

Магомед-Эминова Ольга Ильинична**Magomed-Eminova Olga Ilyinichna**

старший преподаватель кафедры психологической помощи и ресоциализации факультета психологии Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова

Senior Lecturer, Department of Psychological Help and Resocialization, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University

Карачева Екатерина Анатольевна**Karacheva Ekaterina Anatolyevna**

ассистент кафедры психологической помощи и ресоциализации факультета психологии Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова

Assistant, Department of Psychological Help and Resocialization, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University

ДЕТЕРМИНАЦИЯ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО РОСТА СМЫСЛОВОЙ РАБОТОЙ ЛИЧНОСТИ

DETERMINATION OF POSTTRAUMATIC GROWTH BY THE MEANING WORK OF PERSONALITY

Аннотация:

В психологической литературе все больше внимания уделяется исследованию позитивных последствий экстремальных, травматических событий в отличие от негативной трактовки, предполагающей развитие расстройства и болезни в качестве результата травматических событий. В статье представлены результаты исследования, направленного на выявление роли смысловой работы личности и ее направленности в наличии или отсутствии личностного роста у людей, переживших травматический опыт.

Ключевые слова:

смысловая работа личности, травматический опыт, посттравматический рост, экстремальная ситуация, негативная трактовка экстремальности, позитивная трактовка экстремальности, травматический стресс, рост и развитие личности.

Summary:

In psychological literature, more attention is paid to the study of positive consequences of extreme, traumatic events, in contrast to negative interpretation suggesting the development of disorders and diseases because of traumatic experience. This paper presents the results of a study revealing the role of meaning work of personality in determination of posttraumatic growth and development among people who survived the traumatic experience.

Keywords:

meaning work of personality, traumatic experience, posttraumatic growth, extreme situation, negative interpretation of extremity, positive interpretation of extremity, traumatic stress, growth and development of personality.

Изучение последствий травматического стресса, реакций на него и разработка методов психологической помощи в подобных ситуациях в современном мире приобретают все большую актуальность. Это связано с возросшей степенью экстремальности, вторгающейся в повседневную жизнь в форме техногенных катастроф и стихийных бедствий, аварий, войн, терактов и других экстраординарных событий, нарушающих привычный ход существования человека.

К 1980-м гг. в США в результате работы с ветеранами войны во Вьетнаме, у которых психологические последствия пережитого сохранялись на протяжении многих лет после окончания войны [1], была выделена отдельная нозологическая категория – посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) (*posttraumatic stress disorder* по DSM-III-R – PTSD). Многочисленные исследования того времени были направлены на развитие и уточнение различных аспектов PTSD. В отечественной психологии изучение ПТСР началось в 1988 г. с исследования психологических последствий, наблюдавшихся у участников войны в Афганистане [2].

Согласно зарубежным исследованиям, у людей, переживших травматическое событие, в первое время после него наблюдается тенденция к генерализации травматических переживаний и наполнению ими жизненного мира личности. Путь к успешному совладанию с травматическим опытом в сложившейся ситуации, по мнению ряда авторов, заключается в движении от восприятия мира как угрожающего и экстремального к конструированию такого жизненного мира, в котором принимается возможность экстремальных, травмирующих событий, однако это не становится препятствием для направленности человека на совладание, созидание, рост и развитие своей личности вопреки травме [3].

Отечественные исследователи выделяют в экстремальности одновременно негативный и позитивный аспекты, что создает взаимодействие феноменов страдания и благополучия. В экстремальной ситуации в равной степени активизируются как деструктивность, так и стремление к

человечности – возникает соприкосновение и переплетение человеческого и нечеловеческого, мученичества и стойкости, насилия и помощи. Работа личности определяется здесь не только в традиционном гносеологическом плане отражения, ориентировки, но и в онтологическом плане как экзистенциальная работа личности с формами своей жизнедеятельности. Именно в этой работе конструируются постэкстремальные феномены – посттравматическое стрессовое расстройство, посттравматический рост личности и др. [4].

В целях выявления роли смысловой работы личности в детерминации посттравматического роста авторы провели исследование, сделав предположение о прямой корреляции посттравматического роста со спецификой направленности смысловой работы личности. В качестве испытуемых выступили 84 человека (58 мужчин и 26 женщин в возрасте от 24 до 62 лет), переживших травматическое событие. Среди травматических событий, называемых испытуемыми, присутствовали самые разные ситуации: боевые операции, участие в войне в Афганистане, работа в экстремальных условиях, смерть близких, ограбление и др. Использовались методики «Опросник посттравматического роста» (ОПТР) Р. Тадеши, Л. Калхауна (в адаптации М.Ш. Магомед-Эминова) и «Неоконченные предложения» Ж. Нюттена (в адаптации М.Ш. Магомед-Эминова) [5].

Согласно данным, полученным в результате проведения методики ОПТР, было выделено две группы испытуемых. В группу 1 отнесены участники, у которых выявлен личностный рост после травмы, в группу 2 – испытуемые без посттравматического личностного роста (рис. 1).

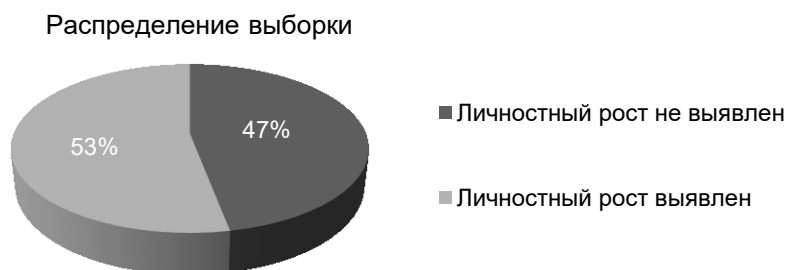


Рисунок 1 – Распределение выборки по параметру наличия/отсутствия посттравматического личностного роста

В результате проведения контент-анализа методики «Неоконченные предложения» установлены две группы высказываний, которые использованы для интерпретации результатов. Первая группа высказываний выявлена по признаку «позитивное/негативное высказывание». Негативными считались высказывания, указывающие на мысли о собственной бесполезности, низкую самооценку. К позитивным отнесены высказывания, отражающие уверенность в себе, надежды на успех, благополучие, желание жить. Распределение высказываний по данному критерию испытуемых двух групп в соотношении с наличием/отсутствием посттравматического роста выглядит следующим образом (табл. 1).

Таблица 1 – Распределение высказываний испытуемых по признаку «позитивное/негативное высказывание», %

	Группа 1	Группа 2
Позитивные высказывания	48	8
Негативные высказывания	12	26

Данные, приведенные в таблице 1, показывают, что испытуемые, у которых был выявлен феномен посттравматического роста, значительно чаще употребляют высказывания, отражающие позитивное восприятие мира, надежды на успех, благополучие и планы на будущее ($p < 0,001$). Испытуемые второй группы, у которых посттравматический рост выявлен не был, употребляют позитивные высказывания значительно реже. В их ответах, наоборот, чаще встречались высказывания, отражающие тревожность, неуверенность в себе и в будущем ($p < 0,001$).

Вторая группа высказываний испытуемых была выделена по признаку «эмоции/действия/когниции» (табл. 2). В категорию «эмоции» попали высказывания, в которых отражалась эмоциональная окраска, а также слова, означающие эмоциональное состояние. Категорию «действия» составили высказывания, в которых испытуемый сообщает о намерении действовать либо употребляет глаголы, отражающие это намерение. Высказывания, обозначенные как «когниции», содержали слова, обозначающие процесс или результат размышлений.

Таблица 2 – Распределение высказываний испытуемых по типам «эмоции/действия/когниции», %

	Группа 1	Группа 2
Эмоции	7	22
Действия	24	9
Когниции	9	14

Из данных, приведенных в таблице 2, следует, что в ответах испытуемых первой группы, у которых был выявлен посттравматический рост, преобладают высказывания, направленные на действия. В ответах испытуемых второй группы, у которых посттравматический рост выявлен не был, наиболее высок процент эмоциональных высказываний.

Полученные результаты по двум типам высказываний испытуемых позволяют сделать следующее заключение. Во-первых, позитивная смысловая работа личности: направленность на совладание, стойкость, развитие, конструирование такого жизненного мира, в котором человек имеет возможность строить планы на будущее и достигать результатов, – прямо коррелирует с высоким уровнем посттравматического роста личности. Напротив, негативная смысловая работа личности, направленность на окрашивание переживаний и представлений о мире в негативные тона препятствуют совладанию с опытом травмы и посттравматическому росту личности. Во-вторых, посттравматический рост детерминируется работой личности, направленной на будущее и связанные с ним планы и действия. Преобладание эмоциональности переживаний, погруженность в них, особенно если речь идет о негативных эмоциях, связанных с повторением переживания опыта травмы, наоборот, препятствуют совладанию с травматической ситуацией и посттравматическому росту личности.

Таким образом, результаты исследования показывают, что наличие или отсутствие посттравматического роста у человека, столкнувшегося с экстремальной ситуацией, прямо коррелирует со спецификой направленности смысловой работы его личности. Негативная смысловая работа личности, направленность на обесценивание жизни, отсутствие надежд и планов на будущее препятствуют совладанию с травмой, росту и развитию личности. Позитивная смысловая работа личности, направленность на совладание с травматическим опытом, напротив, способствуют посттравматическому росту и развитию, конструированию такого жизненного мира, в котором принимается возможность опасности, различного рода угроз и экстраординарных событий, однако вопреки этому происходит трансформация личности, наблюдается направленность на совладание и созидание.

Существование феномена посттравматического роста, конечно же, не предполагает, что со временем существование человека в экстремальных условиях, после травматических событий или в иных неповседневных ситуациях будет наполнено только позитивными последствиями, извлеченными из травматических переживаний. Позитивные последствия травмы, рост и развитие личности в любом случае неразрывно связаны с болью и потерями, с которыми необходимо совладать, – а значит, обусловлены смысловой работой личности, способствующей личностному росту и переходу на иной, качественно новый уровень развития. Согласно новым зарубежным и отечественным исследованиям опыт, в том числе травматический, не является некой зафиксированной воспроизводящейся в памяти информацией – он конструируется, производится в континуальной смысловой работе личности [6].

Результаты проведенного исследования подтверждают роль смысловой работы личности в детерминации посттравматического роста и могут быть использованы для разработки методов психологической помощи людям, пережившим экстремальную, травматическую ситуацию.

Ссылки:

1. Калмыкова Е.С. Реконструкция психической травмы: восстановление связи времен и событий // Журнал практической психологии и психоанализа. 2003. № 3. С. 40–46 ; Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психоанализ и психиатрия : монография. Новосибирск, 2003. 667 с.
2. Новые аспекты психотерапии посттравматического стресса / М.Ш. Магомед-Эминов [и др.]. Харьков, 1990. 32 с.
3. Figley C.R. Traumatic stress. The role of the family and social support system // Trauma and its wake / ed. by C.R. Figley. 1986. Vol. 2. P. 39–54 ; Janoff-Bulman R. Shattered assumptions: towards a new psychology of trauma. N. Y., 2002. 272 p. ; Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence // Psychological Inquiry. 2004. Vol. 15, no. 1. P. 1–18 ; Wilson J.P., Krauss G. Predicting PTSD among Vietnam veterans // Post-traumatic stress disorder and the war veteran patient / ed. by W.E. Kelly. N. Y., 1985. P. 102–147.
4. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 2007. 50 с. ; Магомед-Эминов М.Ш. Феномен воспоминаний с позиции темпоральной работы личности с экстремальным опытом // Теория и практика общественного развития. 2014. № 18. С. 205–209.
5. Магомед-Эминов М.Ш. Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности : дис. ... д-ра психол. наук. М., 2009. 570 с.
6. Магомед-Эминов М.Ш. Феномен воспоминаний ... ; Foa E., Keane T., Friedman M. Effective treatments for PTSD : practice guidelines from International Society for Traumatic Stress Studies. 2nd ed. N. Y., 2009. 643 p.

References:

- Figley, CR 1986, 'Traumatic stress. The role of the family and social support system', *Trauma and its wake*, vol. 2, pp. 39–54, <https://doi.org/10.4324/9781315803869>.
- Foa, E, Keane, T & Friedman, M 2009, *Effective treatments for PTSD: practice guidelines from International Society for Traumatic Stress Studies*, 2nd ed., New York, 643 p.
- Janoff-Bulman, R 2002, *Shattered assumptions: towards a new psychology of trauma*, New York, 272 p.
- Kalmykova, ES 2003, 'Reconstruction of the mental trauma: the restoration of the connection between time and events', *Zhurnal prakticheskoy psikhologii i psikhoanaliza*, no. 3, pp. 40-46, (in Russian).
- Korolenko, TsP & Dmitrieva, NV 2003, *Psychoanalysis and psychiatry*, monograph, Novosibirsk, 667 p., (in Russian).
- Magomed-Eminov, MSh (et al.) 1990, *New aspects of psychotherapy of post-traumatic stress*, Kharkov, 32 p., (in Russian).
- Magomed-Eminov, MSh 2009, *The activity and semantic approach to the psychological transformation of personality*, D.Phil. in Psychology thesis, Moscow, 570 p., (in Russian).
- Magomed-Eminov, MSh 2014, 'The phenomenon of recollection in the context of the temporal work of a person with extreme experience', *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya*, no. 18, pp. 205-209, (in Russian).
- Tedeschi, RG & Calhoun, LG 2004, 'Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence', *Psychological Inquiry*, vol. 15, no. 1, pp. 1–18, https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01.
- Vasilyuk, FE 2007, *Understanding psychotherapy as a psychotechnical system*, D.Phil. in Psychology thesis abstract, Moscow, 50 p., (in Russian).
- Wilson, JP, Krauss, G & Kelly, WE (ed.) 1985, 'Predicting PTSD among Vietnam veterans', *Post-traumatic stress disorder and the war veteran patient*, New York, pp. 102–147.