

Влияние показателей жизнестойкости и копинг-стратегий на последствия экстремальных ситуаций

Будыкин С.В., Дворянчиков Н.В.

Московский городской психолого-педагогический университет (Москва)

Ситуации, предъявляющие к людям требования, которые превышают их обычный адаптивный потенциал, описываются в разных терминах: жизненные трудности, критические ситуации, негативные жизненные события, стрессовые жизненные события, травматические события, нежелательные события, жизненные кризисы, экономическая депривация, бедствия, катастрофы (Муздыбаев К., 1998). Это всегда либо вызов, либо угроза жизнедеятельности человека, либо невозможные потери, каждая из этих ситуаций ограничивает активность человека, предъявляет ему требования, зачастую превышающие его способности, моральные и материальные ресурсы. Экстремальные ситуации понимаются немного более узко – под ними, в основном, понимают те ситуации, которые содержат риск для жизни и здоровья человека, имеющие катастрофический характер или характер бедствия. В любом случае, это инциденты, происшествия, нарушающие нормальное течение жизни и являющиеся причиной физической или психологической боли.

Данное исследование посвящено психологическим эффектам экстремальных ситуаций. Среди обследованных: 20 сотрудников правоохранительных органов, чья работа связана с прогнозируемым риском (социогенно-техногенным) и чей уровень психологической готовности к экстремальным ситуациям должен быть выше обычного и 20 гражданских лиц, сталкивавшихся в своей жизни с такими экстремальными ситуациями, как автомобильная авария (не находясь за рулем). Это тип ситуаций, которые нельзя предсказать, к которым нельзя подготовиться и которые воспринимаются, как находящиеся вне контроля человека, и являются результатом «злой воли» или неосторожности другого человека (социогенно-техногенные экстремальные ситуации).

Предмет исследования – последствия экстремальных ситуаций у сотрудников правоохранительных органов и гражданских лиц. Были выдвинуты следующие гипотезы – 1) экстремальные ситуации оказывают разнонаправленное влияние на личность человека (приводя как к развитию посттравматических дезадаптивных состояний, так и к личностному росту); 2) экстремальные ситуации имеют различные психологические последствия для сотрудников правоохранительных органов и гражданских лиц. Объектом исследования стали особенности психических последствий экстремальных ситуаций у сотрудников правоохранительных органов и гражданских лиц. Цель исследования – исследовать психические последствия экстремальных ситуаций.

Методы исследования:

- методика копинг-стратегий Карвер Шеер COPE в адаптации Гордеевой Т.О.;
- шкала оценки влияния травматического события (Impact of Event Seale-R) в адаптации Тарабриной Н.В., 1992, 1996;
- тест жизнестойкости Сальваторе Мадди в адаптации Леонтьева Д.А. Рассказовой Е.И.;
- опросник посттравматического роста (ПТрост) (Calhoun, Tedeschi, 2006) в адаптации Магомед-Эминова М.Ш.

В соответствии с целью и гипотезой исследования в работе решались следующие задачи:

- 1) сравнить выраженность психологического эффекта экстремальных ситуаций у сотрудников правоохранительных органов и гражданских лиц и выявить общие различия;
- 2) проанализировать негативные и позитивные психологические последствия экстремальных ситуаций у сотрудников правоохранительных органов и гражданских лиц и взаимосвязь между ними.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы статистической обработки данных:

- 1) анализ достоверности различий;
- 2) корреляционный анализ с использованием коэффициента корреляции Пирсона, факторного анализа и t-критерия Стьюдента.

Исследование было построено по принципу ex-post-facto дизайна.

Анализ результатов интерпретируется в соответствии с используемым методом математико-статистического анализа данных. Последовательно рассматриваются результаты анализа достоверности различий, корреляционного и факторного анализа.

По результатам исследования можно сделать следующие выводы:

1. Не все экстремальные ситуации способствуют посттравматическому личностному росту. Внезапные, неожиданные экстремальные ситуации, в которых виновны другие люди, снижают показатели личностного роста. Возможно, поэтому такого рода экстремальные ситуации, согласно имеющимся в литературе данным, имеют наиболее тяжелые последствия для личности, в т.ч. чаще возникает ПТСР.
2. У сотрудников правоохранительных органов значимо более выражен посттравматический личностный рост в результате экстремальных ситуаций, то есть, они более успешно извлекают позитивный опыт и «переваривают» травматический опыт экстремальных ситуаций. Экстремальные ситуации улучшают их отношение к людям, повышается сила личности в результате воздействия экстремальных ситуаций.
3. У сотрудников существенно выше жизнестойкость личности, такие ее показатели, как вовлеченность и уверенность в подконтрольности значимых

событий жизни и сильнее выражен посттравматический личностный рост. Травматический опыт выступает для них как «психологический тренажер» в большей степени, чем для гражданских лиц.

4. Стратегии совладания, в основном, способствуют позитивным личностным изменениям в результате экстремальной ситуации, их использование во многом связано с жизнестойкостью личности.

5. Показатели ПТСР не связаны с жизнестойкостью личности и посттравматическим личностным ростом. Что касается посттравматического личностного роста, это может быть доказательством того, что эти две линии реакции на экстремальную ситуацию независимы друг от друга.

В целом выдвинутые гипотезы можно считать доказанными. Воздействие экстремальных ситуаций опосредуется не только жизнестойкостью личности, но и используемыми для их преодоления копинг-стратегиями.

Литература

1. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. М., 2002.
2. Магомед-Эминов М.Ш. Новые аспекты психотерапии посттравматического стресса. М., 2004.