

Секция «Клиническая психология (патопсихология, психосоматика и психология телесности)»

Связь уровня тревоги и нарушения «Я» у людей, переживших травму

Научный руководитель – Земзюлина Ирина Николаевна

Чебан Елена Сергеевна

Студент (специалист)

Курский государственный медицинский университет, Кафедра общей и клинической психологии, Кафедра общей и клинической психологии, Курск, Россия

E-mail: lena.cheban.2016@mail.ru

Исследование взаимосвязи уровня тревоги и нарушений «Я» у людей, переживших травматический опыт, является актуальным с точки зрения клинической психологии, поскольку позволяет углубить понимание механизмов влияния травмы на личность. Кроме того, такая работа имеет важное прикладное значение: она способствует разработке эффективных программ клиничко-психологического сопровождения, направленных на снижение тревоги и восстановление целостности структуры «Я» у лиц с травматическим опытом.

Актуальность темы также подтверждается недостаточной изученностью данной проблемы в контексте вынужденного переселения с приграничных территорий Курской области, связанных с боевыми действиями. Углублённое изучение взаимосвязи тревоги и нарушений «Я» позволит повысить эффективность психологической помощи, что крайне важно для стабилизации психоэмоционального состояния и социальной адаптации людей, оказавшихся в кризисной ситуации.

Цель исследования - изучить взаимосвязь уровня тревоги и нарушений «Я» у людей, переживших экстремальную ситуацию как травматический опыт в результате боевых действий, а также предложить программу клиничко-психологического сопровождения вынужденных переселенцев.

Объектом исследования выступает уровень тревоги и нарушения «Я-организации».

Предметом исследования выступает связь между уровнем тревоги и нарушениями «Я» у людей, переживших травматический опыт.

Используемые методы:

1) Международный опросник травмы (автор: M. Cloitre et al. (2018), адаптация: М. А. Падун и др. (2022)

2) Опросник генерализованного тревожного расстройства, ГТР-7 (авторы: R. Spitzer, K. Kroenke (2002, 2006), адаптация: А. А. Золотарева (2023);

3) Опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса;

4) Методика «Тест жизнестойкости» (С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева).

В исследовании приняли участие 30 человек в возрасте 25-55 лет, являющимися вынужденными переселенцами: 15 человек пережившие экстремальную ситуацию как травматический опыт – экспериментальная группа, а также 15 человек для которых переживание экстремальной ситуации не является травмирующим опытом - контрольная группа. Исследование проводилась на базе пункта временного размещения Курского государственного медицинского университета.

Расчеты проводились с использованием статистического пакета фирмы StatSoft STATISTICA 8.0 StatSoft. Анализ данных проводился с использованием критериев U-Манна-Уитни и корреляционной связи R-Спирмена.

Обсуждение результатов эмпирической части:

Анализ данных показал, что у лиц с переживанием экстремальную ситуацию как травматический опыт уровень тревоги значительно выше, чем в контрольной группе ($p \leq 0,05$). Среднее значение по шкале GAD-7 в экспериментальной группе составило $15,4 \pm 2,8$, тогда как в контрольной группе – $8,7 \pm 3,2$.

Также выявлена отрицательная корреляция между уровнем тревоги и жизнестойкостью ($r = -0,54$, $p \leq 0,05$), что подтверждает гипотезу о влиянии тревоги на адаптационные возможности личности. У лиц с высоким уровнем тревоги наблюдались нарушения структуры "Я", выраженные в снижении самооценки ($p = 0,017$), ухудшении способности к саморефлексии ($p = 0,021$) и трудностях в установлении социальных контактов ($p = 0,014$). Более 80% испытуемых в экспериментальной группе демонстрировали выраженные изменения в структуре "Я", тогда как в контрольной группе этот показатель составлял 30%.

Кроме того, исследование показало значимые различия в использовании копинг-стратегий. В экспериментальной группе отмечалось преобладание стратегий избегания и бегства-избегания ($p = 0,018$), тогда как в контрольной группе чаще применялись продуктивные стратегии, такие как планирование решения проблемы и положительная переоценка ($p = 0,024$). Это указывает на то, что лица с высоким уровнем тревоги менее склонны к адаптивному преодолению стрессовых ситуаций.

Полученные результаты согласуются с данными, представленными в работах Бессела ван дер Колка и А. Н. Леонтьева, согласно которым травматический опыт приводит к дезинтеграции личности и усилению тревожных реакций. Кроме того, обнаружено, что лица с высоким уровнем тревоги склонны к использованию дезадаптивных копинг-стратегий, таких как бегство-избегание, что препятствует восстановлению структуры "Я" и адаптации к новой среде.

Выводы:

1. Было установлено, что у лиц с высоким уровнем тревоги действительно наблюдаются нарушения структуры «Я», а также при легком и среднем уровне тревоги также наблюдается нарушение «Я».

2. В ходе корреляции по Спирмену обнаруживаются статистически достоверные связи между нарушением «Я» и жизнестойкостью у людей с переживанием экстремальной ситуации как травматического опыта. Отрицательная корреляция говорит нам о том, что чем выше уровень нарушения «Я», тем ниже показатель жизнестойкости.

3. Было подтверждено, что люди, пережившие экстремальную ситуацию, склонны прибегать к дезадаптивным стратегиям совладания, в отличие от лиц без травматического опыта, они выбрали продуктивные стратегии.

На основе полученных данных разработана программа клинико-психологического сопровождения, включающая методы когнитивно-поведенческой терапии, арт-терапии и тренингов жизнестойкости. Дальнейшие исследования могут быть направлены на оценку эффективности данной программы в различных группах лиц, переживших травматический опыт.

Источники и литература

- 1) 1. Барсуков, Н. А., & Павлов, Е. Ю. (2018). Нейрофизиологические аспекты тревожных расстройств при посттравматическом стрессовом расстройстве. Психиатрия и психофармакология, 20(4), 62–68.
- 2) 2. Вольф, С. Травма и восстановление: [Монография]. — М.: Когито-Центр, 2007. — 344 с.
- 3) 3. Гринберг, Э. Травматический стресс: природа, диагностика и терапия. — СПб.: Речь, 2008. — 400 с.

- 4) 4. Дмитриева, Т. Б., & Клименко, Т. М. (2012). Психологические последствия травматического опыта: теоретические подходы и клинические наблюдения. Социальная и клиническая психиатрия, 22(3), 63–70.