

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ОПЫТ КАК МОДУЛЯТОРЫ ПОИСКА СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ<sup>1</sup>

© 2015 г. Е. Н. Дымова\*, Н. В. Тарабрина\*\*, Н. Е. Харламенкова\*\*\*

\* Младший научный сотрудник лаборатории психологии посттравматического стресса Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института психологии РАН, Москва;

\*\* Главный научный сотрудник лаборатории психологии посттравматического стресса, доктор психологических наук, профессор, там же;

\*\*\* Заведующая лабораторией психологии посттравматического стресса, доктор психологических наук, профессор, там же.

Представлены результаты исследования, направленного на определение различий в представлениях молодых людей с разным травматическим опытом о психологической безопасности и особенностях принятия ими социальной поддержки в трудных жизненных обстоятельствах. Показано, что психологическая безопасность как маркер трудности актуальной ситуации и травматический опыт как характеристика индивидуальной истории человека являются модуляторами поиска социальной поддержки. Обнаружено, что при высоком индексе травматизации круг значимых людей, от которых ожидается помощь, существенно сужается. Проанализированы жизненные ситуации, способные привести к развитию посттравматического стресса.

*Ключевые слова:* психологическая безопасность, травматический опыт, посттравматический стресс, социальная поддержка.

В отечественной психологии проблема психологической безопасности личности поставлена совсем недавно и продолжает оставаться остро актуальной [4]. Социальные конфликты, терроризм, стрессы становятся частым, практически повседневным явлением жизни современного человека и закономерным образом стимулируют проведение исследований, в которых изучаются последствия влияния этих факторов на психологическое благополучие и безопасность личности [9]. В обыденных представлениях людей собственная безопасность ставится в зависимость от влияния окружающих человека условий, обстоятельств, которые, однако, воздействуют на него не прямо, а опосредованно, преломляясь через систему внутренних факторов, личностных особенностей [3, 11]. 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.

Необходимость в системном изучении психологической безопасности вызвана отсутствием точного определения этого явления и сложностью выделения данного термина из множества близких по смыслу понятий (например, надежность, устойчивость, защищенность). Кроме того, до настоящего времени проблема психологической безопасности исследуется в рамках отдельных дисциплин психологии труда, социальной психологии (психология семьи) и др., что затрудняет создание общей теоретической модели психологической безопасности личности.

Важным вопросом изучения психологической безопасности личности, по нашему мнению, является проблема исследования представлений о ней в зависимости от различных социальных условий, определяющих жизнедеятельность человека. В продолжение проведенных нами ранее исследований [2, 10], эмпирическая модель психологической безопасности личности, включающая такие компоненты, как цель, состояние, ресурс, способы достижения психологической безопасности, была расширена новой переменной – изменение социального статуса субъекта, что позволило изучить

<sup>1</sup> Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ (грант № 13-06-00390).

представления о безопасности личности в связи с жесткой регламентацией социальных ролей, выявить специфические механизмы приспособления к сложным жизненным обстоятельствам. Конкретным объектом настоящего исследования стала выборка солдат-срочников, которые находятся в подобных обстоятельствах.

Изучение поставленного вопроса тем более важно в свете обнаруженной нами тенденции: большинство исследований, проведенных на разных выборках солдат-срочников, посвящено изучению психических заболеваний, в том числе шизофрении, тревожности, депрессии [17, 19], а также таким явлениям, как “буллинг” и “дедовщина” [18]. Из наиболее близких к рассматриваемой нами проблеме можно отметить исследование личностных особенностей и совладающего поведения в стрессовых ситуациях [16], а также работу, посвященную изучению установок на риск и безопасность и их связи с лидерством и сплоченностью группы [13]. В отечественной психологии в ряде диссертационных исследований изучены уровень тревожности, реакции на фрустрацию, временная перспектива и другие психологические особенности в группах солдат-срочников [1, 6].

Состояние, в котором находятся солдаты срочной службы, можно рассматривать как неоднозначное: с одной стороны, его следует оценивать как стрессовое, а с другой – как мобилизующее силы, требующее от человека демонстрации выносливости, жизнестойкости, стрессоустойчивости [5]. Согласно К. Долану и М. Эндеру военная среда отличается особыми видами стрессоров. Кроме того, некоторые аспекты среды имеют парадоксальный характер: показано, что ожидание срочником социальной поддержки от других солдат, от семьи и друзей, может само по себе стать потенциальным источником стресса [14]. Не только средовые факторы, но и недостаточность внутренних ресурсов, наличие травматического опыта препятствуют принятию помощи.

В исследовании Т. Хойта с соавторами, проведенном, в том числе, на солдатах, было показано, что при наличии признаков посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) способность к самораскрытию, к выражению эмоций относительно травматических событий снижается. Выявлено, что выражение положительных эмоций имеет большую вероятность, чем выражение отрицательных эмоций, и степень самораскрытия во многом зависит от того, перед кем раскрывается человек. Социальная поддержка уменьшает риск ПТСР, однако эта связь не является безусловной и

определяется целым рядом факторов, в том числе и тем, какую цель преследует человек в процессе самораскрытия [15].

Ключевыми конструктами, на которых строится проведенное исследование, стали “психологическая безопасность”, “травматический опыт” и “социальная поддержка”. Понятие “психологическая безопасность” было использовано преимущественно для оценки представлений о безопасности и косвенно – для оценки среды, “травматический опыт” – для характеристики истории жизни человека с точки зрения его травмированности, “социальная поддержка” – для определения специфики совладания с трудными жизненными обстоятельствами, которыми является служба в армии.

*Целью* исследования стало изучение различий в представлениях молодых людей с разным травматическим опытом о психологической безопасности и анализ особенностей принятия социальной поддержки в трудных жизненных обстоятельствах.

#### *Задачи:*

1. Выявить различия в представлениях о психологической безопасности у молодых людей с разным травматическим опытом.
2. Провести анализ психотравмирующих событий в группах молодых людей с разным травматическим опытом.
3. Определить специфику социальной поддержки при разном травматическом опыте.

*Гипотеза:* в трудных жизненных обстоятельствах психологическая безопасность ассоциируется с самосохранением и принятием социальной поддержки. Чем выше уровень индивидуальной травматизации личности, тем более выражена потребность в эмоциональной поддержке, ожидаемой от самых близких людей, и менее – потребность в социальной интеграции.

## МЕТОДИКА

*Участниками исследования* выступили 123 солдата-срочника мужского пола в возрасте от 18 до 25 лет, проходившие военную службу в частях Московской области. Для сопоставления представлений молодых людей о психологической безопасности в различных жизненных обстоятельствах аналогичное исследование было проведено с участием 132 студентов гуманитарных вузов г. Москвы (60 девушек и 72 юноши).

В процессе исследования был использован ряд *методик*.

1. Для изучения представлений о психологической безопасности применялась *Анкета психологической безопасности*, разработанная в лаборатории психологии посттравматического стресса Института психологии РАН, которая представляет собой список из 60 слов-дескрипторов, наиболее часто ассоциирующихся с психологической безопасностью. Респондентам предлагалось оценить степень близости того или иного дескриптора к своему представлению о безопасности (по шкале от +2 – абсолютно соответствует до –2 – совершенно не соответствует).

2. Для определения типа социальной поддержки в межличностных отношениях использовался *Опросник социальной поддержки F-SOZU-22* (G. Sommer и T. Fydrich, 1993) в адаптации А.Б. Холмогоровой [12]. Опросник содержит ряд утверждений с ответами от “совсем не соответствует” до “полностью соответствует” и включает следующие шкалы: эмоциональная поддержка (наличие позитивного чувства близости, доверия и общности); инструментальная поддержка (возможность получения важной, полезной информации, получения помощи в решении проблем, в домашних, учебных делах, оказание материальной помощи); удовлетворенность социальной поддержкой (степень удовлетворенности респондента вниманием и пониманием других людей, его оценка этих отношений как безопасных, доверительных); социальная интеграция (наличие круга значимых людей и людей с общими интересами, а также степень включенности опрашиваемого человека в этот круг, ощущение человеком собственной значимости для данной группы лиц). В результате подсчитывается общий балл по всем шкалам.

3. *Опросник травматических ситуаций (Life Experience Questionnaire-LEQ)* [7] основан на самоотчете и предназначен для оценки влияния на личность психических травм, предшествующих актуальной травме. Охватывая жизненный путь (с раннего детства) до настоящего момента, методика дает возможность определить степень влияния события на актуальное состояние человека. Фиксируется количество и характер травматических событий и степень их влияния в настоящем. Опросник состоит из четырех разделов: криминальные события (грабежи, кражи), природные катастрофы и общие травмы, ситуации физического и сексуального насилия и другие события. По результатам опросника подсчитывается Индекс травматизации (ИТ). ИТ ниже 2 баллов указывает на отсутствие признаков посттравматического стресса.

4. *Опросник оценки выраженности психопатологической симптоматики Symptom Check List-90-r-Revised, SCL-90-R* (Derogatis, 1983) [7] как инструмент для определения актуального психологического симптоматического статуса состоит из 90 утверждений. Они объединены в 9 основных шкал: соматизация – *SOM*, обсессивно-компульсивные расстройства – *O-C*, межличностная сензитивность – *INT*, депрессия – *DEP*, тревожность – *ANX*, враждебность – *HOS*, фобическая тревожность – *PHOB*, паранойяльные симптомы – *PAR*, психотизм – *PSY*, и в 3 обобщенные шкалы: общий индекс тяжести симптомов – *GSI*, индекс наличного симптоматического дистресса – *PSDI*, общее число утвердительных ответов – *PST*.

*Статистический анализ данных* осуществлялся с помощью программного пакета *Statistika 7.0*, были использованы: *U*-критерий Манна-Уитни, коэффициент корреляции Спирмена ( $r_s$ ), факторный анализ (*метод Principal components, Varimax raw*), критерий  $\phi$  – угловое преобразование Фишера.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

Для понимания особенностей представлений о психологической безопасности у исследуемой выборки было проведено сравнение показателей солдат-срочников с группами юношей и девушек, обучающихся в гуманитарных вузах г. Москвы. Для этой цели использовали Анкету психологической безопасности.

Оценка предпочтений в выборе слов-дескрипторов в сравниваемых группах осуществлялась путем подсчета суммы баллов по ответам +1 и +2 по каждому из 60 дескрипторов Анкеты психологической безопасности у всех респондентов группы с последующим расчетом верхних квартилей. Если суммы баллов по определенному дескриптору превышали значения верхнего квартиля, то их рассматривали как предпочитаемые ассоциации (табл. 1). В Таблице 1 указаны дескрипторы с наибольшими суммами баллов.

Важно отметить, что для юношей обеих групп психологическая безопасность ассоциируется с “контролем ситуации”, “уверенностью в себе”, “самосохранением” и “здоровьем”. Различия между ними состоят в том, что для солдат-срочников такими же важными оказываются “надежные друзья, верность” и “поддержка, помощь”, а для юношей-студентов – “наличие денег” и “свобода”. Группа девушек отличается иными предпочтени-

**Таблица 1.** Предпочтения (ранги) в выборе дескрипторов в группе солдат-срочников и в группах сравнения – юношей и девушек

Дескрипторы	Основная группа	Группа сравнения	
	Солдаты-срочники <i>N</i> = 123	Студенты-юноши <i>N</i> = 72	Студенты-девушки <i>N</i> = 60
Контроль ситуации	1	1	3
Уверенность в себе	2	2	5
Надежные друзья, верность	3	8	9
Самосохранение	4	4	11
Поддержка, помощь	5	–	6
Здоровье	6	6	7
Свобода	7	5	14
Доверие	8	–	12
Жизненный опыт, опытность	9	10	–
Надежность	10	11	8
Любовь	11	–	–
Терпимость, сдержанность	12	–	–
Компетентность, ум	13	13	–
Уверенность в окружении	14	16	1
Позитивное окружение	15	–	–
Наличие денег	–	3	–
Владение информацией	–	7	15
Дом, жилье	–	9	4
Защита, защищенность	–	12	2
Обдумывание, прогнозирование	–	14	–
Активность, скорость реакции	–	15	–
Чувство комфорта	–	–	10
Мир в стране	–	–	13

*Примечание.* Цифры указывают на большее (1 ранг) или меньшее (15 или 16 ранг) предпочтение дескриптора в группе значимых ассоциаций; знак “–” означает, что сумма баллов, набранная по данному дескриптору, не превышает значения верхнего квартиля, и этот дескриптор не входит в группу предпочитаемых ассоциаций.

ями: на первом месте в представлениях о психологической безопасности стоит “уверенность в окружении”, “защита, защищенность”, а затем “контроль ситуации”, “дом, жилье” и “уверенность в себе”. Интересно отметить, что в группу наиболее часто выбираемых дескрипторов психологической безопасности у юношей-студентов по сравнению с группой солдат-срочников не попали: “поддержка, помощь”, “доверие”, “любовь”, “терпимость, сдержанность”, “позитивное окружение”. Девушки (по сравнению с 2-мя группами юношей) редко используют “жизненный опыт, опытность”, “компетентность, ум” в качестве дескрипторов психологической безопасности. Особенностью группы солдат-срочников, по сравнению с группой студентов, является ассоциация психологической безопасности с “любовью”, “терпимостью, сдержанностью” и “позитивным окружением”, что частично соответствует гипотезе исследования.

После сравнения общих особенностей представлений в группе солдат-срочников и группе студентов дальнейший анализ результатов проводился только для группы солдат-срочников. Выборка (*N* = 123) была разделена на две подгруппы: “*N*” – группа с низкими значениями и “*T*” – группа с высокими значениями по показателю ИТ методики *LEQ* (медианный критерий). В первую группу (*N* = 57) вошли респонденты со значениями по ИТ ниже 1.7 балла, во вторую группу (*N* = 66) – респонденты со значениями по ИТ выше 1.8 балла.

Целью разделения выборки по ИТ стало предположение о том, что в зависимости от собственного опыта респондентов представления о безопасности среды будут различаться и высокий уровень травматизации, по-видимому, приведет к снижению возможностей обращения к социальной поддержке. Вследствие этого дальнейший анализ строился таким образом, чтобы выявить

различия в представлениях о психологической безопасности (с помощью “Анкеты психологической безопасности”) у групп “N” и “T” (табл. 2) и определить характер социальной поддержки, обусловленный этим представлением.

Самые высокие ранги в двух группах респондентов получили такие дескрипторы, как “контроль ситуации” и “уверенность в себе”, а одно из последних мест в перечне часто выбираемых дескрипторов занимает “компетентность, ум”. Для группы “N” важными оказались “самосохранение” и “надежные друзья”, для группы “T” – “надежные друзья” и “здоровье”.

В целях уменьшения размерности данных (количества переменных) был использован факторный анализ – метод главных компонент (*Principal Component analysis, PCA*) и варимакс-вращение (*Varimax Rotation*). Факторизация была проведена по 12 основным и 7 дополнительным переменным (табл. 3).

В результате выделено три фактора, определяющих представления о психологической безопасности солдат-срочников из группы “N” (ИТ < 1.7).

1 фактор – *самосохранение* – “самосохранение” (0.82), “компетентность, ум” (0.73), “равновесие, стабильность” (0.72), “здоровье” (0.62) – собственный вес равен 3.08, процент объясняемой дисперсии – 31.4%.

2 фактор – *доверие и надежные друзья* – “доверие” (0.83), “надежные друзья, верность” (0.82), “позитивное окружение” (0.80), “любовь” (0.7), “надежность” (0.64), “поддержка, помощь” (0.62), “уверенность в окружении” (0.62), “мудрость” (0.60); собственный вес равен – 2.1, процент объясняемой дисперсии – 14.6%.

3 фактор – *уверенность в себе* – “уверенность в себе” (0.74), “физическая подготовка, сила” (0.72), “жизненный опыт” (0.67), “контроль ситуации” (0.65), “терпимость, сдержанность” (0.61); соб-

**Таблица 2.** Предпочтение (ранги) в выборе дескрипторов в группах солдат-срочников с более низким (“N”) и более высоким (“T”) ИТ

Дескриптор	Ранги	
	группа “N” ИТ < 1.7	группа “T” 1.8 ≤ ИТ ≤ 2.6
<b>Основные переменные</b>		
Контроль ситуации	1	1
Самосохранение	2.5	6
Доверие	10.5	7
Уверенность в себе	2.5	2
Надежность	12	9
Поддержка, помощь	5	5
Жизненный опыт, опытность	7.5	10.5
Свобода	7.5	8
Надежные друзья, верность	4	3
Любовь	9	10.5
Компетентность, ум	10.5	12
Здоровье	6	4
<b>Дополнительные переменные</b>		
Ответственность, долг	–	+
Мудрость	–	+
Позитивное окружение	+	–
Физическая подготовка, сила	–	+
Равновесие, стабильность	–	+
Уверенность в окружении	–	+
Терпимость, сдержанность	+	+

*Примечание.* 1) “основные переменные” – дескрипторы, имеющие наибольшие суммы баллов в обеих группах; “дополнительные переменные” – дескрипторы, выбираемые в одной из групп; 2) знак “+” указывает на попадание дескриптора в группу высокочастотных выборов, знак “–” – на отсутствие дескриптора в группе высокочастотных выборов.

**Таблица 3.** Факторная структура представлений о психологической безопасности в группах солдат-срочников с различным уровнем выраженности травматического опыта

№ фактора	Группа "N"	Группа "T"
1	Самосохранение	Доверие и надежные друзья
2	Доверие и надежные друзья	Самосохранение
3	Уверенность в себе	Здоровье

**Таблица 4.** Различия между группами "N" и "T" в выраженности психопатологической симптоматики (SCL-90-R)

Шкалы	Сумма рангов гр. "N"	Сумма рангов гр. "T"	U	p
Соматизация	3257.5	4368.5	1604.5	.16
Обсессивность-компульсивность	3043.0	4583.0	1390.0	.01**
Межличностная сензитивность	3295.5	4330.5	1642.5	.23
Депрессия	3122.5	4503.5	1469.5	.04*
Тревожность	3003.5	4622.5	1350.5	.01**
Враждебность	3207.0	4419.0	1554.0	.09
Фобическая тревожность	3305.5	4320.5	1652.5	.25
Паранойяльные симптомы	2959.5	4666.5	1306.5	.00**
Психотизм	3098.5	4527.5	1445.5	.03*
GSI – общий индекс тяжести симптомов	3033.5	4592.5	1380.5	.01**
PSDI – индекс наличного симптоматического дистресса	2876.5	4749.5	1223.5	.00**

Примечание. U – критерий Манна-Уитни; \* – значимость различий на уровне  $p < .05$ , \*\* – значимость различий на уровне  $p < .01$ .

ственный вес равен – 1.8, процент объясняемой дисперсии – 11.3 %.

Выступая в качестве главной характеристики психологической безопасности самосохранение ассоциируется группой "N" со стабильностью, здоровьем, с возможностью использовать *когнитивные навыки* и интеллектуальные способности, т.е. с собственными активными ментальными действиями. Менее явно оказались выраженными *социально-психологические* характеристики – наличие надежного и позитивного окружения, а также такие *личностные* ресурсы, как уверенность в себе, жизненный опыт, контроль ситуации и терпимость.

Представления о психологической безопасности в группе "T" ( $IT \geq 1.8$ ) характеризуют следующие три наиболее весомых фактора.

1 фактор – *доверие и надежные друзья* – “доверие” (0.75), “свобода” (0.73), “любовь” (0.73), “надежные друзья, верность” (0.67), “равновесие, стабильность” (0.65), “надежность” (0.62), “уверенность в окружении” (0.53); собственный

вес равен 4.2, процент объясняемой дисперсии – 22%.

2 фактор – *самосохранение* – “самосохранение” (0.73), “контроль ситуации” (0.71), “ответственность, долг” (0.70), “мудрость” (0.66); собственный вес равен – 2.2, процент объясняемой дисперсии – 11.8%.

3 фактор – *здоровье* – “здоровье” (0.76), “уверенность в себе” (0.65), “жизненный опыт, опытность” (0.64), “физическая подготовка, сила” (0.62), “терпимость” (0.54); собственный вес равен 1.7, процент объясняемой дисперсии – 8.9%.

В отличие от группы "N" для респондентов группы "T" самыми значимыми оказались *социально-психологические* ресурсы – надежные друзья, уверенность в окружении, которые сопряжены с проявлением положительных чувств – доверия, любви и ощущением свободы. Самосохранению как отдельному фактору отводится второе место и, в отличие от группы "N", оно связано не с интеллектуальными ресурсами, а с необходимостью контроля ситуации и с проявлением ответственности. По-существу, самосохранение возможно

только при усиленном тестировании ситуации, при повышенной бдительности, что, как известно, характерно для проявления посттравматического стресса. Спецификой группы “Т” является выделение особого фактора – здоровья, который, по-видимому, актуален не только в силу особых обстоятельств, в которых находятся солдаты-срочники, но и в силу их травматического жизненного опыта.

В целом можно сказать, что для группы “Л” психологическая безопасность в первую очередь ассоциируется с самосохранением, которое, как отмечалось выше, связано в этой группе с собственными активными ментальными действиями. В группе “Т” наибольшую значимость имеют окружение и надежные друзья, а также возможность проявления в отношениях с ними свободы, любви и стабильности. Самосохранение в этой группе занимает второе место и связано с контролем ситуации (табл. 3).

Для определения актуального психологического симптоматического статуса респондентов и уточнения полученных выше данных был проведен анализ различий между группами “Л” и “Т” по показателям методики *SCL-90-R* (табл. 4).

Выявлены различия по шкалам “Обсессивность–компульсивность”, “Депрессия”, “Тревожность”, “Паранойяльные симптомы” и “Психо-

тизм”, а также по общим индексам, что уточняет специфику травматизации в исследуемых группах.

Для ответа на вопрос о взаимосвязи 19 выделенных дескрипторов, определяющих особенности представлений о психологической безопасности, с психопатологической симптоматикой был проведен корреляционный анализ переменных в каждой группе респондентов. Установлено, что в группе “Л” количество взаимосвязей основных дескрипторов (табл. 2) представлений о психологической безопасности с показателями шкал опросника *SCL-90-R* минимально (равно 15), причем только одна корреляция приходится на первый фактор (взаимосвязь показателя “Самосохранение” со шкалой “Соматизация”,  $r_s = -0.3$ ,  $p = .02$ ) и две – на второй фактор (взаимосвязи показателя “Надежные друзья, верность” со шкалами “Межличностная сензитивность”,  $r_s = 0.34$ ,  $p = .01$  и “Враждебность”,  $r_s = 0.28$ ,  $p = .03$ ). В группе “Т” сопряженность представлений о психологической безопасности и психопатологической симптоматики более тесная. Выявлено 24 корреляции, причем на первые два фактора приходится 16 взаимосвязей, отрицательный характер которых говорит о том, что ослабление ключевых для группы маркеров психологической безопасности – “Доверия” и “Самосохранения” взаимосвязано с увеличением значений показате-

**Таблица 5.** Количество общих и психотравмирующих событий в картине жизни солдат-срочников (по *LEQ*)

№ п/п	Тип события, номер пункта по <i>LEQ</i>	Общие события		Психотравмирующие события	
		Количество	% от общего числа	Количество	% от общего числа
1	Криминальные события (кражи) – 1, 2, 3, 4	111	13.5	20	8.2
2	Природные и техногенные катастрофы, аварии – 5, 6, 7, 8	123	15	25	10.4
3	Физические травмы, заболевания, угроза жизни самого субъекта – 9, 10, 16, 17	103	12.5	27	11.2
4	Стать очевидцем или участником смерти или травмирования кого-либо – 11, 12, 18, 19	122	14.8	33	13.7
5	Травмы, смерть или заболевание близкого человека, известие об этом – 13, 14, 15, 25	117	14.3	59	24.5
6	Экономические лишения – 24, 26, 27	81	9.8	26	10.8
7	Семейные обстоятельства воспитания самого субъекта – 21, 22, 23, 20	93	11.3	39	16.2
8	Ситуации сексуального насилия – 31, 32, 33	23	2.8	0	0
9	Ситуации с детьми субъекта – 28, 29, 30	6	0.7	1	0.4
10	Ситуации физического насилия – 34, 35, 36	44	5.3	11	4.6
11	Всего	823	100	241	100

**Таблица 6.** Количество общих и психотравмирующих событий в группах солдат-срочников с низким и высоким ИТ (по *LEQ*).

№ п/п	Тип события, номер пункта по <i>LEQ</i>	Общие события				Психотравмирующие события				Ф
		Количество		% от общего числа		Количество		% от общего числа		
		Группы		Группы		Группы		Группы		
		“N”	“T”	“N”	“T”	“N”	“T”	“N”	“T”	
1	Криминальные события (кражи) – 1, 2, 3, 4	44	67	14.9	13.3	1	19	2.3	28.4	4.85**
2	Природные и техногенные катастрофы, аварии – 5, 6, 7, 8	47	75	15.9	14.8	2	23	4.25	30.7	4.9**
3	Физические травмы, заболевания, угроза жизни самого субъекта – 9, 10, 16, 17	35	66	11.9	13	1	26	2.86	39.4	6.02**
4	Стать очевидцем или участником смерти или травмирования кого-либо – 11, 12, 18, 19	35	66	11.9	13	2	31	5.7	46.9	6.65**
5	Травмы, смерть или заболевание близкого, известие об этом – 13, 14, 15, 25	41	76	13.9	15	4	53	9.75	69.7	9.26**
6	Экономические лишения – 24, 26, 27	25	56	8.5	11	1	26	2.3	46.4	5.85**
7	Семейные обстоятельства воспитания самого субъекта – 20, 21, 22, 23	35	59	11.9	11.7	4	35	11.43	59.3	6.01**
8	Ситуации сексуального насилия – 31, 32, 33	14	9	4.7	1.8	0	0	0	0	0
9	Ситуации с детьми субъекта – 28, 29, 30	3	3	1	0.6	0	1	0	33.3	0
10	Ситуации физического насилия – 34, 35, 36	16	28	5.4	5.5	1	10	6.25	35.7	2.94*
11	Всего	295	505	100	100	15	224	100	100	-

Примечание: “N” – группа с низким уровнем ИТ; “T” – группа с высоким уровнем ИТ. Уровень значимости Ф – критерия углового преобразования Фишера: \* –  $p < .05$ , \*\* –  $p < .01$ .

лей по шкалам Депрессии, Межличностной сензитивности, Паранойяльных симптомов и Психотизма. Дескриптор “Равновесие, стабильность” коррелирует со всеми показателями опросника *SCL-90-R*. Таким образом, проведенное исследование показало, что снижение ощущения стабильности при высоких значениях ИТ сопряжено с появлением выраженной психопатологической симптоматики, что в целом соответствует картине посттравматического стресса [8].

В группе “N” представления о психологической безопасности слабо связаны с психопатологической симптоматикой. Ведущим и положительно коррелирующим со всеми показателями опросника *SCL-90-R* является дескриптор “Уверенность в себе”. Это означает, по нашему мнению, что повышение уверенности в себе в группе с низ-

кими значениями по ИТ сопряжено с появлением психопатологической симптоматики. Но этот, на первый взгляд, парадоксальный факт требует дополнительного исследования и осмысления. На данном этапе можно предполагать, что условия, в которых находятся солдаты-срочники, не способствуют проявлению самостоятельности, и в данном контексте измеренный параметр уверенности может быть проявлением самоуверенности, которая, как правило, не приветствуется в условиях срочной службы. Это объясняет корреляцию параметра уверенности с тревогой, межличностной сензитивностью, подозрительностью и другой психопатологической симптоматикой.

С целью описания картины психической травматизации (особенно в группе солдат-срочников с высоким ИТ) был осуществлен анализ харак-



**Таблица 7.** Значимые корреляции количественных показателей типов социальной поддержки и дескрипторов представлений о психологической безопасности в группе “N”

№	Дескрипторы	$r_s$	$p$
Эмоциональная поддержка			
1	Позитивное окружение	0.28	.034
2	Безмятежность, легкость	0.27	.046
3	Отсутствие тревоги	0.26	.048
4	Надежные друзья, верность	0.32	.001
5	Общительность, открытость	0.34	.01
6	Счастье	0.28	.03
7	Уверенность в окружении	0.29	.034
8	Избегание опасных ситуаций	0.26	.047
Инструментальная поддержка			
9	Контроль ситуации	0.37	.005
10	Наличие денег	0.36	.005
11	Физическая подготовка, сила	0.33	.01
12	Владение информацией	0.33	.01
Социальная интеграция			
13	Свобода	-0.27	.04
14	Уход в мечты, фантазии	-0.30	.01
15	Радость	-0.31	.02
16	Надежда на лучшее	-0.32	.01
Удовлетворенность поддержкой			
17	Надежда на лучшее	-0.29	.03
18	Личная территория	-0.27	.04
19	Отсутствие тревоги, страха	-0.27	.04

Примечание.  $r_s$  – коэффициент корреляции Спирмена;  $p$  – уровень значимости.

тера психотравмирующих событий (на основе данных, полученных с помощью опросника *LEQ*) (табл. 5).

Данные показывают, что для молодых людей, в настоящее время проходящих срочную службу в армии, наиболее травматичными являются смерть или заболевание близкого человека и известия об этих событиях, а также различные трудные семейные обстоятельства воспитания молодого человека.

Анализируя данные таблицы 6, важно отметить, что практически по всем ситуациям, кроме ситуаций сексуального насилия, получены значимые различия, наиболее выраженная разница наблюдается именно по параметру “Серьезное заболевание, травмирование или смерть близкого родственника”. По данным опроса для юношей с высокими показателями по ИТ потеря отца представляет собой травматическое событие, снижающее ощущение собственной защищенности и безопасности.

Учитывая тот факт, что для всей выборки солдат-срочников важными являются поддержка, по-

мощь и позитивное окружение, которые, в том числе, ярко проявились при анализе данных группы “N” с низкими показателями по ИТ, выделение на этом фоне группы (“T”) с иными представлениями о психологической безопасности может еще раз свидетельствовать об изменении картины мира и о специфике реагирования на опасность у людей с высоким уровнем травматизации в трудных жизненных обстоятельствах. Прежде всего, иначе воспринимается социальное окружение, которое, по-видимому, недостаточно ресурсно для молодого человека в отношении поддержки психологического благополучия. Для проверки выдвинутой гипотезы по каждой группе солдат-срочников были рассчитаны коэффициенты корреляции количественных показателей типов социальной поддержки и дескрипторов представлений о психологической безопасности (табл. 7, 8).

Установлено, что солдаты-срочники с низкими показателями по ИТ (табл. 7) в наибольшей степени соотносят эмоциональную поддержку (наличие эмоционально значимых, поддерживающих отношений) с общением с окружающими их

**Таблица 8.** Значимые корреляции количественных показателей типов социальной поддержки и дескрипторов представлений о психологической безопасности в группе “Т”

№	Дескрипторы	$r_s$	$p$
Эмоциональная поддержка			
1	Надежность	0.39	.001
2	Порядок, соблюдение норм	0.25	.05
3	Жизненный опыт, опытность	0.33	.01
4	Самоанализ, самопознание	0.24	.05
5	Обдумывание, прогнозирование	0.27	.03
6	Поддержка отца	0.32	.01
7	Везение, удача	0.34	.01
8	Отсутствие угроз	0.27	.03
9	Поддержка мамы	0.26	.03
Инструментальная поддержка			
10	Поддержка, помощь	0.35	.004
11	Порядок, соблюдение норм	0.31	.01
12	Жизненный опыт, опытность	0.30	.01
13	Автономия, независимость	0.25	.04
14	Спокойствие, умиротворение	-0.27	.03
15	Надежда на лучшее	-0.30	.02
Удовлетворенность поддержкой			
16	Доверие	-0.45	.001
17	Надежность	-0.29	.002
18	Обращение к Богу, религии	-0.31	.01
19	Надежда на лучшее	-0.25	.04
20	Уверенность в окружении	-0.26	.04

Примечание.  $r_s$  – коэффициент корреляции Спирмена;  $p$  – уровень значимости.

людьми, с верными, позитивными, надежными друзьями, а также с избеганием опасности и отсутствием тревоги. Инструментальная поддержка описывает возможности получения важной, полезной информации, помощь в решении проблем, в домашних, учебных делах, оказание материальной помощи. С данным типом поддержки респонденты связывают самые разные возможности – физическую подготовку, наличие денег, а также контроль ситуации и владение информацией. Наличие круга значимых людей с теми же интересами, степень включенности человека в этот круг общения, ощущение собственной значимости описывает шкала социальной интеграции. Этот показатель соотносится со свободой, надеждой, радостью и фантазией. Удовлетворенность человека вниманием и пониманием других людей, его оценка отношений как безопасных и доверительных взаимосвязана с надеждой на лучшее, с отсутствием тревоги и страха, а также с ощущением личной территории.

Выявлено, что солдаты-срочники, имеющие высокий показатель ИТ (табл. 8), воспринимают эмоциональную поддержку как поддержку семьи

(отца и матери), исключая поддержку друзей, на которую была ориентирована предыдущая группа. Также они выделяют отсутствие угроз и жизненный опыт как составляющие эмоциональной поддержки, соотносят ее с когнитивными ресурсами психологической безопасности – с обдумыванием, прогнозированием, самоанализом, соблюдением правил. Инструментальная поддержка, по мнению юношей, включает соблюдение норм и порядка, чувство спокойствия, автономию и независимость, и менее ресурсна, чем в группе “N”. Социальная интеграция в данной группе не взаимосвязана с дескрипторами представлений о психологической безопасности, что может выступать косвенным показателем проблемы поиска референтной группы как пространства, в котором ощущение опасности минимально. Удовлетворенность поддержкой реализуется с помощью доверия, а также обращения к Богу, религии.

Сравнение двух групп по показателям типа социальной поддержки (критерий Манна-Уитни) выявило различия по шкалам эмоциональной поддержки ( $U = 1482$ ,  $p = .04$ ) и социальной интеграции ( $U = 1502$ ,  $p = .05$ ), что позволило в

целом верифицировать гипотезу исследования. То есть в трудных жизненных обстоятельствах психологическая безопасность ассоциируется с самосохранением и принятием социальной поддержки, причем, чем выше уровень индивидуальной травматизации личности, тем выше потребность в эмоциональной поддержке, ожидаемой от самых близких людей и ниже потребность в социальной интеграции.

## ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Обсуждая результаты исследования, следует обратить внимание на то, что трудные жизненные обстоятельства, например служба в армии, которая имеет целый ряд специфических угроз, а также повышенный уровень травматизации, накладывают особый отпечаток на представление человека о психологической безопасности, сужая возможности обращения к социальной поддержке.

Специфика военной службы, особенно служба солдата-срочника, связана с множественными ограничениями и с изоляцией человека от привычного для него окружения и образа жизни. Наиболее существенной чертой этой ситуации является отсутствие рядом близких людей, т.е. возможности обращения за регулярной помощью. Потребность в ней нашла отражение практически во всех полученных нами результатах – в представлениях о психологической безопасности, в особенностях психопатологической симптоматики, в оценке параметров социальной поддержки. Оказалось, однако, что интенсивность и характер потребности в поддержке не одинакова и зависит не только от обстоятельств жизни, но и от интенсивности травматического опыта человека. Полученные данные показывают, что при высоком ИТ круг значимых людей существенно сужается и включает самых близких из них (чаще отца и мать), причем так называемая эмоциональная поддержка имеет однонаправленный характер (ожидается от окружения), а сам молодой человек соотносит ее с обдумыванием, прогнозированием, самоанализом, соблюдением правил. Парадоксальность ситуации состоит в том, что явное позиционирование себя как человека, нуждающегося в социальной поддержке, контрастирует с ограничениями, препятствующими ее реализации: появляется разборчивость в субъектах, оказывающих поддержку, в средствах ее принятия, происходит замещение эмоциональной поддержки рациональной. Отсутствие связей показателя социальной интеграции с параметрами психологической безопас-

ности, а также ее низкий уровень еще раз подтверждают амбивалентность отношения молодых людей с высоким уровнем травматизации, проходящих службу в армии, к социальной поддержке. В отличие от них люди с низким уровнем травматизации ориентированы на друзей и доверяют им. Они предпочитают более позитивные, активные действия; эмоциональная и инструментальная виды поддержки у них разнообразны и поэтому ресурсны.

Выбор в настоящем исследовании трех важнейших конструктов – психологической безопасности, травматического опыта и социальной поддержки – не случаен, он обусловлен потребностью показать, что трудные жизненные обстоятельства наиболее сложны для людей, имеющих травматический жизненный опыт, который, в совокупности с актуальными трудностями, препятствует принятию поддержки и, по-существу, редуцирует ее к поиску опекающего родителя, который не всегда способен поддержать собственные ресурсы своего, ставшего уже взрослым, ребенка.

Психологическая безопасность и травматический опыт как модуляторы поиска социальной поддержки позволяют предсказать, какие ориентиры будут установлены по отношению к помогающему социуму и какой выбор сделает человек с разным травматическим опытом.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наличие социальной поддержки в трудных жизненных ситуациях, в том числе при разных физических и психических недугах, привычно рассматривается как ресурс совладающего поведения. Этот хорошо известный факт, тем не менее, не всегда эмпирически подтверждается.

Проведенное исследование показало, что для оценки степени значимости и ресурсности социальной поддержки важно объединить ситуационные и личностные характеристики. Психологическая безопасность как своеобразный маркер степени трудности ситуации и травматический опыт как индивидуальная история выступают предикторами поиска человеком социальной поддержки, и чем выше уровень травматизации, тем менее вариативна ожидаемая помощь и более пассивен субъект, нуждающийся в ней.

Изучение представлений о психологической безопасности и показателей травматического опыта личности позволило выявить психологические последствия травматизации. Продолжение исследований поможет понять природу психологиче-

ского благополучия человека, раскрыв ее путем анализа конкретных историй жизни, которые становятся источником новых жизненных ресурсов через преобразование субъектом своего опыта.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Громов Д.В.* Изменение психологических характеристик личности в процессе прохождения процедур инициационного типа: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2002.
2. *Дымова Е.Н.* Специфика связи психологической травматизации и психологического благополучия у военнослужащих // Психология стресса и совладающего поведения: материалы III Международной научно-практической конференции. Кострома, 26–28 сентября, 2013. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013. Т. 2. С. 176–179.
3. *Ермолаева А.В.* Психологические особенности личности военнослужащего – участника боевых действий // Электронный журнал “Психологическая наука и образование”. 2013. № 1.
4. *Журавлев А.Л., Тарабрина Н.В.* Психологическая безопасность: на пути к комплексным, междисциплинарным исследованиям // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Н.В. Тарабрина. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2012. С. 5–21.
5. *Карояни А.Г.* Прикладная военная психология. СПб.: Питер, 2006.
6. *Квасова О.Г.* Трансформация временной перспективы личности в экстремальной ситуации: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2013.
7. *Тарабрина Н.В.* Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч. 2. М.: Изд-во “Когито-Центр”, 2007.
8. *Тарабрина Н.В.* Психология посттравматического стресса: Теория и практика. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2009.
9. *Тарабрина Н.В., Быховец Ю.В.* Террористическая угроза: современное состояние и проблемы // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Н.В. Тарабрина. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2012. С. 367–398.
10. *Харламенкова Н.Е.* Представление о психологической безопасности: возрастной и личностный компоненты // Современная личность: Психологические исследования / Отв. ред. М.И. Воловикова, Н.Е. Харламенкова. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2012. С. 141–160.
11. *Харламенкова Н.Е.* Личностная безопасность и стратегии ее достижения // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Н.В. Тарабрина. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2012. С. 133–159.
12. *Холмогорова А.Б., Петрова Г.А.* Методы диагностики социальной поддержки при расстройствах аффективного спектра // Медицинская технология. М.: МНИИ психиатрии Росздрава, 2007.
13. *Börjesson M., Österberg J., Enander A.* Risk and safety attitudes among conscripts during compulsory military training // *Military Psychology*. 2011. V. 23(6). P. 659–684.
14. *Dolan C.A., Ender M.G.* The coping paradox: Work, stress, and coping in the U.S. Army // *Military Psychology*. 2008. V. 20(3). P. 151–169.
15. *Hoyt T., Pasupathi M., Smith B.W., Yeater E.A., Kay V.S., Tooley E.* Disclosure of emotional events in groups at risk for posttraumatic stress disorder // *International Journ. of Stress Management*. 2010. V. 17(1). P. 78–95.
16. *Larsson G.* Personality, appraisal and cognitive coping processes, and performance during various conditions of stress // *Military Psychology*. 1989. V. 1(3). P. 167–182.
17. *Lönnqvist J.-E., Verkasalo M., Haukka J. et al.* Premorbid personality factors in schizophrenia and bipolar disorder: Results from a large cohort study of male conscripts // *Journ. of Abnormal Psychology*. 2009. V. 118(2). P. 418–423.
18. *Østvik K., Rudmin F.* Bullying and hazing among Norwegian army soldiers: Two studies of prevalence, context, and cognition // *Military Psychology*. 2001. V. 13(1). P. 17–39.
19. *Stefanis N., Smyrnis N., Avramopoulos D. et al.* Factorial composition of self-rated schizotypal traits among young males undergoing military training // *Schizophrenia Bulletin*. 2004. V. 30(2). P. 335–350.

## PSYCHOLOGICAL SAFETY AND TRAUMATIC EXPERIENCE AS MODULATORS OF SEARCH FOR SOCIAL SUPPORT IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS

**E. N. Dymova\***, **N. V. Tarabrina\*\***, **N. E. Kharlamenkova\*\*\***

*\*Junior research scientist, laboratory of psychology of posttraumatic stress,  
Federal State-Financed Institution, Institute of Psychology RAS, Moscow*

*\*\* Sc.D. (psychology), chief research officer, laboratory of psychology of posttraumatic stress,  
professor, the same place*

*\*\*\* Sc.D. (psychology), head of laboratory of psychology of posttraumatic stress, professor,  
the same place*

The representations about psychological safety in people with different levels of traumatic experiences, who are in a difficult situation, are analyzed. It is shown that psychological safety as a marker of difficulties in actual situation, traumatic experience as characteristic of individual history of man are modulators of the human seek for social support. It was revealed, that at high index of traumatization the sphere of people, from whom social support is expected, becomes narrower. The study analyzed the life situations that may lead to the development of posttraumatic stress.

*Key words:* psychological safety, traumatic experiences, posttraumatic stress, social support.