



*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет имени М.Горького»
Министерства здравоохранения Российской Федерации*

Взаимосвязь выраженности ресурсной активности личностного потенциала и непатологической психической дезадаптации у лиц молодого возраста в условиях хронического стресса военного времени (корреляционный анализ)

Доцент кафедры психиатрии, наркологии и
мед.психологии, к.мед.н. Голоденко Ольга Николаевна

Первостепенные особенности личностной регуляции – это осознанное понимание и раскрытие собственных потенциальных возможностей, а также самостоятельный выбор своей направленности самореализации, принятие ответственности за сделанный выбор. Без этого невозможна активность в расширении психических, психофизиологических возможностей и целевых социально или лично значимых установок, перспектив будущего и гуманистических ценностей.

Вследствие осознанного отношения к себе, внутренний образ психической и физиологической активности, ритмы жизнедеятельности, выработанные в процессе фило- и онтогенеза насыщаются независимыми, взаимосвязанными и предрасположенными на разрешение первоочередных жизненных задач социального и трудового функционирования, формами [1, С.94].

Выделяют три уровня психологической регуляции личности – инструментально-экспрессивный, смысловой и экзистенциальный [2, С.156; 3, С.115]. Характерологические особенности индивида, его способности и исполняемые им социальные роли служат адаптации к конкретным окружающим условиям и обстоятельствам. Они лежат в основе инструментально-экспрессивного уровня регуляции и обеспечивают логику характера и роли человека в повседневной жизни. Внутренний мир, смысловая сфера личности связывают её с реальностью мира, как целого, и составляют основу смыслового уровня регуляции жизнедеятельности. Данный уровень определяет смысловую логику жизненной необходимости человека. Возможность личностного выбора и самостоятельного функционирования обеспечивает только важнейший экзистенциальный аспект регуляции. Данный уровень личностной саморегуляции оценивается как главный фактор развития автономной личности, который превалирует над предыдущими уровнями.

Данный научный анализ исходил из того, что инструментально-экспрессивный уровень регуляции отражает особенности использования личностного адаптационного потенциала как внутренней психической активности субъекта. Кроме этого, способ саморегуляции обнаруживается в наиболее значимых для человека индивидуальных особенностях самоорганизации и управления внешней и внутренней целевой направленности активностью, обнаруживающейся в ситуации пролонгированного стресса военно-политического конфликта. Семантический показатель саморегуляции требует также изучения жизнестойкости личности. Выраженность этой диспозиции препятствует возникновению внутреннего напряжения в ситуации стресса за счёт стойкого совладания и снижения его значимости. Экзистенциальный путь развития личности является достаточно протяжённым во времени, механизмы личностной саморегуляции этого уровня характеризуются неограниченностью, что делает невозможным их измерение. В этом контексте была осуществлена попытка установления взаимосвязи копинг-стратегий и стилевых особенностей саморегуляции как личностного копинг-ресурса.

Заслуженное внимание отечественные и зарубежные авторы уделяют оценке ресурсных возможностей и защитных стратегий преодоления в различных стрессогенных ситуациях у лиц молодого возраста [4, С.46; 5; 6, С.508]. Однако, на сегодняшний день, исследования, посвященные динамике механизмов ресурсной защиты и формирования совладающего поведения в ситуации хронического стресса военного времени у лиц молодого возраста, недостаточны и бедны [7, С.201]. Учитывая возрастные особенности личностного становления в период ранней взрослости [8, С.78], данный контингент попадает в группу риска возникновения клинических связанных со стрессом военного времени расстройств.

ПУБЛИКАЦИИ АВТОРА ПО ИЗУЧАЕМОЙ ТЕМЕ:

1. ВЛИЯНИЕ ХРОНИЧЕСКОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА НА ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА. (ДОКЛАД) – 2019 ГОД.
2. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПОВЕДЕНЧЕСКИХ ПАТТЕРНОВ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ОСТРОГО И ХРОНИЧЕСКОГО ДИСТРЕССА. (ДОКЛАД) – 2020 ГОД.
3. ВЛИЯНИЕ СТРЕССОГЕННОГО ФАКТОРА ВООРУЖЕННЫХ ДЕЙСТВИЙ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА. (ДОКЛАД) – 2020 ГОД.
4. ОЦЕНКА ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ИСПОЛНЕННОСТИ КАК ОТРАЖЕНИЕ СУБЪЕКТИВНОГО ОЩУЩЕНИЯ НАПОЛНЕННОСТИ ЖИЗНИ ОПРЕДЕЛЕННЫМ СМЫСЛОМ У МОЛОДЫХ, ЛЮДЕЙ ПОДВЕРЖЕННЫХ ВЛИЯНИЮ ХРОНИЧЕСКОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА. (ДОКЛАД) – 2020 ГОД.
5. ВЛИЯНИЕ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ НА ВЫБОР КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ В СИТУАЦИИ ДЛИТЕЛЬНОГО СТРЕССА ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА НА ДОНБАССЕ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА. – 2022 ГОД.
6. ИЗУЧЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА, НАХОДИВШИХСЯ В ЗОНЕ ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА НА ДОНБАССЕ. (СТАТЬЯ) – 2020 ГОД.
7. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ЖИЗНИ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА, ПОДВЕРЖЕННЫХ ВЛИЯНИЮ ХРОНИЧЕСКОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА. (СТАТЬЯ) – 2020 ГОД.
8. СМЫСЛОУТРАТА КАК РЕЗУЛЬТАТ ВЛИЯНИЯ ХРОНИЧЕСКОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА НА ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА. (СТАТЬЯ) – 2019 ГОД.
9. ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАНИЯ С ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИМ СТРЕССОМ В СФЕРЕ УПРАВЛЕНИЯ СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНЬЮ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА. (СТАТЬЯ) – 2018 ГОД.
10. ИССЛЕДОВАНИЕ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ У ЛИЦ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОСТОЯНИИ ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА. (СТАТЬЯ) – 2017 ГОД.
11. ИЗМЕРЕНИЕ УРОВНЯ ДИСПОЗИЦИОННОЙ НАДЕЖДЫ, КАК ФАКТОРА АДАПТИВНОГО МЕХАНИЗМА, У ЛИЦ ПРОЖИВАЮЩИХ В ЗОНЕ ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА В ДОНБАССЕ. (СТАТЬЯ) – 2016 ГОД.
12. ОЦЕНКА САМОРЕГУЛЯЦИИ У СТУДЕНТОВ ДЛИТЕЛЬНО НАХОДЯЩИХСЯ В ЗОНЕ ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА В ДОНБАССЕ И РАЗРАБОТКА РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ПОВЫШЕНИЮ ЭТИХ КАЧЕСТВ. (СТАТЬЯ) – 2016 ГОД.

Цель исследования

Провести корреляционный анализ взаимосвязи показателей ресурсов саморегуляции (опросник «Стиль саморегуляции поведения» и «Тест жизнестойкости») и способов совладающего поведения у лиц молодого возраста с непатологической психической дезадаптацией в условиях хронического стресса военного времени.

Объект и методы исследования. В исследовании приняли участие лица молодого возраста находившиеся на территории военно-политического конфликта на Донбассе с 2014 года по 2019 год. Основная группа (острая фаза стресса) составила 250 человек, средний возраста – $21,0 \pm 2,3$ год, 74,4% (186 человек) – женщины, 25,6% (64 человека) – мужчин. Катамнестическая группа (хроническая фаза стресса) – 252 человека, средний возраст – $20,2 \pm 0,6$ лет, 57,1% (144 человека) – женщин, 42,9% (108 человек) – мужчин.

Оценка ресурсов саморегуляции проводилась путем выявления стиля саморегуляции поведения (ССП-98 В.И. Моросановой, 1988) и уровня жизнестойкости («Hardiness Survey» S. Maddi, 1984, адаптация Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой, 2006). Способ совладающего поведения оценивался по методике Р. Лазаруса и С. Фолкмана, 1988 (адаптация Л.И. Васермана, 2007).

Метод математической обработки данных предусматривал создание компьютерного банка данных 502 респондентов и дальнейшую статистическую обработку полученных результатов. Расчёты проводились с использованием лицензированных пакетов статистического анализа – «Statistica 5.5» (StatSoft), «MedStat» (Альфа) на IBM PC/AT. Для количественного анализа полученных в исследовании данных использовались статистические методы и Пакет анализа табличного процессора MS Excel. Для сравнения средних значений баллов с интервалом в 4 года использовался *t*-критерий Стьюдента. Нормальность закона распределения экспериментальных данных проверена с использованием графического и статистического (тест хи-квадрат) методов. Для оценки корреляционной связи между выборками использован параметрический тест критерий согласия Пирсона.

Результаты и их обсуждение. На основании полученных данных, были выявлены следующие статистически значимые взаимосвязи копинг-стратегий со стилевыми особенностями саморегуляции (Таблица 1). Как видно из представленной таблицы, статистически достоверных корреляционных связей между копинг-стратегиями планирования решения проблемы и положительной переоценки, и регуляторно-личностными свойствами в обеих группах выявлено не было ($p > 0,05$).

В то же время, в обеих группах нами была выявлена статистически значимая (показатель корреляции статистически значимо отличается от 0,09, $p < 0,05$) положительная связь между копинг-стратегией самоконтроля и регуляторными процессами планирования и моделирования (ОФС: $r = 0,24$, ХФС: $r = 0,21$ и ОФС: $r = 0,18$, ХФС: $r = 0,14$, соответственно). Это означает, что при высокой степени сформированности потребности в осознанном планировании своей деятельности и способности выделять внешние и внутренние значимые условия достижения целей, респонденты для преодоления стрессогенной ситуации военного времени выбирали стратегию самоконтроля с преобладанием рационального, с минимальным расходом эмоций, подхода к преодолению стрессовой ситуации. По нашему мнению, развитая способность к планированию и моделированию облегчала контроль и сдерживала эмоции, формируя высокий контроль поведения. Однако она не исключала и негативного их влияния, вследствие формирования сверхконтроля поведения с чрезмерной требовательностью к себе и трудностями выражения переживаний, потребностей и побуждений в трудных жизненных ситуациях вооружённого конфликта.

Копинг-стратегии принятия ответственности, поиска социальной поддержки и бегства-избегания имели статистически значимую (показатель корреляции статистически значимо отличается от 0,09, $p < 0,05$) отрицательную связь с регуляторным процессом моделирования (ОФС: $r = -0,18$, ХФС: $r = -0,23$; ОФС: $r = -0,16$, ХФС: $r = -0,24$; ОФС: $r = -0,21$, ХФС: $r = -0,17$, соответственно). Моделирование характеризует индивидуальную развитость представлений о внутренних и внешних значимых условиях достижения целей, как в текущей ситуации, так и перспективе, степени их осознанности. При высокой сфорсированности моделирование является одним из факторов надёжности осознанной саморегуляции в препятствии формированию острого стресса. Полученные результаты показывают, что при низкой развитости регуляторного процесса моделирования, респонденты с большей выраженностью предпочитали мало адаптивные и неадаптивные стратегии принятия ответственности, поиска социальной поддержки и бегства-избегания для преодоления стрессовых ситуаций.

Также были выявлены статистически значимые (показатель корреляции статистически значимо отличается от 0,09, $p < 0,05$) отрицательные связи между выраженностью предпочтения копинг-стратегии конфронтации и такими регуляторно-личностными свойствами осознанной саморегуляции как гибкость (ОФС: $r = -0,13$, ХФС: $r = -0,18$) и моделирование (ОФС: $r = -0,17$, ХФС: $r = -0,21$), и положительная связь с показателями самостоятельности (ОФС: $r = 0,20$, ХФС: $r = 0,23$). Низкая пластичность регуляторных процессов, на фоне излишней автономности в организации активности при недостаточной способности к моделированию в стрессогенных условиях, являлась предиктором предпочтения стратегии конфронтации с недостаточной целенаправленностью в поведении, которая становилась преимущественно механизмом для разрядки эмоционального напряжения.

Выявленная статистически значимая (показатель корреляции статистически значимо отличается от 0,09, $p < 0,05$) положительная связь копинг-стратегии дистанцирования с регуляторно-личностным свойством гибкостью (ОФС: $r = 0,15$, ХФС: $r = 0,17$), позволяла предположить, что высокий уровень развития психологической пластичности в стрессогенной ситуации предопределяет выбор стратегии дистанцирования, т.е. способствует эмоциональной отстранённости, вплоть до обесценивания сложившихся трудных жизненных событий.

Копинг-стратегии самоконтроля и конфронтации в наибольшей степени определяются ресурсами саморегуляции. Стратегия конфронтации чаще использовалась при недостаточно развитых регуляторно-личностных свойствах гибкости и моделирования, а также при наличии выраженной способности к самостоятельности. Стратегия самоконтроля определяла развитую способность к планированию, моделированию, а также высокий общий уровень саморегуляции.

Недостаточно развитая способность к моделированию, предопределяющая трудности в дифференцировке значимых внешних и внутренних условий, с резкими перепадами отношения к ситуации и последствиям своих действий, способствовала использованию в ситуации стресса или недостаточно конструктивных стратегий поиска социальной поддержки и принятия ответственности, или неконструктивных стратегий конфронтации и бегства-избегания.

Семантический показатель саморегуляции требует также изучения жизнестойкости личности. Выраженность этой диспозиции препятствует возникновению внутреннего напряжения в ситуации стресса за счёт стойкого совладания и снижения его значимости.

Жизнестойкость отражает собой систему убеждений о себе, мире, отношениях с ним. Эта комплексная единица включает в себя три сравнительно самостоятельных компонента: вовлечённость, контроль, принятие риска. Выраженность этих составляющих, и жизнестойкости в целом, ограничивает развитие внутреннего напряжения в стрессогенных ситуациях за счёт стойкого совладания со стрессами и субъективного снижения их значимости [9, С.239; 10, С.300].

Корреляционная связь ресурсов саморегуляции (опросник «Стиль саморегуляции поведения» и «Тест жизнестойкости») и способов совладающего поведения у лиц молодого возраста в условиях хронического стресса военного времени

Виды копинга/ Показатели методик		К	Д	Ск	ПСП	ПО	Б-И	ПРП	ПП
Опросник «Стиль саморегуляции поведения»									
Пл	ОФС	0,07	-0,06	0,24*	-0,05	-0,08	-0,07	0,05	0,08
	ХФС	-0,06	-0,08	0,21*	-0,07	-0,07	-0,04	0,05	0,06
М	ОФС	-0,17*	-0,04	0,18*	-0,16*	-0,18*	-0,21*	0,08	-0,05
	ХФС	-0,21*	-0,06	0,14*	-0,24*	-0,23*	-0,17*	0,06	-0,08
Пр	ОФС	0,06	0,04	0,08	-0,06	-0,07	-0,07	0,05	0,05
	ХФС	0,08	0,05	0,02	-0,05	-0,07	-0,05	0,04	0,06
ОР	ОФС	-0,06	0,05	0,08	-0,07	-0,05	-0,07	-0,06	-0,05
	ХФС	-0,05	0,07	0,07	-0,05	-0,08	-0,08	-0,06	-0,07
Г	ОФС	-0,13*	0,15*	0,06	0,02	0,07	0,06	0,07	0,05
	ХФС	-0,18*	0,17*	0,05	0,08	0,05	0,06	0,07	0,07
С	ОФС	0,20*	0,06	-0,08	-0,04	0,06	0,06	0,05	0,07
	ХФС	0,23*	0,08	-0,06	-0,08	0,07	0,05	0,08	0,06
ОУ	ОФС	-0,08	0,02	0,15*	-0,08	-0,05	-0,08	0,04	0,04
	ХФС	-0,06	0,05	0,19*	-0,07	-0,08	-0,05	0,03	0,05
«Тест жизнестойкости»									
Жс	ОФС	-0,07	0,05	-0,07	-0,06	-0,25*	-0,19*	0,08	0,07
	ХФС	-0,08	0,07	-0,05	-0,08	-0,22*	-0,15*	0,07	0,08
Вв	ОФС	-0,06	-0,08	-0,02	-0,07	-0,18*	-0,19*	0,06	0,05
	ХФС	-0,07	-0,06	-0,06	-0,05	-0,24*	-0,21*	0,07	0,06
Кн	ОФС	-0,08	-0,05	-0,08	-0,05	-0,18*	-0,25*	0,05	0,06
	ХФС	-0,08	-0,04	-0,05	-0,08	-0,30*	-0,19*	0,05	0,08
ПР	ОФС	-0,08	0,07	-0,07	-0,05	-0,22*	-0,19*	-0,03	0,06
	ХФС	-0,07	0,04	-0,07	-0,08	-0,19*	-0,23*	-0,05	0,06

Примечание: Пл – Планирование, М – Моделирование, Пр – Программирование, ОР – Оценивание результатов, Г – Гибкость, С – Самостоятельность, ОУ – общий уровень саморегуляции поведения; Жс – жизнестойкость, Вв – вовлеченность, Кн – контроль, ПР – принятие риска; * – корреляция статистически значима ($p \leq 0,05$) (использован непараметрический тест хи-квадрат).

Таблица 1 представляет результаты корреляционного анализа, направленного на определение взаимосвязей между выраженностью предпочтения различных копинг-стратегий и уровнем жизнестойкости.

В данном анализе показатели жизнестойкости в острую и хроническую фазы стресса статистически значимо ($p < 0,05$) отрицательно коррелировали с выраженностью копинга принятия ответственности (вовлечённость – $r_o = -0,18$, $r_x = -0,24$; контроль – $r_o = -0,18$, $r_x = -0,30$; принятие – $r_o = -0,22$, $r_x = -0,19$; жизнестойкость – $r_o = -0,25$, $r_x = -0,22$; соответственно фазам стресса) и бегства-избегания (вовлечённость – $r_o = -0,19$, $r_x = -0,21$; контроль – $r_o = -0,25$, $r_x = -0,19$; принятие – $r_o = -0,19$, $r_x = -0,23$; жизнестойкость – $r_o = -0,19$, $r_x = -0,15$; соответственно фазам стресса).

Чем более представленными в личности респондентов были такие диспозиционные компоненты как вовлеченность в происходящее с умением получать удовольствие от собственной деятельности, убежденность в необходимости борьбы за желаемый результат, принятие риска в действиях по приобретению опыта и развитию, а также жизнестойкость как система убеждений о себе, мире и отношениях с ним, способствующая гармонизации отношения к жизни за счет препятствия возникновению внутреннего напряжения, тем менее вероятным было использование условно-конструктивной стратегии принятия ответственности как способствующей неоправданной самокритике, переживанию чувства вины и неудовлетворённости собой; и неконструктивной стратегии бегства-избегания с уклонением от ответственности и действий по разрешению возникших трудностей и проблем. Однако положительного влияния жизнестойкости и её компонентов на выбор стратегии совладания со стрессогенной ситуацией не было выявлено.

Заниженные показатели жизнестойкости влияли на формирования условно конструктивного копинга принятия ответственности и дезадаптивного – бегства-избегания, причём в острую фазу стресса данные копинги оказывали положительное влияние в процессе преодоления стресса, а в хроническую – занимали сугубо деструктивную позицию. В данном анализе влияния саморегуляции и жизнестойкости на формирование стратегий преодоления стресса военного времени у лиц молодого возраста, не было выявлено различий в выборе копинг-стратегий в стрессогенные ситуации с различной длительностью (острый и хронический стресс). Таким образом, можно утвердительно сказать, что ресурсы саморегуляции, сформировавшиеся у респондентов молодого возраста, имели устойчивую позицию и, подтверждая мнение сторонников диспозиционного подхода, повлияли на функционирование установившегося комплекса стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций.

Совпадающий выбор стратегий преодоления в стрессогенной ситуации значительных изменений в жизни с различной длительностью, на фоне выраженных диспозиционных компонентов жизнестойкости и саморегуляции, подтверждает мнение сторонников диспозиционного подхода, утверждающих, что стиль совладания относительно стабилен во времени и тесно связан с чертами личности, в частности, с ресурсами саморегуляции.

Заключение. Использование респондентами стратегий конфронтации, поиска социальной поддержки, бегства-избегания и принятия ответственности, с переживанием чувства вины и неудовлетворенности собой, являлись фактором развития непатологической психической дезадаптации. Стилиевые особенности осознанной саморегуляции выступали значимыми факторами выбора копинг-стратегий в преодолении стрессогенных ситуаций. В то же время, результаты корреляционного анализа показали, что преодолевающее поведение следует рассматривать как реакцию целостной личности. Подтверждением этого является наличие разносторонних и разнонаправленных корреляционных связей, образуемых копинг-стратегиями в системе личностной и смысловой регуляции, не меняющихся за время длительного стрессогенного воздействия. При этом копинг-стратегии выступают одновременно как в качестве способов личностной регуляции адаптационных процессов, так и способов организации её компонентов в структуре адаптационного ответа.

Заниженные показатели жизнестойкости влияли на формирование условно конструктивного копинга принятия ответственности и дезадаптивного – бегства-избегания, причем в острую фазу стресса данные копинги оказывали положительное влияние в процессе преодоления стресса, а в хроническую – занимали сугубо деструктивную позицию. Корреляционный анализ влияния саморегуляции и жизнестойкости на формирование стратегий преодоления экстремального стресса, не выявило различий в выборе копинг-стратегий в стрессогенные ситуации с различной длительностью (острый и хронический стресс). Таким образом, ресурсы саморегуляции, сформировавшиеся у респондентов молодого возраста, имели устойчивую позицию и, подтверждая мнение сторонников диспозиционного подхода, влияли на функционирование установившегося, на начальных этапах стресса, комплекса стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций.

Полученные данные о значимом влиянии ресурсов саморегуляции на формирование и переопределение продуктивности стратегий преодоления должны быть учтены при составлении программы психокоррекции и психопрофилактики лиц молодого возраста с непатологической психической дезадаптацией в условиях хронического стресса военного времени.



Спасибо за
внимание!