

Дымова Екатерина Николаевна

**ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЙ СТРЕСС В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ
СИТУАЦИЯХ НА ЭТАПЕ РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ**

Специальность: 5.3.7 – возрастная психология
(психологические науки)

Автореферат на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Москва – 2026

Работа выполнена в лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института психологии Российской академии наук (ИП РАН)

Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор
Харламенкова Наталья Евгеньевна

Официальные оппоненты: **Котовская Светлана Владимировна**
доктор психологических наук, доцент,
заведующий кафедрой педагогики и психологии
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения инклюзивного
высшего образования «Российский
государственный университет социальных
технологий»

Петраш Марина Дмитриевна

кандидат психологических наук, доцент, доцент
кафедры психологии развития и
дифференциальной психологии Федерального
государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования «Санкт-
Петербургский государственный университет»

Ведущая организация: Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего
образования «Казанский (Приволжский)
федеральный университет»

Защита состоится «25» июня 2026 года в 11:00 часов на заседании диссертационного совета Д 002.016.03 на базе Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института психологии Российской академии наук по адресу: 129366, Москва, ул. Ярославская, д.13, корп.1.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института психологии Российской академии наук (ИП РАН) и на сайте <http://ipran.ru>.

Автореферат разослан «___» апреля 2026 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета 24.1.110.03
кандидат психологических наук



Никитина Е. А.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность проблемы исследования

Исследования психологических последствий влияния на человека разных по своей интенсивности жизненных обстоятельств продолжают вызывать интерес у ученых и практиков. В эпоху быстрых перемен и глобальных происшествий, оказывающих прямое или опосредованное воздействие на личность, анализ переживания трудных и психотравмирующих событий и связанных с ними проявлений повседневного и посттравматического стресса остается приоритетной темой для психологии.

Трудные жизненные ситуации предъявляют повышенные требования к личностному потенциалу человека: его способностям и возможностям, системе сложившихся отношений, восприятию себя и окружающих людей. Ключевой особенностью трудных ситуаций разного генеза является сопутствующее им переживание субъектом чувства потери равновесия и стабильности, индуцирующее потребность в выявлении причины дисбаланса и ее устранении или стремление к редукции неравновесного состояния другими способами. Такие события приводят к нарушению ритма жизнедеятельности, вызывают психологический дискомфорт, порождают отрицательные эмоции и чувства, неблагоприятно влияют на процесс развития личности (Битюцкая, Херувимова и др. 2025; Нартова-Бочавер, Бардадымов и др., 2024; Котовская, 2024; Петраш, 2025).

Психотравмирующие события отличаются от трудных ситуаций большей интенсивностью воздействия и угрожающим характером влияния на жизнь или здоровье человека, его близких, снижают чувство безопасности и приводят к разнообразным психологическим последствиям (Тарабрина, 2009, Hoelterhoff, Chung, 2013). В особых случаях негативные последствия воздействия интенсивных стрессоров перерастают в посттравматические стрессовые состояния, которые со временем могут быть реорганизованы в комплекс симптомов посттравматического стресса (ПТС) или посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) (Богачев, Ермакова, 2024; American Psychological Association, 2022; Darnell, Flaster et al., 2019; Тарабрина, Харламенкова и др., 2017).

Посттравматический стресс возникает не столько как ответ на актуальные, текущие события, сколько как отсроченная реакция на прошлый опыт переживания экстремальных, психотравмирующих событий. Его проявления характеризуются наличием симптомов вторжения, избегания, физиологического возбуждения, отрицательных изменений когнитивных процессов и настроения (Психология повседневного и травматического стресса, 2016; Молчанова, 2014).

Последствия влияния стрессоров могут долго оставаться в латентном состоянии, но вследствие недостаточной психологической проработки ранее пережитых травматических ситуаций и при необходимости преодоления трудных жизненных обстоятельств, эксплицируются и становятся актуальными (Кисляков, Меерсон, 2025; Гришков, 2019).

В настоящем исследовании анализируются особенности посттравматического стресса в разных социальных условиях (строго регламентированных и повседневных обстоятельствах). В качестве первых выступает военная служба в армии по призыву, которая характеризуется изменением привычного образа жизни молодых людей – военнослужащих, а именно, ограниченностью свободы выбора, недостатком

получаемой информации и продолжительным нахождением молодого человека в группе людей одного возраста и пола (Поляков, Деникин и др., 2019; Правдина, Ульянова, 2017). В качестве вторых рассматриваются повседневные обстоятельства жизни, т.е. обычные для молодых людей – гражданских лиц, условия межличностного взаимодействия, существенно не ограничивающие возможность осуществления постановки жизненных целей и их достижения. Различия между строго регламентированными и повседневными условиями жизнедеятельности операционализированы с помощью трех дополнительных критериев: 1) определения военнослужащими и гражданскими лицами перечня трудных жизненных ситуаций и степени их влияния на личность, 2) оценки уровня психологического благополучия и 3) анализа специфики представлений о психологической безопасности. Априори предполагалось, что строго регламентированные социальные условия, представленные перечнем трудных жизненных ситуаций, в целом субъективно оцениваются военнослужащими по призыву как более трудные (напряженные) условия жизни, по сравнению с оценкой интенсивности подобных ситуаций гражданскими лицами, находящимися в условиях повседневной жизни.

Применительно к тематике переживания трудных и психотравмирующих жизненных событий необходимо также учитывать особенности совладающего поведения субъекта, прежде всего, его потребность в социальной поддержке, поскольку известно, что люди способны преодолевать трудные ситуации, в том числе, стрессовые при активном реагировании на условия среды и обращении за эмоциональной, инструментальной и др. поддержкой к своему окружению (Куфтяк, Бехтер и др., 2022; Леонова, 2022; Steiger et al., 2021; Li, Hasson, 2020).

Несмотря на то, что механизмы развития стресса и его отдаленных последствий изучаются на протяжении длительного времени, исследований, посвященных выявлению особенностей реакций субъекта на стрессоры в разных социальных условиях, по-прежнему крайне недостаточно. Кроме того, существует дефицит исследований, в которых анализируется многообразие проявлений посттравматического стресса и степень его воздействия на психологическое (психоэмоциональное) состояние личности, уровень психологического благополучия, восприятие психологической безопасности и потребность в социальной поддержке.

Объект исследования: посттравматический стресс у военнослужащих по призыву и гражданских лиц в возрасте 18-25 лет.

Предмет исследования: интенсивность посттравматического стресса и сопутствующая психопатологическая симптоматика с учетом уровня стресса и оценки трудности актуальных ситуаций у мужчин 18-25 лет, находящихся в строго регламентированных и повседневных социальных условиях жизни.

Теоретическая гипотеза: посттравматический стресс как одно из психологических последствий воздействия на человека психотравмирующих событий прошлого проявляется с наибольшей интенсивностью в актуально переживаемых трудных жизненных условиях.

Исследовательские гипотезы:

1. Профиль переживания трудных ситуаций, уровень психологического благополучия и представление о психологической безопасности как показатели общей трудности (напряженности) жизни различаются в группах

- мужчин 18-25 лет, находящихся в строго регламентированных и повседневных социальных условиях.
2. В строго регламентированных социальных условиях жизни, т.е. в условиях военной службы по призыву, посттравматический стресс, сопряженный с переживанием событий прошлого, связан с рядом признаков психопатологической симптоматики: с межличностной сензитивностью, враждебностью и тревожностью, и его уровень выше по сравнению с интенсивностью стресса у гражданских лиц
 3. В зависимости от уровня посттравматического стресса (низкий, средний, высокий) и общей трудности (напряженности) жизни – вовлеченности в строго регламентированные или повседневные условия, показатели психологического благополучия и представление о психологической безопасности у мужчин в возрасте 18-25 лет различаются.
 4. Мужчины в возрасте 18-25 лет с высоким уровнем посттравматического стресса испытывают дефицит эмоциональной поддержки, степень которого выше в группе военнослужащих по призыву.

Цель исследования заключается в изучении переживания посттравматического стресса и сопутствующих ему факторов мужчинами в возрасте 18-25 лет, находящимися в разных социальных условиях, сопряженных с трудными жизненными ситуациями.

На основе поставленной выше цели были сформулированы следующие **задачи исследования:**

1. В качестве показателей трудности жизненных ситуаций выявить особенности психологического благополучия и представлений о психологической безопасности в группах военнослужащих по призыву и гражданских лиц.
2. Сравнить выраженность психической травматизации, психопатологической симптоматики у военнослужащих по призыву и гражданских лиц.
3. Провести анализ психотравмирующих событий у военнослужащих по призыву и гражданских лиц с различным уровнем посттравматического стресса.
4. Проанализировать психологическое благополучие и специфику представлений о психологической безопасности при разной выраженности посттравматического стресса (низкой, средней, высокой) в группах военнослужащих и гражданских лиц.
5. С учетом интенсивности посттравматического стресса определить особенности социальной поддержки у военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

В ходе исследования был использован **комплекс методик:**

1. Анкета «Трудные жизненные ситуации», разработанная в лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях ИП РАН Е.Н. Дымовой (2018);
2. Опросник травматических ситуаций – Life Experience Questionnaire – LEQ (Norbeck, 1984) в адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами (2007);
3. Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций (МШ, гражданский вариант) – Mississippi Scale (Keane, Caddell, Taylor, 1988) в адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами (2007);
4. Опросник оценки выраженности психопатологической симптоматики –

- Symptom Check List-90-r-Revised – SCL-90-R (Derogatis et al., 1974), в адаптации Н.В. Тарабриной с соавторами (2007);
5. Шкала Психологического Благополучия – ШПБ (The Scales of Psychological Well-being) (Ryff, 1989), в адаптации П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой (2005);
 6. Анкета психологической безопасности, разработанная в лаборатории психологии посттравматического стресса ИП РАН Н.Е. Харламенковой с соавторами (2011);
 7. Опросник социальной поддержки – F-SOZU-22 (Sommer, Frydrich, 1989), в адаптации А.Б. Холмогоровой, Г.А. Петровой (2007).

Для обработки данных использовался пакет прикладных статистических программ STATISTICA 10: для определения корреляционной связи и его направления – коэффициент ранговой корреляции Спирмена (R_s); для сравнения изучаемых групп – критерий достоверности различий между подгруппами – U-критерий Манна-Уитни; угловое преобразование Фишера – критерий ϕ^* ; кластерный анализ – метод К-средних (K-means); для определения нормальности распределения – критерий Колмогорова-Смирнова.

Участники исследования: молодые мужчины в возрасте от 18 до 25 лет ($M = 20$ лет), проходящие военную службу по призыву в войсковых частях Москвы и Московской области ($n = 123$ чел.) и молодые люди, не проходившие военную службу по призыву, студенты очных отделений ВУЗов Москвы и Московской области, гражданские лица мужского пола ($n = 99$ чел.) в возрасте от 18 до 25 лет ($M = 19$ лет). Исследование проводилось в 2018-2019 гг.

Достоверность результатов исследования обеспечена сочетанием качественного, количественного и статистического анализа полученных данных, соответствием принципа подбора респондентов предмету и гипотезе исследования (содержательный критерий), уравниванием групп по ряду дополнительных переменных (критерий эквивалентности), соотношением особенностей респондентов с основными характеристиками части популяции, на которую осуществляется перенос данных исследования (критерий репрезентативности), а также следованием гипотетико-дедуктивному принципу организации и проведения научного исследования и его нормативам.

Теоретико-методологическая основа исследования: интегративный подход к изучению посттравматического стресса (Н.В. Тарабрина), основные положения субъектного подхода к пониманию личности (К.А. Абульханова-Славская, В.В. Знаков, Е.А. Сергиенко, Н.Е. Харламенкова), представления о трудных жизненных ситуациях (Л.И. Анцыферова, С. К. Нартова-Бочавер, Е. В. Битюцкая, И.Р. Абитов), концепция психологического благополучия (К. Рифф, Н. Брэдбурн, Л.А. Головей, М.Д. Петраш), современные представления отечественных исследователей о психологии совладания со стрессом и социальной поддержке (Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова, А.Б. Холмогорова).

Научная новизна и теоретическая значимость диссертационного исследования: впервые проведено исследование психологических последствий переживания субъектом психотравмирующего опыта в трудных жизненных ситуациях. Изучена специфика посттравматического стресса, вызванного более

ранними травматическими событиями, и психопатологический статус молодых мужчин, находящихся в строго регламентированных социальных условиях и повседневных обстоятельствах жизни. На основе теоретического анализа литературы и эмпирической проверки гипотез общая трудность (напряженность) жизнедеятельности мужчин в возрасте 18-25 лет верифицирована с помощью трех критериев – сравнения профилей трудных ситуаций, диагностики уровня психологического благополучия личности как интегральной составляющей удовлетворенности жизнью и анализа представлений о психологической безопасности как когнитивного аспекта оценки актуальной ситуации.

Посттравматический стресс (ПТС) исследуется как одно из психологических последствий непроработанного травматического опыта, вызванного воздействием разных стрессоров высокой интенсивности, угрожающих жизни. Представленный в настоящем исследовании подход отличается от традиционной модели изучения посттравматического стресса, в рамках которой признаки ПТС анализируются у людей, объединенных конкретной психотравмирующей ситуацией, такой, например, как стихийное бедствие, техногенная катастрофа, физическое, психологическое и др. виды насилия, непосредственное участие в боевых действиях и др.

Детально проанализирован спектр событий психотравмирующего характера, в котором определены категории ситуаций, оказывающие наиболее вероятное негативное воздействие на молодого человека и способствующие развитию посттравматического стресса в период ранней взрослости (травмы, смерть, заболевание близкого человека, известия об этом, развод родителей и др.).

Выявлена эмпирически верифицированная тенденция, проявляющаяся в обострении психопатологической симптоматики у военнослужащих и гражданских лиц с высоким уровнем посттравматического стресса. Показано, что с увеличением уровня ПТС наблюдается все более значительное расхождение в выраженности психопатологических симптомов при сравнении военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

Обосновываются различия в необходимости обращения к социальной поддержке у респондентов с разным уровнем посттравматического стресса; предлагаются теоретические объяснения полученных результатов применительно к особенностям жизнедеятельности человека в разных социальных условиях.

Новизна и теоретическая значимость исследования определяют вклад полученных результатов в разработку проблем возрастной психологии и психологии посттравматического стресса и состоят в доказательстве теоретической гипотезы исследования, согласно которой субъект, имеющий непроработанный психотравмирующий опыт, повторно переживает его в актуальных трудных условиях жизни и трудных жизненных ситуациях.

Практическая значимость исследования

Теоретические и эмпирические данные диссертационного исследования раскрывают картину переживания субъектом посттравматического стресса в разных по трудности жизненных условиях. Практическая значимость исследования заключается в следующем: теоретические положения работы и результаты эмпирической проверки гипотез могут быть использованы при проведении психологического обследования и профилактической работы с мужчинами в возрасте

18-25 лет. Полученные данные указывают на целесообразность комплексной диагностики посттравматического состояния и на необходимость их применения в адаптированном для практики виде для разработки специализированных программ психологической помощи людям, ставшим прямыми или косвенными жертвами воздействия интенсивных стрессоров, а также с целью профилактики развития симптомов посттравматического стресса. На основе эмпирических данных о специфике восприятия социальной поддержки молодыми людьми с разным уровнем психотравматизации могут быть разработаны научно обоснованные практические рекомендации для психологов военных частей, которые будут включать данные о различиях в переживании посттравматического стресса и дифференцированном подходе к оказанию социальной поддержки военнослужащим с низким, умеренным и высоким уровнем ПТС. Данные исследования включены в ряд образовательных и научных программ и являются частью базовых знаний, необходимых для обучения основам возрастной психологии, психологии посттравматического стресса и экспериментальной психологии.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. По сравнению с повседневными обстоятельствами жизни для субъекта, находящегося в строго регламентированных социальных условиях, характерна негативная оценка актуально переживаемых трудных жизненных ситуаций; наблюдается снижение показателей психологического благополучия; в представлениях о психологической безопасности выделяется ориентация субъекта на внешнюю поддержку. Профиль переживания трудных жизненных ситуаций, психологическое благополучие и психологическая безопасность выступают в качестве показателей оценки общего уровня трудности актуальных социальных условий жизнедеятельности человека.
2. В строго регламентированных условиях жизни интенсивность посттравматического стресса (ПТС) и сопутствующей психопатологической симптоматики в группе военнослужащих по призыву значительно превышает показатели стресса у гражданских лиц, находящихся в привычных, повседневных условиях жизни. По мере увеличения интенсивности посттравматического стресса значимые различия в психопатологической симптоматике между группами мужчин 18–25 лет, находящихся в разных социальных условиях, становятся более контрастными.
3. Для военнослужащих с высоким уровнем посттравматического стресса характерны слабо выраженная автономность, наличие потребности в социальной поддержке, зависимость от общественного мнения, негативная реакция на критику; в представлениях о психологической безопасности четко разделяются личностные ресурсы и внешняя помощь; круг общения, включающий в себя реальных и потенциальных субъектов поддержки, сужается и содержит только самых близких людей; появляется склонность к избегающему поведению.
4. У мужчин 18–25 лет с высоким уровнем посттравматического стресса наблюдается дефицит эмоциональной поддержки (ограниченность эмоционально значимых, поддерживающих отношений) и социальной интеграции (недостаточная вовлеченность в круг общения со значимыми людьми с общими интересами); дефицитарность поддержки значимо выражена в строго регламентированных социальных условиях жизни.

Соответствие паспорту научной специальности.

Работа соответствует тематике специальности 5.3.7 - возрастная психология и направлена на изучение индивидуально-психологических характеристик личности как активного субъекта собственного жизненного пути (1.6) с разным уровнем посттравматического стресса (2.10) в особых социальных условиях (2.7). В работе анализируется психологическое благополучие (1.7), специфика представлений о психологической безопасности и социальная поддержка (2.10), при этом учитывается уровень переживания посттравматического стресса, вызванного ранними травматическими событиями (2.10) и возраст участников исследования (3.9).

Апробация результатов исследования

Теоретические и эмпирические результаты исследования обсуждались на заседаниях лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях Института психологии РАН (2017-2025 гг.). Материалы исследования были представлены и обсуждались на научных и научно-практических конференциях и семинарах (2017-2024 гг.): доклад на семинаре ИП РАН «Актуальные направления психологических исследований» 23 октября 2017 г., Москва; доклад на Всероссийской юбилейной научной конференции «Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития» 16-17 ноября 2017 г., Москва; доклад на XXII Международной научно-практической конференции молодых ученых «Психология XXI века: психология как наука, искусство и призвание» 23-25 апреля 2018 г., Санкт-Петербург; доклад на Международной конференции студентов, аспирантов, молодых учёных «Актуальные проблемы психологической науки» 10-12 мая 2018 г., Москва; доклад на научном семинаре ИП РАН «Диалог научных школ» 7 июня 2018 г., Москва; доклад на 8-й международной конференции по когнитивной науке 18-21 октября 2018 г., Светлогорск; доклад на Conference ESTSS 2019 June 14th-16th, 2019 Rotterdam, The Netherlands; доклад на VIII Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» 19-23 ноября 2019 г. Москва; доклад на Всероссийской научно-практической конференции «Личность в изменяющейся социальной реальности: общение и со-бытийность», посвященной 100-летию со дня рождения А.А. Бодалева, 22–24 сентября 2023 г., Краснодар – Сочи – Майкоп; доклад на Международной научно-практической конференции «Искусство исцеления души: психологическая помощь в горе», 1-2 марта 2024 г., Санкт-Петербург; доклад совместно с Харламенковой Н.Е. на Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Междисциплинарный подход к изучению психологической травматизации», 16 мая 2024 г., Рязань; доклад на X международной конференции по когнитивной науке, 26–30 июня 2024 г., Пятигорск.

По результатам диссертационного исследования изданы 27 публикаций, в том числе 8 статей в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК, 3 статьи, входящие в ядро РИНЦ (Scopus, Web of Science) и 2 монографии в соавторстве.

Объем и структура работы

Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложения. Объем основного текста диссертации составляет 163 страницы с учетом используемой литературы. Объем основного текста диссертации

составляет 138 страниц и включает 17 таблиц и 18 рисунков. Список литературы включает 200 источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **Введении** обосновывается актуальность научно-исследовательской работы, определяются ее методологические основания, выделяется объект и предмет исследования, описываются цель исследования и задачи, необходимые для ее достижения, формулируются гипотезы. Описаны научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы. Представлены основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе **«Трудные ситуации и особенности проявления посттравматического стресса на прошлые жизненные события»** раскрываются наиболее общие основы диссертационного исследования, проводится анализ теоретических и эмпирических исследований, выполненных по рассматриваемым в диссертации проблемам.

В первом параграфе **«Понятие “трудные жизненные ситуации”. Критерии трудных жизненных ситуаций»** представлены теоретико-эмпирические исследования личности, находящейся в трудных жизненных обстоятельствах. Проанализированы критерии и основания, характеризующие ситуацию как жизненно трудную. Рассмотрены основные особенности трудной жизненной ситуации, связанные с изменением привычного образа жизни человека, нарушением адаптации, невозможностью осуществления деятельности с целью удовлетворения потребностей и интересов, а также негативными эмоциональными переживаниями, непредсказуемостью и значимостью данного события для человека. Обоснована необходимость расширения перечня критериев трудной жизненной ситуации за счет анализа таких наиболее общих показателей как: снижение уровня психологического благополучия (самопринятия, позитивных отношений с другими людьми, автономности, управления окружением, целенаправленности и личностного роста); изменение представлений о психологической безопасности, защищенности личности; появление выраженной потребности в социальной поддержке. Сформулировано определение понятия трудной жизненной ситуации как события, которое не несет явной угрозы жизни и здоровью человека и его близких, но подразумевает невозможность удовлетворения потребностей и осуществления желаемого в актуальный момент времени, при этом сопровождается негативными эмоциональными переживаниями и требует дополнительных ресурсов.

Во втором параграфе **«Психологическое благополучие и его показатели»** проанализировано понятие «психологическое благополучие» в качестве баланса двух видов аффекта – позитивного и негативного. Описаны эмпирические исследования, построенные на основе данной модели, в том числе факторная структура психологического благополучия, разработанная К. Рифф (Bradburn, 1969; Ryff, Singer, 2008; Шевеленкова, Фесенко, 2005; Головей, Данилова, 2019; Петраш, 2025). Проведен анализ отдельных компонентов данного конструкта: самопринятия и личностной автономии. Психологическое благополучие представлено в виде

критерия трудности (напряженности) социальных условий или конкретной ситуации, который указывает на наличие субъективного ощущения неуверенности в себе и сомнения в собственных возможностях.

Третий параграф **«Представления о психологической безопасности»** посвящен анализу проблемы определения понятия «психологическая безопасность» в психологии. Описаны исследования психологической безопасности как тематического направления исследования в различных отраслях психологии (Janoff-Bulman, 1998; Кисляков, Шмелева, 2024; Карандашов, Головинский и др., 2017; Уваров, 2017). Представлена имплицитная модель психологической безопасности, разработанная Харламенковой Н.Е. с коллегами, в которой подробно описаны три категории соответствующего конструкта: внутренний комфорт; позитивное социальное окружение; опытность, информированность (Харламенкова, Тарабрина и др., 2017). Анализ психологической безопасности с точки зрения переживания трудных жизненных ситуаций и опыта преодоления личностью психологических последствий воздействия психотравмирующих событий либо фиксации на них, позволяет рассматривать данный конструкт в качестве критерия когнитивной оценки конкретной жизненной ситуации или в целом социальных условий жизнедеятельности субъекта.

Четвертый параграф **«Представление о социальной поддержке в разных социальных условиях»** посвящен анализу социальной поддержки как одного из значимых критериев оценки человеком жизненной ситуации как трудной. Описаны современные теоретические и эмпирические исследования социальной поддержки (Куфтяк, Бехтер и др., 2022; Хазова, 2023; Головей, Галашева, 2023; Холмогорова, Московская и др., 2014). Представлена классификация видов социальной поддержки, которая включает в себя эмоциональную, когнитивную и инструментальную поддержку (Сапоровская, 2012). Показана динамика социальной поддержки в трудной жизненной ситуации.

Следующий блок первой главы диссертационной работы посвящен анализу научных исследований событий психотравмирующего характера и психологических последствий их воздействия (Zhou, Wu et al., 2018; Kirkcaldy, Siefen et al., 2005; Weekes, MacLean et al., 2005; Василенко, 2020; Stefanis, Smyrnis et al., 2004).

В параграфе **«Жизненные события психотравмирующего характера»** сопоставлены признаки трудных и психотравмирующих ситуаций. Описаны классификации психотравмирующих событий (Абитов, Ергунова и др., 2019; Тарабрина, Агарков и др., 2007; Богачев, Ермакова, 2024; Berntsen, Rubin, 2006). Проведен анализ научных данных, направленных на изучение предикторов интенсивности переживания психотравмирующих жизненных ситуаций, выделены группы факторов, индуцирующих негативные переживания, вызванные воздействием экстремальных стрессоров (Кисляков, Меерсон, 2025; Волошин, 2006; American Psychological Association, 2022). Показана актуальность и практическая значимость изучения данной проблемы.

Параграф **«Психологическое благополучие в психотравмирующих жизненных обстоятельствах»** посвящен анализу динамики психологического благополучия и его компонентов в ситуации переживания событий психотравмирующего характера (Шамионов, 2023; Steiger et al., 2021). Показана специфика психологического

благополучия и его параметров в условиях психотравматизации. Теоретический анализ проблемы позволил отметить, что в данных обстоятельствах существенно ослабевает чувство контроля, появляются сложности в достижении поставленных и планировании новых жизненных целей. Отмечена высокая вероятность появления симптоматики депрессивного характера, нарушений и искажений самопринятия, нарастания признаков самоотвержения, коммуникативной несостоятельности, проявляющей себя во враждебности и агрессии. В качестве следствия переживания психотравмирующих событий рассмотрена симптоматика психотизма, которая в пределах нормативных значений приобретает характер избегающего и изолированного стиля поведения.

В следующем параграфе **«Психологическая безопасность/опасность в психотравмирующих жизненных обстоятельствах»** показано, что в ситуациях психотравмирующего характера человек испытывает чувство небезопасности и незащищенности (Afolabi, Baloguna, 2017). Описано влияние психологической безопасности на базовые убеждения субъекта и совладающее поведение (Махов, 2021; Afolabi, Baloguna, 2017; Баев, Баева 2013). Подтверждается положение о том, что характер представлений о психологической безопасности указывает на разную степень переживания психотравмирующих ситуаций, и представляет собой основу удовлетворенности жизнью субъектом.

В параграфе **«Проблема психотравматизации и посттравматического стресса в контексте анализа разных социальных условий»** в качестве одного из последствий переживания человеком жизненных событий психотравмирующего характера подробно рассматривается посттравматический стресс. Описаны признаки посттравматического стресса: вторжение, избегание и физиологическое возбуждение (American Psychological Association, 2022). Представлена детализированная классификация симптомов посттравматического стресса, высокий уровень которого коррелирует с клинической картиной посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) (Тарабрина, Харламенкова и др., 2017). Описаны факторы, оказывающие непосредственное влияние на интенсивность посттравматического стресса. Это – давность травмы, возраст и физическое состояние человека, пережившего воздействие интенсивного стрессора и др. Проанализированы результаты современных исследований личности и ее особенности как субъекта, переживающего посттравматическое состояние (Юсупов, 2026; Фахрутдинова, 2024; Никитина, 2019; Хажуев, 2013; Cramm, Godfrey et al., 2022; Kharlamenkova, Eskin, et al., 2019).

Следующий параграф **«Социальная поддержка как ресурс совладания с посттравматическим стрессом»** теоретической главы диссертации посвящен описанию и анализу особенностей социальной поддержки в современных научных исследованиях (Прохоров, Чернов, 2024; Feeneу, 2015; Харламенкова, Тарабрина и др., 2017; Toker et al., 2012; McEachern et al., 2013; Харламенкова, Проценко, 2015). Описана структура социальной поддержки и ее виды: эмоциональная, инструментальная и когнитивная поддержка. Показано, что социальные отношения, построенные как поддерживающая коммуникация оказывают серьезное влияние на психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью субъектом. Широко представлено влияние социальной поддержки на совладание со стрессом (Шипова,

Хазова и др., 2024). Описан значительный объем проводимых в последнее время исследований роли социальной поддержки в развитии ПТС и ПТСР (Петрунук, Чемет, 2025; Харламенкова, Тарабрина и др., 2017; Boyraz et al., 2015; Cai et al, 2014)

В исследовании анализируется военная служба в армии по призыву как трудная жизненная ситуация, требующая от человека экстремально быстрого изменения привычных условий жизни и ускоренной адаптации к ним (Поляков, Деникин, 2019; Хадарцев, Стариков и др., 2020; Brinn, Auerbach, 2015). Военная служба в армии рассматривается как особые – строго регламентированные условия жизни, квалифицируемые как условия с повышенной трудностью функционирования, которые избирательно снижают продуктивные ресурсы личности и у отдельной части военнослужащих, имеющих непроработанный опыт переживания воздействия психотравмирующих событий, индуцируют симптоматику посттравматического стресса.

Во Главе 2 **«Процедура проведения эмпирического исследования: характеристика выборки и обоснование методологии исследования»** дается общая характеристика участников исследования, представлена поэтапная процедура проведения исследования, обосновывается выбор психодиагностических методик, а также методов математико-статистической обработки результатов исследования.

В Главе 3 **«Эмпирическое исследование выраженности психологического благополучия, посттравматического стресса и представлений о психологической безопасности у мужчин, находящихся в строго регламентированных и повседневных социальных условиях»** представлен анализ результатов диссертационного исследования, логика которого соответствует поставленной в диссертации цели и выдвинутым гипотезам.

В параграфе 3.1 эмпирической главы **«Представление о трудных жизненных событиях в группах военнослужащих по призыву и гражданских лиц»** рассмотрены результаты исследования представлений мужчин о трудных жизненных событиях в разных социальных условиях. Проанализирована оценка степени трудности (напряженности) этих ситуаций для респондентов в строго регламентированных и повседневных жизненных обстоятельствах.

С помощью анкеты «Опросник трудных жизненных ситуаций» и ее применения на выборке мужчин 18-25 лет были выделены типы трудных жизненных ситуаций. Показано, что независимо от социальных условий жизни молодые люди выделяют трудные ситуации, связанные с проблемами профессионального становления; взаимоотношением с противоположным полом; материальными трудностями; бытовыми проблемами и конфликтными ситуациями. При этом по сравнению с гражданскими лицами у мужчин, проходящих военную службу по призыву, профиль переживания трудных жизненных событий оказывается выше значений, указанных гражданскими лицами (рис.1).

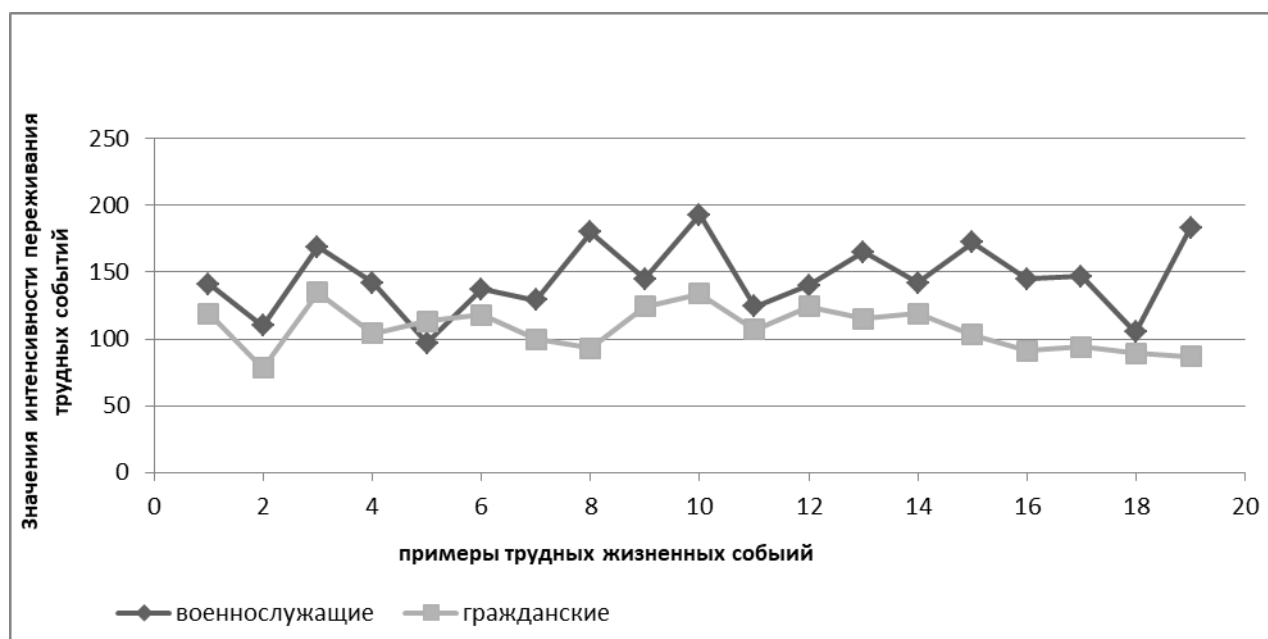


Рис. 1. Профили переживания трудных жизненных событий группами респондентов

Примеры трудных жизненных событий, номер пункта по анкете: 1) экзамены, сессия (включая автошколу); 2) поломка автомобиля; 3) выбор профессии; 4) поступление в вуз или другое учебное заведение; 5) трудности установления контакта с противоположным полом (непринятие ухаживаний, невнимание девушек); 6) безответная любовь; 7) ссора с девушкой; 8) расставание с девушкой; 9) призыв в армию, служба в армии по призыву; 10) ссора с родителями, тема «отцов и детей»; 11) переезд (в другой город, с квартиры на квартиру); 12) поиск работы; попытки устроиться на работу; 13) материальные трудности (отсутствие денежных средств); 14) ухудшение состояния здоровья; 15) ссора с другом, друзьями; 16) свадьба; 17) опоздание на самолет, поезд и т. п.; 18) ремонт; 19) ипотека, кредит, долги.

Следующий параграф 3.2. эмпирической главы «**Психологическое благополучие как субъективный критерий трудности в регламентированных и повседневных социальных условиях**» отражает показатель психологического благополучия в виде комплекса переживаний, выраженного в субъективном чувстве удовлетворенности человека собой и своей жизнью. Психологическое благополучие может выступать актуальным критерием трудности (напряженности) социальной ситуации.

Для проверки гипотезы о том, что уровень психологического благополучия различается в группах мужчин, находящихся в разных социальных условиях, был проведен анализ данных по методике Шкалы Психологического Благополучия (ШПБ), который показал наличие значимых различий по таким показателям психологического благополучия как: «Позитивные отношения с окружающими» ($U=4539,5$; $p=0,001$, где U – критерий Манна-Уитни, p – уровень значимости), «Управление средой» ($U=4902,5$; $p=0,013$), «Цели в жизни» ($U=4422,5$; $p=0,003$), «Самопринятие» ($U=4376,0$; $p=0,0003$) и по общему показателю психологического благополучия ($U=4276,5$; $p=0,0001$). Показано, что в период службы в армии молодые люди испытывают дефицит общения с близкими людьми, не чувствуют в достаточной степени доверие в отношениях, переживают трудности в проявлении

открытости и заботы о других; они реже желают идти на компромиссы для поддержания важных связей с людьми. Также военнослужащие бывают склонны к самоизоляции, критичны по отношению к себе; для них характерно ощущение невозможности изменить или улучшить условия своей жизни, управлять средой и реализовать поставленные цели. Результаты указывают на сниженный уровень психологического благополучия у военнослужащих в сравнении с гражданскими лицами и о трудности ситуации несения военной службы по призыву в целом.

Параграф 3.3 **«Специфика представлений о психологической безопасности в строго регламентированных и повседневных социальных условиях»** посвящен анализу результатов исследования психологической безопасности как когнитивного аспекта трудности актуальной жизненной ситуации. В представлениях человека о психологической безопасности отражаются особенности среды, в которой он находится, что позволяет оценивать ее как более или менее трудную и небезопасную.

С помощью Анкеты психологической безопасности были проанализированы представления о психологической безопасности в каждой группе респондентов. Показано, что в группе военнослужащих по призыву в перечень предпочитаемых ассоциаций, связанных с психологической безопасностью, вошли такие дескрипторы как: «родители», «любовь», «защита, защищенность», «уверенность в окружении», «равновесие, стабильность», «мудрость» и «свобода». В группе гражданских лиц перечень предпочитаемых ассоциаций был несколько расширен за счет оценки респондентами значимости фактора доступности различной информации, наличия возможности получения необходимых сведений, материалов, позволяющих достигать человеком состояния безопасности (дескриптор «владение информацией»). Важным для этой группы респондентов оказалась свобода в поиске выхода из трудной ситуации, возможность быть активным в ее разрешении (дескриптор «активность, скорость реакции»).

Проведенный далее кластерный анализ позволил выделить четыре кластера представлений о психологической безопасности в каждой группе молодых людей. У военнослужащих по призыву – это Позитивное окружение, доверие; Самосохранение, здоровье; Партнерские отношения и Внутренний комфорт. У гражданских лиц: Автономия, независимость; Компетентность, опытность; Внутренний комфорт и Позитивное окружение, доверие.

Сходство между группами респондентов в представлениях о психологической безопасности обнаружилось в том, что в качестве одного из кластеров безопасности обе группы выделяют «Внутренний комфорт» (счастье, комфорт, равновесие, стабильность и др.). Однако в группе гражданских лиц содержание данного кластера отличается вариативностью и включает дескрипторы, связанные с внутренней (счастье, любовь, душевное тепло и др.), а также с внешней (поддержка мамы, родные и др.) системой ресурсов. В группе военнослужащих по призыву внутренний комфорт ассоциируется с личностными ресурсами, которые в данных социальных условиях оказываются, с нашей точки зрения, субъективно более доступными.

Следующий кластер «Позитивное окружение, доверие» у военнослужащих по призыву включает наличие значимых родительских фигур (дескрипторы «родители», «поддержка мамы», «поддержка отца»). У гражданских лиц данные дескрипторы ассоциируются с внутренним комфортом, а кластер «Позитивное окружение»

включает в себя такие дескрипторы как «надежные друзья, верность», «надежный спутник, опора» и др.

Кластер «самосохранение, здоровье» у военнослужащих связан с поддержанием оптимальной функциональной взаимосвязи внутренних (уверенность в себе, самосохранение, самоанализ и др.) и внешних ресурсов (дом, жилье, личная территория и т.д.). Гражданские лица акцентируют внимание на автономии и независимости, на обращении к собственным силам и возможностям, включая материальные и определенные социальные источники благополучия (наличие денег, личная территория, дом, жилье).

Кроме того, у гражданских лиц выявлен кластер «Компетентность, опытность», состоящий из дескрипторов, описывающих необходимые условия решения текущих жизненных проблем (дескрипторы «жизненный опыт, опытность», «владение информацией», «активность, скорость реакции» и др.). У военнослужащих по призыву выделился кластер, указывающий на близкие отношения с противоположным полом (дескрипторы «надежный спутник, опора», «любовь»).

Первая гипотеза исследования верифицируется.

В целом отметим, что в группе гражданских лиц помимо компетентности и опытности в решении жизненных задач была показана высокая значимость автономии и независимости в преодолении текущих проблем. У военнослужащих представление о психологической безопасности ассоциируется с внешней помощью и поддержкой близких людей. Для молодых людей данной группы чувствовать себя в безопасности – значит ощущать себя нужным, значимым человеком для близких людей, чувствовать их поддержку.

В следующем параграфе 3.4 **«Посттравматический стресс и психопатологическая симптоматика в строго регламентированных и повседневных социальных условиях»** представлены результаты исследования выраженности посттравматического стресса и психопатологической симптоматики в условиях военной службы по призыву и повседневных обстоятельствах. В параграфе анализируются различия в выраженности психопатологической симптоматики и уровне посттравматического стресса в группах военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

Показано, что уровень посттравматического стресса и показатели межличностной сензитивности, враждебности и тревожности связаны между собой в обеих группах респондентов. Однако дополнительный анализ различий позволил выявить следующее. В группе военнослужащих по призыву выявлены более высокие показатели посттравматического стресса (МШ) ($U=4302,0$; $p=0,002$), индекса психотравматизации (ИТ) ($U=5006,5$; $p=0,023$), общего индекса психопатологической симптоматики (PSDI) ($U=4527,5$; $p=0,001$), в частности таких ее симптомов, как: обсессивность-компульсивность ($U=3719,0$; $p=0,001$) (в пределах нормативных показателей характеризуется идеями, образами или влечениями, которые возникают независимо от желания субъекта и отличаются навязчивостью), межличностная сензитивность ($U=4078,0$; $p=0,0024$) (признаки повышенной чувствительности к межличностному взаимодействию, характеризующиеся выраженным дискомфортом), депрессия ($U=4106,5$; $p=0,003$) (характеризуется сниженным настроением, недостатком мотивации, безразличием к происходящему вокруг и отсутствием энергии) и психотизм ($U=4537,5$; $p=0,001$) (предпочтение изолированного,

уединенного стиля жизни). Враждебность как выраженность аффективного состояния злости, негативных мыслей, чувств и действий в группе гражданских лиц выше, чем у военнослужащих ($U=4951,0$; $p=0,017$). Вторая гипотеза подтверждается частично, в силу дополнительно полученных данных.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что военная служба по призыву представляет собой трудную жизненную ситуацию, это такие обстоятельства жизни, которые заставляют молодого человека быстро менять свои привычки и адаптироваться к новым требованиям. При этом специфика условий, характерных для военной службы, и вероятные трудности, с которыми может сталкиваться молодой человек, усиливают симптоматику непроработанного ранее травматического опыта, создают риски для полноценного функционирования личности. При этом стоит отметить, что психологические показатели остаются на уровне нормативных и могут рассматриваться как некоторые возможные предпосылки развития тяжелых эмоциональных состояний при утрате внутренних и внешних ресурсов.

В параграфе 3.5 «Анализ событий психотравмирующего характера в группах военнослужащих и гражданских лиц» с помощью опросника травматических ситуаций – Life Experience Questionnaire (LEQ) показана картина психической травматизации военнослужащих и гражданских лиц (рис.2).

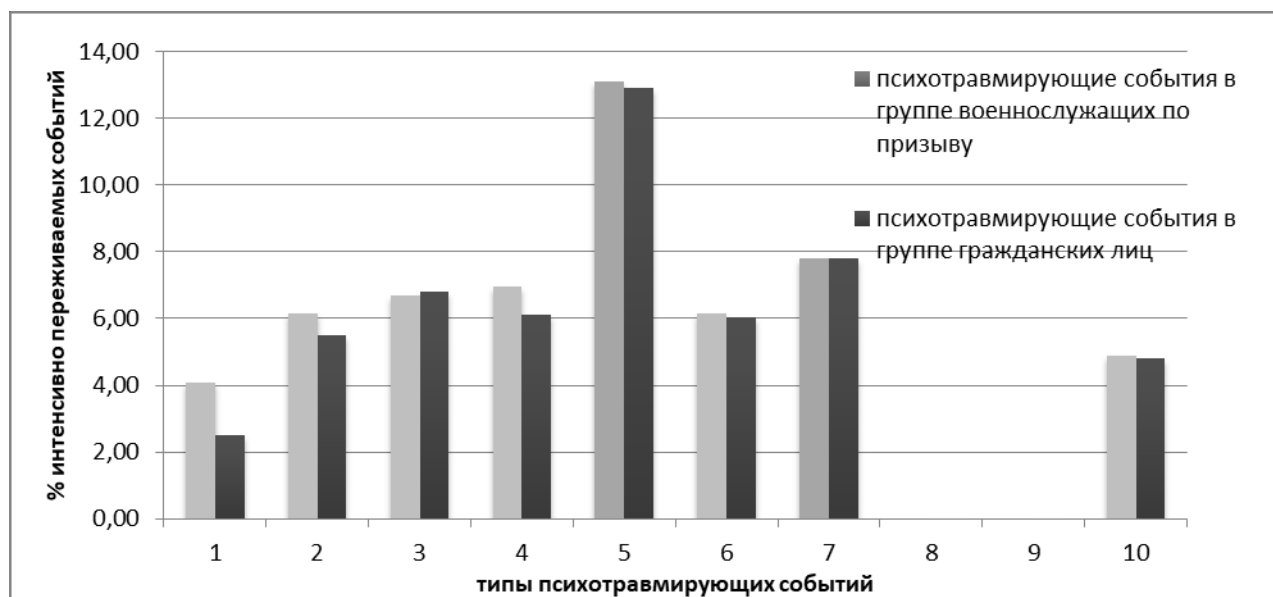


Рис. 2. События психотравмирующего характера по методике LEQ, отмеченные как интенсивно переживаемые (в %)

Примечание: Тип события, номер пункта по LEQ: 1) Криминальные события (кражи) – пункты: 1, 2, 3, 4; 2) Природные и техногенные катастрофы, аварии - 5, 6, 7, 8; 3) Физические травмы, заболевания, угроза жизни самого субъекта - 9, 10, 16, 17; 4) Травма свидетеля (стать очевидцем смерти, травмирования кого-либо) - 11, 12, 18, 19; 5) Травмы, смерть или заболевание близкого человека, известие об этом - 13, 14, 15, 25; 6) Экономические лишения - 24, 27; 7) Семейные обстоятельства воспитания самого субъекта - 20, 21, 22, 23; 8) Ситуации сексуального насилия - 31, 32, 33; 9) Ситуации с детьми (при их наличии) - 28, 29, 30; 10) Ситуации физического и эмоционального насилия - 26, 34, 35, 36.

Результаты исследования показали, что наиболее психотравмирующими являются события прошлого, связанные со смертью близких людей, а также обстоятельствами воспитания самого респондента (развод родителей).

В параграфе 3.6 «**Анализ событий психотравмирующего характера при разном уровне посттравматического стресса**» с целью детального анализа уровня психологического благополучия респондентов, специфики переживания ими психотравмирующих событий, представлений о психологической безопасности и социальной поддержке при разном уровне переживаемого посттравматического стресса, группы военнослужащих и гражданских лиц были разделены на подгруппы по уровню посттравматического стресса, в соответствии с результатами методики «Миссисипская шкала» (МШ).

При делении выборки военнослужащих по призыву по уровню посттравматического стресса ($n = 123$) учитывались значения нижнего и верхнего квартилей ($LQ=68$ и $UQ=83$). В подгруппу с низким показателем МШ вошли респонденты, результаты которых не превышали 68 баллов ($n = 35$); в средней подгруппе диапазон баллов составил от 69 до 82 включительно ($n= 54$); подгруппа с высокой выраженностью признаков посттравматического стресса — респонденты с результатами ≥ 83 баллов ($n = 34$). Аналогичным образом разделили выборку гражданских лиц ($LQ=67$ и $UQ=81$) на подгруппу респондентов с низким уровнем посттравматического стресса, результаты которых не превышали 67 баллов ($n = 26$), подгруппу со средними значениями (диапазон баллов от 68 до 80 включительно ($n=48$)) и подгруппу с высоким уровнем ПТС с результатами ≥ 81 баллов ($n =25$).

Для анализа различий в переживании психотравмирующих событий между подгруппами респондентов с разным уровнем посттравматического стресса был использован статистический критерий углового преобразования Фишера (ϕ^* - критерий). Было обнаружено, что подгруппа военнослужащих с высоким уровнем стресса существенно отличается от двух других подгрупп респондентов по интенсивности переживания событий прошлого. Выявлены значимые различия по широкому диапазону событий: «Криминальные события», «Физические травмы, заболевания, угроза жизни самого респондента», «Травма свидетеля (стать очевидцем или участником смерти, травмирования кого-либо)», «Экономические лишения» и «Семейные обстоятельства воспитания самого респондента». В подгруппах гражданских лиц значимые различия по уровню ПТС обнаружены лишь по отдельным категориям событий таким как: «Криминальные события», «Ситуации физического и эмоционального насилия» и «Семейные обстоятельства воспитания самого респондента».

Как у гражданских лиц, так и у военнослужащих по призыву наибольшая разница в переживании стресса проявилась в ситуации: «Травма, смерть или заболевание близкого человека, известие об этом», однако по сравнению со вторыми у первых различия по этой категории событий оказались не столь контрастными при сравнении подгрупп с высоким, средним и низким уровнем стресса.

Интенсивность переживания психотравмирующих событий в подгруппах военнослужащих по призыву с низким и средним уровнем посттравматического стресса существенно отличается от данных, полученных в подгруппе с высоким уровнем посттравматического стресса. Этот факт свидетельствует о наибольшей уязвимости подгруппы военнослужащих, имеющих крайне негативный опыт

переживания психотравмирующих ситуаций. В подгруппах гражданских лиц подобная тенденция не выявлена.

В следующем параграфе 3.7 «**Психопатологическая симптоматика при разном уровне посттравматического стресса**» проанализированы внутригрупповые и межгрупповые различия у военнослужащих и гражданских лиц с высоким, средним и низким уровнем посттравматического стресса.

Показано, что результаты военнослужащих по призыву с высоким уровнем посттравматического стресса по всем психопатологическим симптомам превышают результаты мужчин с низким уровнем ПТС, а по сравнению с подгруппой со средним уровнем ПТС для респондентов с высоким уровнем стресса характерны симптомы: Соматизация (SOM), Депрессия (DEP), Тревожность (ANX) и Психотизм (PSY).

В группе гражданских лиц показано, что респонденты с высоким уровнем посттравматического стресса в отличие от молодых людей с низким и средним уровнем стресса имеют высокие значения по: Депрессии (DEP), Тревожности (ANX) и Фобической тревожности (PHOB).

Далее были составлены профили оценки выраженности психопатологической симптоматики и проведен анализ межгрупповых различий данных военнослужащих и гражданских лиц с высоким, средним и низким уровнем посттравматического стресса (Рис.3; Рис.4; Рис.5).

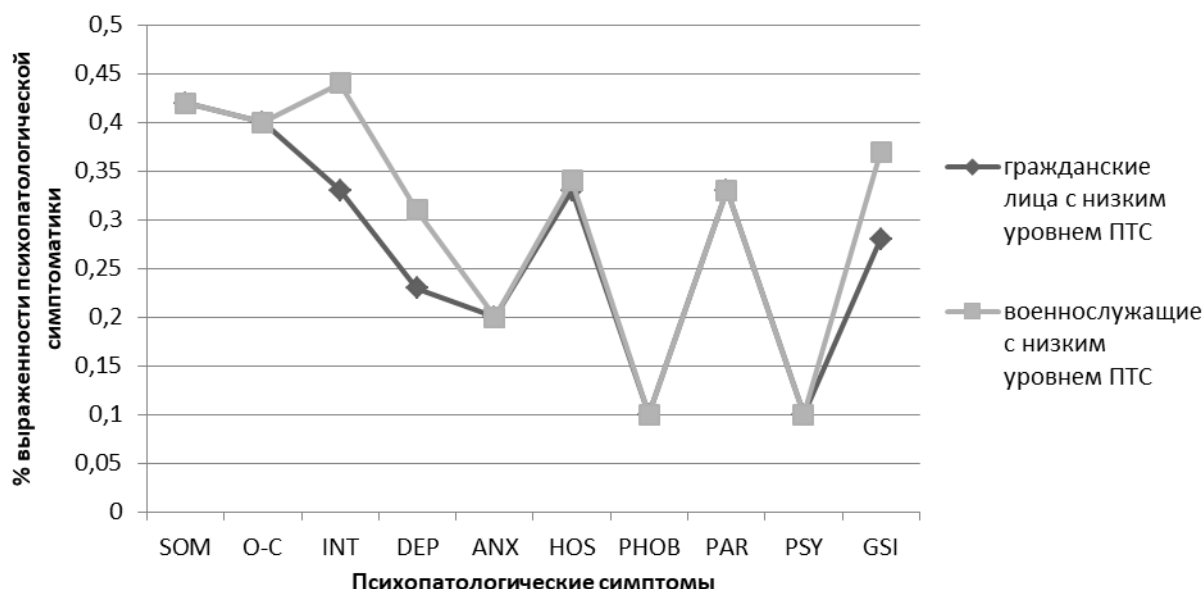


Рис. 3. Профили выраженности психопатологической симптоматики в подгруппах военнослужащих по призыву и гражданских лиц с низким уровнем посттравматического стресса

Примечание: Психопатологические симптомы: Соматизация (SOM), Obsessivность-компульсивность (O-C), Межличностная сензитивность (INT), Депрессия (DEP), Тревожность (ANX), Враждебность (HOS), Фобическая тревожность (PHOB), Паранойяльные симптомы (PAR), Психотизм (PSY) и итоговый показатель дистресса (GSI).

Профили подгрупп с низким уровнем стресса практически совпадают; присутствуют незначительные различия по психопатологической симптоматике:

Межличностной сензитивности ($U=339.5$, $p=0.04$) и Депрессии ($U=245.0$, $p=0.02$), данные которых завышены у военнослужащих (Рис.3). Однако, в целом, с нашей точки зрения, молодые люди этих подгрупп практически одинаково оценивают наличие у них психопатологических симптомов.

Анализ различий в подгруппах со средним уровнем ПТС выявил более значительные расхождения по таким психопатологическим симптомам как: Обсессивно-компульсивная симптоматика ($U=622.5$, $p=0.006$), Межличностная сензитивность ($U=731.5$, $p=0.001$), Депрессия ($U=672.0$, $p=0.003$), Враждебность ($U=915.0$, $p=0.011$) и по итоговому показателю дистресса ($U=543.5$, $p=0.001$). Значения этих симптомов у военнослужащих по призыву выше, чем у гражданских лиц. Для них характерны такие формы поведения как агрессия, негативизм, нежелание сотрудничать, избегание общения, социально пассивное поведение, преувеличение опасности и др. (Рис.4).

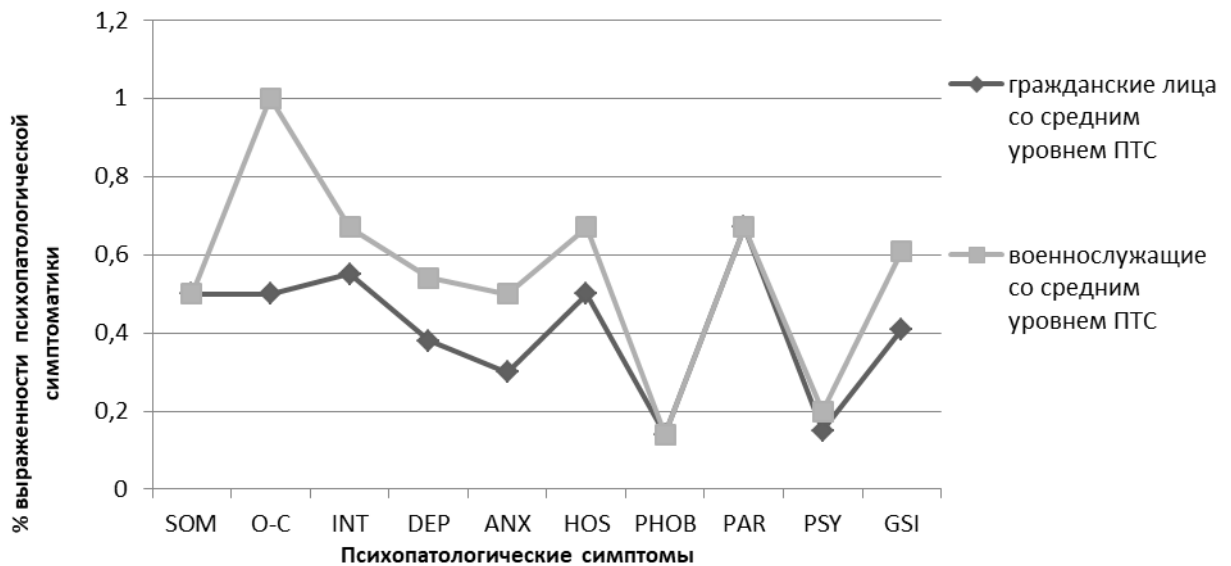


Рис. 4. Профили выраженности психопатологической симптоматики в подгруппах военнослужащих по призыву и гражданских лиц со средним уровнем посттравматического стресса

В подгруппе высоко травмированных военнослужащих по призыву и в аналогичной подгруппе гражданских лиц имеются значимые различия по психопатологической симптоматике Обсессивности-компульсивности ($U=201.0$, $p=0.001$), Межличностной сензитивности ($U=193.5$, $p=0.0007$), Депрессии ($U=189.0$; $p=0.0005$), Тревожности ($U=239.5$, $p=0.007$), Враждебности ($U=273.5$, $p=0.033$), Фобической тревожности ($U=261.0$, $p=0.021$) и Психотизма ($U=176.0$, $p=0.0002$), общему индексу тяжести симптомов ($U=201.5$, $p=0.001$) и по итоговому показателю дистресса ($U=208.5$, $p=0.001$). Для военнослужащих по призыву характерны более высокие показатели данных симптомов в сравнении с гражданскими лицами (Рис.5).

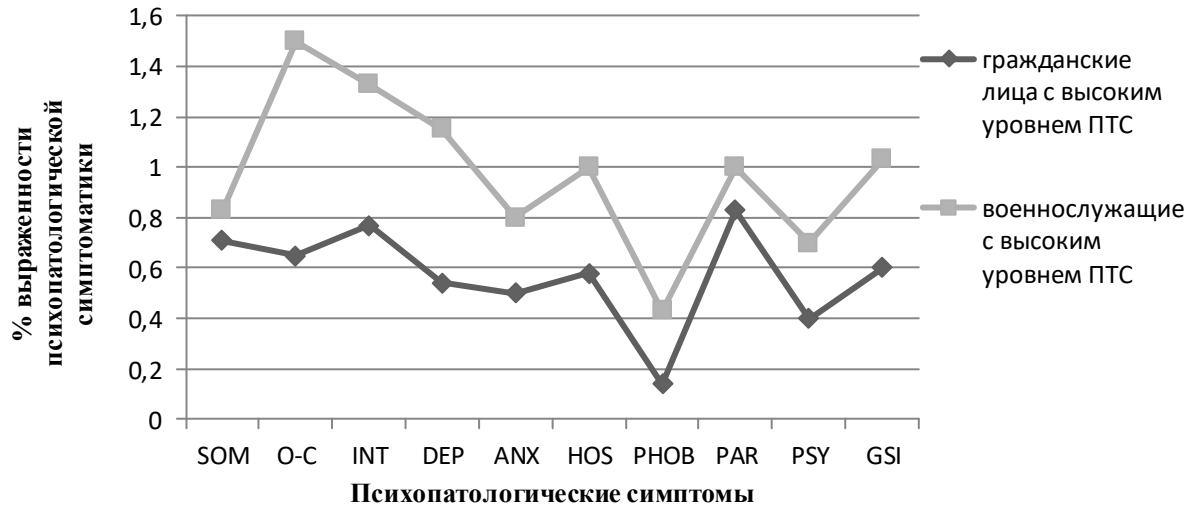


Рис. 5. Профили выраженности психопатологической симптоматики в подгруппах военнослужащих по призыву и гражданских лиц с высоким уровнем посттравматического стресса

Проведенный нами анализ показал, что существует определенная тенденция в выраженности психопатологической симптоматики у молодых людей в подгруппах с низким, средним и высоким уровнем стресса (Рис.6). Данную тенденцию выраженности психопатологической симптоматики у военнослужащих и гражданских лиц с разным уровнем посттравматического стресса можно представить в виде геометрической фигуры перевернутого треугольника, который символически указывает на то, что при увеличении показателя стресса различия между подгруппами военнослужащих и гражданских лиц становятся более контрастными: при низком уровне ПТС различия выявлены только по межличностной сензитивности и депрессии, а при высоком – по всем психопатологическим симптомам (Рис. 6).

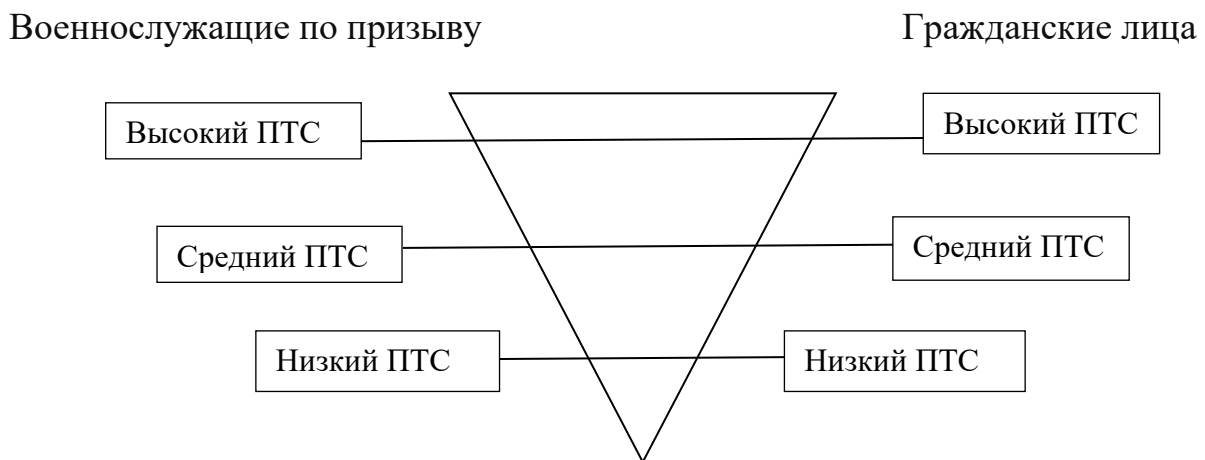


Рис.6. Схема различий психопатологической симптоматики в группах респондентов с разным уровнем посттравматического стресса

Значения военнослужащих в этих подгруппах значительно превышают данные гражданских лиц по выраженности всех психопатологических симптомов. Таким

образом, переживание посттравматического стресса, обусловленное прошлым опытом, в группе военнослужащих с высоким уровнем ПТС сопровождается чрезмерным негативным эмоциональным состоянием, ожиданием опасных, неприятных событий, несоразмерным реальности чувством страха и беспокойства. Данные респонденты представляют собой уязвимую подгруппу молодых людей, которые не могут справиться с последствиями пережитых ранее психотравмирующих событий самостоятельно. Мы полагаем, что это связано с недостаточностью ресурсов совладания со стрессом, а, возможно, и с ограничением средств мобилизации имеющихся ресурсов в условиях трудной жизненной ситуации.

Вторая гипотеза подтверждается частично.

В параграфе 3.8 **«Психологическое благополучие и психологическая безопасность при разном уровне посттравматического стресса»** представлены результаты исследования показателей психологического благополучия и психологической безопасности в подгруппах военнослужащих и гражданских лиц с высоким, средним и низким уровнем посттравматического стресса.

Проведенный анализ различий по показателям методики ШПБ между подгруппами показал, что при сравнении подгрупп военнослужащих и гражданских лиц с низким уровнем посттравматического стресса значимые различия были выявлены только по субъективной оценке достижения целей в жизни; данные военнослужащих оказались ниже, чем показатели гражданских лиц ($U=310.5$; $p=0.021$). Военнослужащие с высоким и средним уровнем посттравматического стресса в отличие от гражданских лиц более чувствительны к недостатку близких, доверительных отношений, испытывают трудности в проявлении открытости и заботы о других людях, ощущают собственную изолированность и фрустрированность. Также между подгруппами с высоким уровнем посттравматического стресса были выявлены различия по автономии ($U=286.0$; $p=0.051$) (способности личности на основании собственных убеждений и навыков, независимо от мнения других, действовать в соответствии со своими желаниями и самостоятельно принимать решения). Военнослужащие с высоким уровнем ПТС больше, чем гражданские лица нуждаются в социальной поддержке при принятии важных решений, они более зависимы от мнения и убеждений общества и более уязвимы к критике со стороны окружающих людей, то есть менее автономны.

В связи с предположением о том, что представление о психологической безопасности в трудной ситуации может меняться не только в зависимости от особенностей актуальной ситуации, но и травматического опыта человека, с помощью Анкеты психологической безопасности были изучены особенности данного конструкта в подгруппах молодых людей с разным уровнем посттравматического стресса.

Подгруппа военнослужащих с низким уровнем посттравматического стресса связывает психологическую безопасность с «надежными друзьями, верностью», «уверенностью в себе», подгруппа со средним уровнем – с «контролем ситуации» и «самосохранением», а подгруппа с высоким уровнем посттравматического стресса – с «контролем ситуации» и «уверенностью в себе».

При этом респонденты с высоким уровнем ПТС в большей степени ориентируются на поддержку и помощь окружающих, прежде всего родителей, а молодые люди с низким уровнем посттравматического стресса предпочитают ориентироваться на

себя (физическая подготовка, сила; мудрость). Многомерная статистическая процедура кластерного анализа – метод К-средних (K-means) показала, что кластерная структура представлений о психологической безопасности имеет некоторые особенности. Так в подгруппе военнослужащих с высоким уровнем ПТС в кластер «Компетентность, опытность» вошли дополнительные дескрипторы, указывающие на предостерегающие опасность действия (избегание опасных ситуаций, осторожность, отказ от риска, отсутствие угроз). Это значит, что у молодых людей данной подгруппы чувство безопасности одновременно связано с его когнитивными способностями, со склонностью к обращению к своему опыту и с избеганием опасных событий, осторожностью.

Следующий кластер представлений о психологической безопасности включает дескрипторы, указывающие на важность поддержки молодого человека со стороны других людей, таких как, надежные друзья, доверие, поддержка, помощь, надежный спутник и т.д. Здесь также была выявлена определенная специфика. Военнослужащие по призыву в круг людей, от которых ожидается помощь, включают близких родственников. При этом военнослужащие с высоким уровнем посттравматического стресса в отличие от молодых людей с низким и средним уровнем ПТС разделяют ожидаемую помощь от друзей, приятелей, знакомых (надежный спутник, надежные друзья, доверие, любовь и др.) и поддержку от самых близких людей, а именно от обоих родителей, и отдельно от каждого из них - от матери и от отца. Мы полагаем, что при высоком уровне стресса молодой человек склонен ориентироваться на тех, значимых для него людей, кому он доверяет безусловно, и от кого ожидает особую поддержку.

В группе гражданских лиц помимо общих представлений о психологической безопасности были выявлены различия в оценке соответствующих дескрипторов подгруппами с разным уровнем посттравматического стресса. Так, показано, что в целом гражданские лица с низким и средним уровнем ПТС в кластере «Компетентность, опытность» в равной степени ориентированы как на свои силы (жизненный опыт, самоанализ, самопознание, компетентность, ум, владение информацией), так и на помощь других людей (надежный спутник, надежные друзья). При этом респонденты с высоким уровнем посттравматического стресса сфокусированы только на своих силах, возможностях, жизненном опыте и на поиске информации, не рассчитывая на помощь извне, поддержку компетентных, значимых людей. Этот результат указывает на сходство данных гражданских лиц с данными военнослужащих по призыву, у которых компетентность и опытность также основаны на собственных возможностях человека.

В описании следующего кластера представлений о психологической безопасности (кластер «Самосохранение») гражданские лица с высоким уровнем стресса в отличие от подгрупп с низким и средним уровнем ПТС, предпочитают оставаться пассивными, не предпринимая активных действий.

Подводя итог, отметим, что представления о психологической безопасности как оценка трудности ситуации у молодых людей с разным уровнем посттравматического стресса различается, причем представления у военнослужащих по призыву и гражданских лиц с высоким уровнем ПТС также имеют свои особенности. Так проведенный анализ показал, что в трудной жизненной ситуации представления о безопасности имеют более дифференцированные границы: между

ориентацией на собственные ресурсы и внешней помощью имеются четкое разделение. При этом у военнослужащих с высоким уровнем стресса круг людей, от которых ожидается поддержка, существенно сужается и включает только самых близких, а стратегии поведения ориентированы на избегание. В отличие от военнослужащих у гражданских лиц не было выявлено избегающего поведения, однако при высоком уровне посттравматического стресса молодые люди отдают предпочтение пассивной, выжидательной позиции. Также границы между внешними и внутренними ресурсами при высоком уровне стресса становятся более четкими, но круг людей, с которыми субъект чувствует себя в безопасности, не сужается.

Третья гипотеза исследования подтверждается.

В заключительном параграфе эмпирической главы 3.9 «Совладание с последствиями психической травматизации в трудных жизненных условиях» показана специфика социальной поддержки в подгруппах респондентов с разным уровнем ПТС.

Для проверки выдвинутой гипотезы о том, что мужчины в возрасте 18-25 лет с высоким уровнем посттравматического стресса испытывают дефицит эмоциональной поддержки, степень которого выше в группе военнослужащих по призыву, проведен анализ различий в данных, полученных по Опроснику социальной поддержки F-SOZU-22 в группах военнослужащих по призыву и гражданских лиц.

Результаты показали, что имеются различия по всем видам социальной поддержки. Военнослужащие по призыву в отличие от гражданских лиц менее удовлетворены наличием эмоционально значимых, поддерживающих отношений (эмоциональная поддержка), возможностями получения важной, полезной информации, помощи в решении актуальных проблем (инструментальная поддержка). Также военнослужащие отмечают низкую социальную интеграцию, т.е. испытывают потребность в наличии круга значимых людей с общими интересами и указывают на недостаточную включенность в этот круг общения, который мог бы гарантировать человеку стабильность переживания собственной значимости для данной группы лиц.

Военнослужащие с высоким уровнем посттравматического стресса менее удовлетворены эмоциональной поддержкой, чем респонденты с низким уровнем ПТС ($U = 397$; $p = 0.017$), у них ниже уровень социальной интеграции ($U = 431,5$; $p = 0.049$). Между подгруппами с высоким и средним уровнем ПТС различия имеются только по социальной интеграции ($U = 689,0$; $p = 0.049$). Подгруппы со средним и низким уровнем посттравматического стресса различаются по шкале эмоциональной поддержки ($U = 675,5$; $p = 0.002$).

В целом, можно сказать, что в группе военнослужащих, чем выше уровень посттравматического стресса, тем потребность в эмоциональной поддержке выше, а в социальной интеграции – ниже.

Сравнение подгрупп гражданских лиц с высоким и низким уровнем ПТС показало наличие различий по шкалам эмоциональной поддержки ($U = 332,5$; $p = 0.016$), социальной интеграции ($U = 228,5$; $p = 0.002$) и удовлетворенности социальной поддержкой ($U = 332,0$; $p = 0.016$). Подгруппы гражданских лиц со средним и высоким уровнем посттравматического стресса различаются по шкалам социальной интеграции ($U = 324,5$; $p = 0.0005$) и удовлетворенности социальной поддержкой ($U =$

383,5; $p = 0.041$). В подгруппах гражданских лиц с низким и средним уровнем ПТС различий не обнаружено. В целом показано, что чем выше уровень ПТС, тем ниже удовлетворенность социальной поддержкой.

Между подгруппами военнослужащих по призыву и гражданских лиц с высоким уровнем ПТС имеются значимые различия по эмоциональной и инструментальной поддержке; между респондентами со средним уровнем посттравматического стресса выявлены различия по шкале инструментальной поддержки; между подгруппами с низким уровнем стресса значимых различий не обнаружено.

Таким образом, чем выше уровень посттравматического стресса, тем шире масштаб значимых различий между военнослужащими и гражданскими лицами; наибольшая контрастность в удовлетворенности разными видами социальной поддержки была выявлена в подгруппах молодых людей с высоким уровнем стресса. Похожая тенденция была обнаружена при анализе психопатологической симптоматики: по мере увеличения показателя стресса наблюдается все более выраженное расхождение в количественных показателях психопатологических симптомов между военнослужащими и гражданскими лицами (см. параграф 3.7).

Группу военнослужащих по призыву с высоким уровнем ПТС делают уязвимой не только средовые факторы и наличие психотравмирующего опыта, но и ограниченность внешних и внутренних ресурсов. Молодые люди испытывают дефицит в переживании общности, доверия, надежности и эмоциональной сопричастности с другими людьми, они не воспринимают себя ценными и нужными; кроме того, они чувствуют неудовлетворенность поддержкой в определении причинно-следственных связей и в построении необходимого алгоритма действий в различных по трудности ситуациях, что в целом затрудняет процесс адаптации человека к трудным и психотравмирующим жизненным ситуациям.

В Заключении диссертационной работы подводятся основные итоги исследования и формулируются следующие **выводы**:

1. Общим выводом диссертационной работы, содержательно связанным с теоретической гипотезой исследования, является утверждение, согласно которому наибольшая интенсивность посттравматического стресса как одного из психологических последствий воздействия на человека психотравмирующих событий прошлого, выявлена в актуально переживаемых трудных жизненных условиях.
2. Показано, что по сравнению с повседневными обстоятельствами жизни, строго регламентированные социальные условия, такие, как служба в армии по призыву, характеризуются выраженной трудностью (напряженностью) жизнедеятельности субъекта в целом. В качестве оценки жизнедеятельности субъекта были выбраны три количественных показателя: профиль переживания конкретных трудных жизненных ситуаций, уровень психологического благополучия и специфика представлений о психологической безопасности. в соответствии с которыми строго регламентированные условия жизни характеризуются как условия с ограниченными возможностями функционирования субъекта, менее благополучным переживанием актуальных жизненных ситуаций и узким диапазоном социальных средств достижения состояния психологической безопасности.

3. Доказано, что в строго регламентированных социальных условиях жизни уровень посттравматического стресса и связанной с ним психопатологической симптоматики (межличностной сензитивности, враждебности, тревожности) оказывается достоверно более высоким у военнослужащих по призыву по сравнению с гражданскими лицами 18-25 лет, находящимися в привычных (повседневных) жизненных обстоятельствах.

4. Анализ перечня психотравмирующих событий показал, что вне зависимости от актуальных социальных условий жизнедеятельности риск развития посттравматического стресса у мужчин, находящихся на стадии ранней взрослости, обусловлен переживанием воздействия таких стрессоров как утрата и угрожающее жизни заболевание близкого. Межгрупповые различия наблюдаются при высоком уровне посттравматического стресса, вызванного воздействием психотравмирующими событиями прошлого.

5. Выявлено, что в ходе анализа психологических последствий воздействия на человека интенсивных стрессоров, важным оказывается контроль трудности актуальных жизненных условий и дифференциация обследуемой выборки по уровню посттравматического стресса. Показано, что при увеличении интенсивности посттравматического стресса значимые различия в психопатологической симптоматике между группами мужчин 18–25 лет, находящихся в разных социальных условиях, становятся более контрастными: при низком уровне ПТС различия выявлены только по межличностной сензитивности и депрессии, а при высоком – по всем психопатологическим симптомам, а также по показателям психологического благополучия и представлениям о психологической безопасности.

6. Достоверно доказано, что у мужчин 18–25 лет с высоким уровнем посттравматического стресса наблюдается дефицит переживания общности, доверия, надёжности и эмоциональной сопричастности с другими людьми, уровень которого в строго регламентированных условиях жизни оказывается еще более значительным, чем в повседневных жизненных обстоятельствах.

Публикации в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации, а также международных изданиях (Web of Science и Scopus)

1. Харламенкова Н.Е., Дымова Е.Н. Амбивалентность представлений о психологической безопасности в условиях жесткой регламентации социальных ролей // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2013. №4 С.32-36.

2. Дымова Е.Н., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е. Психологическая безопасность и травматический опыт как модуляторы поиска социальной поддержки в трудной жизненной ситуации // Психологический журнал. 2015. Т.36 №2 С.15-27.

3. Дымова Е.Н., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е. Параметры психологического благополучия / неблагополучия при разном уровне психической травматизации // Вестник МГУ. 2015. №2 С.37-50.

4. Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е., Быховец Ю.В., Мустафина Л.Ш., Ворона О.А., Казымова Н.Н., Дымова Е.Н., Шаталова Н.Е. Посттравматический стресс и картина травматических событий в разные периоды взрослости // «Психологический журнал». 2016. Т. 37 № 6 С.82–96.

5. Дымова Е.Н. Посттравматический стресс и представления о психологической безопасности у военнослужащих по призыву и гражданских лиц // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2018. №1 С.36-41.
6. Дымова Е.Н. Уровень посттравматического стресса в трудной жизненной ситуации // Мир Науки Педагогика и психология. 2019 №4. <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN419.pdf>
7. Дымова Е.Н. Трудные и психотравмирующие жизненные ситуации в представлении молодых мужчин // Общество: социология, психология, педагогика. 2021. № 11 С.125-129. <https://doi.org/10.24158/spp.2021.11.19>
8. Дымова Е.Н. Психологическая безопасность как интегральный показатель психологического благополучия в строго регламентированных условиях // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2025. Т.10 № 2. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2025_35_2_003

В коллективных монографиях в соавторстве

9. Харламенкова Н.Е., Тарабрина Н.В., Быховец Ю.В., Ворона О.А., Казымова Н.Н., Дымова Е.Н., Шаталова Н.Е.. Психологическая безопасность личности: имплицитная и эксплицитная концепции М.: Из-во «Институт психологии РАН». 2017. 262 с.
10. Сергиенко Е.А., Знаков В.В., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е., Лебедева Е.И., Уланова А.Ю., Виленская Г.А., Ветрова И.И., Никитина Е.А., Павлова Н.С., Быховец Ю.В., Казымова Н.Н., Падун М.А., Дымова Е.Н., Никитина Д.А., Шаталова Н.Е., Дан М.В. Онто- и субъектогенез психического развития человека М.: Из-во «Институт психологии РАН». 2022. 430 с.

Публикации в других научных изданиях

11. Дымова Е.Н. Специфика связи психологической травматизации и психологического благополучия у военнослужащих // Материалы III Международной научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения» 26-28 сентября 2013 г., Кострома. С.176-179.
12. Дымова Е.Н. Исследование психологической травматизации при разной социальной поддержке у военнослужащих // Материалы Международной научной конференции, посвященной 80-летию А.В. Брушлинского «Человек, субъект, личность в современной психологии» 10-11 октября 2013 г., Москва. С.565-567.
13. Дымова Е.Н. Представления о психологической безопасности при разном травматическом опыте // Материалы Всероссийской научной конференции «Психология и современный мир» 23 апреля 2015 г., Архангельск. С.23-25.
14. Дымова Е.Н. Удовлетворенность социальной поддержкой при разном уровне посттравматического стресса // Материалы VI научно-практической конференции «Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности» 1-3 июля 2016 г., Владивосток. С.193-201.
15. Дымова Е.Н. Влияние разного уровня посттравматического стресса на удовлетворенность социальной поддержкой // Всероссийская научная конференция «Процедуры и методы экспериментально-психологических исследований» 23-25 ноября 2016 г., Москва. С.484-490.
16. Дымова Е.Н. Уровень посттравматического стресса и удовлетворенность личности социальной поддержкой в условиях строгой регламентации социальных ролей // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия и совладание / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко, Н.В. Тарабрина, Н.Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2016. С.279-293.

17. Дымова Е.Н. Динамика психологического благополучия в трудной жизненной ситуации // Материалы VII Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» 14-15 ноября 2017 г., Москва. С.248-251.
18. Дымова Е.Н. Психологическое благополучие и посттравматический стресс в трудной жизненной ситуации // Материалы Всероссийской юбилейной научной конференции «Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития», посвященной 45-летию ИП РАН и 90-летию со дня рождения его создателя и первого директора Б.Ф. Ломова 16-17 ноября 2017 г., Москва. С.1418-1424.
19. Дымова Е.Н. Психическая травматизация и уровень психологического благополучия в особых социальных условиях // Материалы XXII Международной научно-практической конференции молодых ученых «Психология XXI века: психология как наука, искусство и призвание» 23-25 апреля 2018 г., Санкт-Петербург. С.444-451.
20. Дымова Е.Н. Посттравматический стресс у военнослужащих по призыву и гражданских лиц // Материалы Международной конференции студентов, аспирантов, молодых учёных «Актуальные проблемы психологической науки» 10-12 мая 2018 г., Москва. С.216-218.
21. Дымова Е.Н. Представления о психологической безопасности при разном уровне психической травматизации в различных социальных условиях // Материалы 8-й международной конференции по когнитивной науке 18-21 октября 2018. г., Светлогорск. С.355-357.
22. Дымова Е.Н. Картина психотравматических событий и уровень посттравматического стресса у мужчин и женщин // Материалы Всероссийской научной конференции «Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности», посвященной 85-летию со дня рождения А.В. Брушлинского и О.К. Тихомирова 22-23 ноября 2018 г., Москва. С.1885-1892.
23. Dymova E. Post-traumatic stress and psychopathological symptoms among military service members and civilians // ESTSS2019 Rotterdam Poster Abstract Book, European Journal of Psychotraumatology 2019. VOL. 10. С. 3. June 14th -16th, 2019. Rotterdam, The Netherlands. P.4.
24. Дымова Е.Н. Признаки психологического благополучия у мужчин и женщин с разным уровнем посттравматического стресса // Материалы VIII Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» 19-23 ноября 2019 г., Москва. С.159-162.
25. Дымова Е.Н. Специфика психологического благополучия и психологической безопасности в трудных социальных условиях // Материалы 9-й Российской Конференции по Экологической психологии: от Экологии детства к психологии устойчивого развития 17-18 марта 2020 г., Москва. С.197-201.
26. Дымова Е.Н. Трудные жизненные события в представлении мужчин и женщин юношеского возраста // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Личность в изменяющейся социальной реальности: общение и со-бытийность», посвященной 100-летию со дня рождения А.А. Бодалева, 22–24 сентября 2023 г., Краснодар-Сочи-Майкоп С.141-145.
27. Дымова Е.Н., Никитина Д.А. Представление человека о психологической безопасности в повседневной и экстремальной жизненной ситуации // Десятая международная конференция по когнитивной науке: Тезисы докладов. Пятигорск, 26–30 июня 2024 г. В двух частях. Часть II / Отв. ред. Киреев М.В. Пятигорск., 2024. С.119-120.