1) повторное переживание травматического события в настоящем времени в виде ярких навязчивых воспоминаний; 2) избегание мыслей и деятельности, напоминающих событие; 3) состояние субъективного ощущения сохраняющейся угрозы [3].

Сложность данного расстройства заключается в том, что травматичное событие не формируется в воспоминание и не откладывается в памяти. Функция обработки и сохранения в памяти происходящего события во время травматической угрозы часто подавляется. Как следствие – событие не воспринимается как завершившееся, а жертва не воспринимает себя как выжившую.

Под копинг-стратегией принято понимать динамичные когнитивные и поведенческие попытки человека справиться с особенными внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как превышающие возможности индивида в преодолении проблемы [4].

Мы предположили, что наличие посттравматического стрессового расстройства или отдельных его признаков, у ветеранов войны в Афганистане обуславливает выбор используемых ими стратегий совладания со стрессом (копинг-стратегий). То есть, чем более выражены признаки ПТСР, тем менее адаптивные копинг-стратегии используют ветераны войны. Для проверки выдвинутой гипотезы нами были использованы следующие диагностические методики: «Шкала оценки влияния травматического события (ШОВТС)» М.Хоровиц [5]; «Опросник совладания со стрессом, COPE» К. Каравер, М.Шейер, Дж.Вейнтрауб [6]. Иссле-

дуемая выборка включала 20 участников боевых действий в Афганистане (мужчин 55-65 лет).

В результате обработки полученных данных нами была обнаружена прямая взаимосвязь между ПТСР и такой копинг-стратегией как «Отрицание» ($r = 0{,}551$, при $p \leq 0.01$). Таким образом, чем более выражены симптомы расстройства у участника военных действий, тем чаще он будет прибегать к попыткам отрицать свою реальность. Взаимосвязь была также обнаружена с копинг-стратегией «Употребление успокоительных» ($r = 0{,}711$ при $p \leq 0.01$). Таким образом, чем более выражены симптомы ПТСР, тем чаще участники военных действий будут прибегать к употреблению успокоительных средств. Проанализировав отдельные компоненты ПТСР, нами также была обнаружена взаимосвязь с некоторыми копинг-стратегиями. Например, чем выше были показатели по критерию избегания (AV) ($r = 0{,}458$ при $p \leq 0.01$) и психологической возбудимости (AR) ($r = 0{,}704$ при $p \leq 0.01$), тем чаще испытуемые прибегали к «Мысленному уходу от проблемы», что проявляется в использовании различных видов активности для отвлечения от неприятных мыслей, связанных с проблемой, например, фантазирование, сон. Практическая значимость исследования состоит в возможности использования полученных результатов в практике консультирования, как и бывших комбатантов, так и других личностей, страдающих от ПТСР.

Литература:

1. РУКОМОЙНИКОВА А.Н., СУХАРЕВА И.В. Афганская война в воспоминаниях её участников. В: Новое прошлое, 2021, №3.
2. ЗАЙЦЕВ А.А., ЛЕВИЦКАЯ Т.Е., ДМИТРИЕВА Е.Н. Проблема здоровья и адаптации военнослужащих, принимавших участие в современных локальных воинах и вооруженных конфликтах. В: Вестник Томского государственного университета, 2009, № 319. — С.169.
3. МКБ-11. Глава 06. Психические и поведенческие расстройства и нарушения нейропсихического развития. Москва: Университетская книга, 2022. — С. 432.
4. РОТШИЛЬД Б. Воспоминания тела. Психофизиология и терапия психологической травмы. Москва: Эксмо, 2023. — С. 240.
5. ТАРАБАРИНА Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПБ: Питер, 2011. с 125.
6. РАССКАЗОВА Е.И., ГОРДЕЕВА Т.О Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции. В: Психология, 2013, №1.

Рекомендовано

***Стела ВЫРТОСУ**, лектор, магистр психологии*