На правах рукописи

Утюганов Алексей Анатольевич

ОСОБЕННОСТИ СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ПЕРЕЖИВШИХ БОЕВОЙ СТРЕСС

Специальность – 19.00.01 –
«Общая психология, психология личности, история психологии»

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Томск – 2011

Работа выполнена на кафедре социальной психологии
и психосоциальных технологий
Государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования Кемеровского государственного университета

Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор Яницкий Михаил Сергеевич

Официальные оппоненты: доктор психологических наук, профессор Краснорядцева Ольга Михайловна

кандидат психологических наук Тараканов Антон Вениаминович

Ведущая организация: ГОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет»

Защита диссертации состоится «13» мая 2011 года в «16.00» на заседании диссертационного совета Д 212.267.16, учебный корпус № 4 при ГОУ ВПО Томского государственного университета по адресу: 634050, г. Томск, пр. Ленина 36.

С диссертацией можно ознакомиться в Научной библиотеке ГОУ ВПО «Томский государственный университет».

Автореферат разослан «12» апреля 2011 г.

Ученый секретарь диссертационного совета
доктор психологических наук, доцент Т.Г. Бохан

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Война является всесторонним испытанием для человека, оказывая сильнейшее психотравмирующее воздействие. Факторы боевой обстановки оказывают выраженное психотравмирующее воздействие на личность. Психические расстройства, связанные со стрессом во время боевых действий, являются важнейшим препятствием на пути адаптации к мирной жизни, когда на имеющееся, связанное с боевым стрессом расстройство, наслаиваются новые, связанные с социальной дезадаптацией военнослужащих. Признаки посттравматических стрессовых расстройств сохраняются на протяжении многих лет и даже десятилетий после участия в боевых действиях.

Исследования отечественных и зарубежных авторов не исчерпали проблему адаптации военнослужащих, переживших боевой стресс, а наоборот показали ее многомерность. В связи с этим социально-психологическая адаптация военнослужащих, переживших боевой стресс, представляет собой чрезвычайно актуальную проблему. Состояния адаптации и дезадаптации личности в постэкстремальный период тесно связаны со смысловой сферой военнослужащего, в которую заложен личностный адаптационный потенциал, позволяющий актуализировать позитивные возможности личности, сохранять благополучие и здоровье при участии в боевых действиях, с оптимизмом смотреть в будущее.

При этом боевой стресс традиционно изучается как проблема посттравматического стрессового расстройства в рамках психопатологии и стрессологии (В.А. Бодров, М.В. Леви, М.Ш. Магомед-Эминов, Ф.З. Меерсон, Н.Н. Пуховский, Е.В. Снедков, Н.В. Тарабрина и др.). Клиническая методология не принимает во внимание смысложизненной проблематики переживания боевого стресса. Отмечая недостаточность разработок этих вопросов и повышения к ним интереса ученых, М.Ш. Магомед-Эминов указывает, что назрела необходимость изучения влияния травматических событий на состояние человека в психологии личности. Появляются исследования стресса как «сверхадаптационного синдрома» (Т.Г. Бохан), в которых в русле тенденций постнеклассической психологии стресс приобретает онтологический статус и рассматривается как совокупность психологических проявлений, сопровождающих процесс саморазвития человека, в котором раскрывается его сверхадаптивная природа, нормотворческий гетеростазический характер.

Изучение смысловых компонентов переживания травматического события, в частности при потере близких, друзей сегодня находятся в фокусе внимания психологов, однако закономерности трансформации смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс, до настоящего времени изучены не в полной мере. Кроме того, актуальность изучения смысловых механизмов переживания боевого стресса определяется необходимостью разработки методов и технологий оказания помощи военнослужащим, сотрудникам органов внутренних дел, задействованным в военных конфликтах, а также многочисленным мирным гражданам, оказавшимся жертвами боевого стресса.

Объектом исследования выступает смысловая сфера личности, как психологическая структура, представленная в единстве индивидуальных особенностей процессов осмысления, динамики актуальных смысловых состояний и смысловых реакций на личностно значимые жизненные события.

Предметом исследования выступают особенности смысловой сферы личности в их взаимосвязи с переживанием военнослужащими боевого стресса.

Целью исследования является выявление особенностей смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс.

В основу работы были положены следующие **гипотезы:**

1. При боевом стрессе у военнослужащих осмысленность жизни может нарастать, снижаться или оставаться без изменений, причем направление этих изменений зависит от уровня осмысленности жизни до переживания боевого стресса.

2. Динамика актуального смыслового состояния при боевом стрессе может протекать по нескольким типам: позитивному (повышение осмысленности прошлого, настоящего и будущего), негативному (снижение осмысленности прошлого, настоящего и будущего) или смешанному; при этом любая динамика актуального смыслового состояния сочетается с более мягким переживанием боевого стресса, чем отсутствие динамики.

Задачи:

1. Проанализировать психологические подходы к изучению категории смысла в психологии, определить основные закономерности формирования и развития смысловой сферы.

2. Изучить переживание личностью стрессового события как фактора трансформации ее смысловой сферы, теоретически обосновать возможность изучения смысловой динамики при боевом стрессе.

3. Рассмотреть основные особенности психотравмирующих воздействий боевой обстановки на личность военнослужащего.

4. Определить психологические последствия участия военнослужащих в боевых действиях, заключающиеся в боевом стрессе и постстрессовых расстройствах.

5. Описать основные факторы и механизмы протекания боевого стресса, виды и формы психических последствий боевого стресса, выделить критерии и показатели диагностики боевого стресса.

6. Экспериментально изучить динамику смысловой сферы личности посредством изучения осмысленности жизни и актуальных психических состояний до и после переживания боевого стресса военнослужащими.

7. На основании результатов теоретического анализа и собственных экспериментальных данных выявить факты и закономерности смыслового переживания боевого стресса, сделать выводы и разработать рекомендации.

Теоретической и методологической основой исследования выступают:

1. Представления о смысловой сфере личности как вершинном и интегрирующем компоненте структуры личности, имеющем определяющее зна-

чение в восприятии жизненных событий и детерминации поведения, изложенные в трудах Л.И. Анцыферовой, Б.С. Братуся, Ф.Е. Василюка, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Д. А. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, В. Франкла.

2. Изложенные в исследованиях А.В. Серого представления об актуальных смысловых состояниях, как динамической характеристике смысловой сферы, определяющихся степенью осмысленности психологического прошлого, настоящего и будущего.

3. Отражающее методологические принципы постнеклассической психологии понимание стресса в единстве его адаптационной функции (как «общего адаптационного синдрома» в гомеостазическом подходе Г. Селье) и функции самореализации («сверхадаптационного синдрома» в гетеростазическом подходе Т.Г. Бохан). Понимание боевого стресса как многоуровневого процесса адаптационной активности человеческого организма в условиях боевой обстановки, сопровождаемого напряжением механизмов реактивной саморегуляции, изложенное в исследованиях Л.А. Китаева-Смыка, С.В. Литвинцева, М.Ш. Магомед-Эминова, Е.В. Снедкова.

Методы исследования. На различных этапах работы и при решении отдельных задач, поставленных в исследовании, применялся широкий спектр конкретных методов сбора фактического материала и его обработки. Достоверность результатов и выводов исследования обеспечивалась использованием стандартных экспериментальных планов, надежных и апробированных в отечественной психологии методов исследования, взаимопроверкой результатов, получаемых разными методами, а также применением методов математической статистики, содержательным анализом выявленных фактов и закономерностей.

В качестве методов сбора эмпирических данных использовались: методика изучения смысложизненных ориентаций (СЖО), разработанная Д.А. Леонтьевым на базе опросника жизненных целей Дж. Крамбо и Л. Махолика; реконцептуализированный тест СЖО, разработанный А.В. Серым на основе авторской структурно-функциональной модели системы личностных смыслов для изучения динамики смысловой системы; комплекс методик для диагностики психологических последствий боевого стресса – методика диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана, тест «САН», разработанный В.А. Доскиным, Н.А. Лаврентьевой, М.П. Мирошниковым и В.Б. Шарай, анкета оценки нервно-психической устойчивости, разработанная в ВМА имени С.М.Кирова, экспресс-диагностика доверия по шкале Розенберга.

При математической обработке экспериментальных данных использовались метод корреляционного анализа и сравнительного анализа с использованием критерия различия средних. Статистическая обработка проводилась с помощью программы Statistica 6.0.

База исследования и испытуемые. Исследование проводилось на базе войсковой части № 6607 внутренних войск МВД России в пункте постоянной дислокации в г. Кемерово и в пункте временной дислокации в республике Чечня, населенный пункт Ножай-Юрт в период с 2006 по 2008 гг. В исследовании

приняли участие 189 военнослужащих 27-го отряда специального назначения.

Научная новизна и теоретическая значимость настоящего исследования заключается в следующем:

1. Переживание боевого стресса рассматривается с позиции психологии личности путем изучения смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс, в отличие от традиционно используемого клинического подхода, в результате чего показана возможность применения методологических принципов постнеклассической психологии к проблеме, традиционно изучавшейся классическими методами.
2. Переосмыслены представления о боевом стрессе как разрушительном для личности факторе. Описаны факты положительного воздействия боевого стресса на военнослужащих, проявляющегося в прогрессивных изменениях смысловой сферы личности.
3. Расширено представление о функционировании системы личностных смыслов посредством установления факта позитивной динамики стрессового расстройства, сочетающейся со снижением осмысленности жизни, считающимся регрессивным изменением смысловой сферы; обоснованы психологические механизмы обнаруженного явления, заключающиеся в благотворном эффекте самого факта наличия смысловой динамики.
4. Предпринята попытка изучения смысловых детерминант боевого стресса, выявлены и описаны типы динамики смысловой сферы при переживании экстремального боевого опыта. Теоретические положения о смысловом переживании стресса уточнены и расширены за счет изучения его динамики при боевом стрессе у военнослужащих.
5. Расширены теоретические представления о психологических механизмах осмысления различных временных локусов смысла за счет обнаружения более высокой значимости осмысления психологического прошлого личности в преодолении постстрессовых расстройств у военнослужащих. Уточнено представление об адаптивной функции смысловой системы посредством обнаружения ведущей роли процессов осмысления прошлого в адаптации к последствиям боевого стресса.

Практическая значимость исследования. Полученные в ходе проведенного исследования результаты характеризуют индивидуально-психологические особенности военнослужащих, переживших боевой стресс, и могут быть использованы для:

- повышения эффективности психологической профилактики в отношении личностей, находящихся в состоянии посттравматического стресса;
- улучшения психологической помощи военнослужащим, пережившим боевой стресс;
- оптимизирования качества психодиагностической и реабилитационной работы с военнослужащими на разных стадиях постстрессового состояния;
- построения учебных курсов военных психологов, слушателей института повышения квалификации, осуществляющих подготовку специалистов – военных психологов.

Положения, выносимые на защиту:

1. Боевой стресс, как острая психическая реакция на участие в боевых действиях, может вызывать смысловые процессы, выражающиеся в изменении осмысленности жизни и актуального смыслового состояния, и указывающие на смысловое переживание личностью боевого опыта. Динамика осмысленности жизни при боевом стрессе может быть как отрицательной, так и положительной, и не соответствовать динамике других психологических последствий боевого стресса.

2. Смысловые процессы в отношении прошлого, настоящего и будущего личности по-разному связаны с тяжестью постстрессового состояния. Изменение осмысленности настоящего и будущего соответствует менее благоприятному постстрессовому состоянию, вне зависимости от повышения или снижения осмысленности. Адаптационная функция смысловой сферы личности при переживании боевого стресса реализуется в процессах осмысления прошлого, что проявляется в устойчивой взаимосвязи факта изменения осмысленности прошлого с более благоприятным постстрессовым состоянием, вне зависимости от повышения или снижения осмысленности.

3. Смысловая динамика при боевом стрессе у военнослужащих, выраженная в изменении уровня осмысленности жизни и актуального смыслового состояния, выступает личностным последствием переживания боевого опыта и определяется боевым и жизненным опытом военнослужащего, а также уровнем осмысленности жизни и типом смыслового состояния до участия в боевых действиях.

Публикация и апробация результатов исследования. Результаты и выводы настоящего исследования используются войсковым психологом отряда № 27 специального назначения войсковой части № 6607 внутренних войск МВД России, о чем имеется соответствующий акт внедрения; в практике учебной работы Новосибирского военного института ВВ МВД России имени генерала армии И.К. Яковлева, о чем также имеется соответствующий акт внедрения. Материалы диссертационного исследования докладывались и обсуждались на международных научных конференциях «Студент и научно-технический прогресс» (Новосибирск, 2005, 2009, 2010 гг.); на заседаниях кафедры социальной психологии и психосоциальных технологий Кемеровского государственного университета.

По материалам диссертации опубликовано 6 научных работ, в том числе 2 статьи в «Сибирском педагогическом журнале», включенном в перечень изданий, в которых ВАК РФ рекомендует публиковать результаты диссертационных исследований.

Объем и структура диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, включает 39 таблиц и 4 рисунка. Общий объем работы составляет 140 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обоснована актуальность темы исследования, сформулированы цель, задачи и гипотеза исследования, определены предмет и объект исследования, охарактеризованы практическая значимость работы, ее научная новизна и теоретическое значение, изложены основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Смысловая сфера личности и ее трансформация при переживании боевого стресса» изложены результаты анализа теоретических подходов к изучению категории «смысл» в психологии, теоретически обоснована возможность изучения смысловой сферы личности и ее трансформации в особых жизненных ситуациях. Также изучено состояние проблемы стресса в психологии, подходы к пониманию психологической специфики боевого стресса, факторов и механизмов протекания боевого стресса и постстрессовых расстройств у военнослужащих.

В результате теоретического анализа проблемы смысла применительно к проблеме ее трансформации при переживании боевого стресса сформулированы основные выводы, выступающие теоретическими положениями исследования:

1. Смысл (в широком понимании) является тем, в чем конституирует себя пристрастность человека, что позволяет человеку осуществлять выбор в пространстве возможностей, которые через смыслы презентуются человеку как свободному существу, разумно и ответственно реализующему себя, свои потенции и возможности. Смысл формируется в сознании всегда применительно к конкретным условиям, смысл связывает субъекта с ситуацией, в которой он находится («смысловое поле» Л.С. Выготского, «феноменальное поле» К. Роджерса, «жизненное пространство» К. Левина). Смысл является регулятором поведения самого высокого уровня (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, А.Н. Леонтьев и др.). Смысл является центральным системообразующим элементом открытой самоорганизующей системы человека, выполняющим функцию интеграции этой системы в системы более высокого уровня и, соответственно, сохранения ее целостности (Э.В. Галажинский, В.Е. Клочко, О.М. Краснорядцева). Смыслы образуют в сознании смысловые системы. В совокупности с личностными смыслами, смысловыми образованиями и другими смысловыми элементами психики, они образуют смысловую сферу личности.

2. Существует два основных подхода к пониманию стресса в психологии, обозначаемые как гомеостазический и гетеростазический. Гомеостазический подход, как классический и наиболее устоявшийся, основан на общеупотребимой концепции «общего адаптационного синдрома» Г. Селье, согласно которому стресс – это неспецифические черты (элементы) физиологических и психологических реакций организма, возникающих при всяких реакциях организма; в структуре стресса, как общего адаптационного синдрома, выделяется несколько субсиндромов – эмоциональный, вегетативный, когнитивный и социально-психологический. В гетеростазическом подходе – современном,

развивающемся в русле постнеклассических научных принципов – стресс изучается как «сверхадаптационный синдром», как необходимое условие саморазвития и самореализации человека (Т.Г. Бохан).

3. К последствиям стресса относятся временные или постоянные изменения в поведении человека. Стрессовые ситуации рассматриваются как факторы, вызывающие чрезмерную нагрузку на систему психологического саморегулирования и приводящие к развитию эмоционального напряжения. Ситуации, вызывающие психологический стресс, имеют чрезвычайно разнообразный характер. К ним относятся, в частности, экстремальные условия, в особенности у не привыкших к ним людей. Длительные, часто повторяющиеся фрустрации также могут вызвать состояние стресса. Стрессогенный характер того или иного воздействия обусловливается часто не только его содержанием, но и психологическими особенностями человека. Степень толерантности человека к различным воздействиям также неодинакова.

4. Под боевым стрессом понимается многоуровневый процесс адаптационной активности человеческого организма и личности в условиях боевой обстановки, сопровождающейся значительно превосходящими повседневный уровень по длительности и интенсивности психическими и физическими нагрузками, психогенными влияниями ранений, травм и заболевании, переживание наблюдаемых случаев гибели людей, сопровождаемый напряжением механизмов реактивной саморегуляции и закреплением специфических приспособительных психофизиологических и личностных изменений. Боевой стресс понимается как особая форма стресса, протекающая по всем закономерностям описанного Г. Селье общего адаптационного синдрома с одной лишь разницей – боевой стресс в большинстве случаев носит характер дистресса, причем отличающегося очень высокой, часто запредельной для организма, интенсивностью воздействия, и, поэтому, всегда сопровождается разного рода психическими расстройствами, как предпатологического, так и патологического характера.

Установлено, что психологические проявления боевого стресса в значительной степени зависят от характера боевых действий, длительности пребывания в боевой обстановке и интенсивности боев. Вследствие экстремального воздействия, боевой стресс возникает у любого человека, находящегося в условиях боевых действий.

5. К психическим последствиям боевого стресса относится большое многообразие реакций и состояний, изучающихся либо как специфические проявления психологических и психических расстройств, либо как неспецифический симптомокомплекс, связанный с переживанием психической травмы и экстремальных ситуаций в целом – посттравматическое стрессовое расстройство.

Вне зависимости от подхода к классификации психических расстройств, вызванных боевым стрессом, описываются некоторые общие психологические и психические изменения, свойственные постстрессовому состоянию: выраженная изменчивость настроения с экспрессивным выражением чувств на фоне напряжения, внутренней настороженности; стойкие изменения психических процессов, тревога, нарушение социальной адаптации; сущест-

венные сдвиги в нервно-психологической и личностной организации, в системе отношений; изменение содержательных и динамических характеристик жизнедеятельности личности.

6. Несмотря на преобладание негативных последствий боевого стресса, выделяют и его возможное позитивное влияние. Последствия экстремального опыта могут проявляться не только в эффективной реадаптации и адаптации к мирной жизни, но и в творческом развитии личности. Происходит формирование конструктивных, социальных, гуманистических личностных новообразований, понимание ценностей жизни, духовное развитие и рост личности. Позитивные психологические последствия экстремального боевого опыта относительно слабо изучены.

7. Переживание стрессового события является фактором трансформации смысловой сферы личности. Это сложноорганизованная деятельность субъекта, которая происходит на определенных уровнях функционирования психики и осуществляется комплексом психологических механизмов. Наиболее общими, генерализованными механизмами являются психологическая защита и совладание. Система личностных смыслов выполняет адаптационную функцию при переживании экстремальных ситуаций – формирование новых смысловых образований в экстремальной ситуации выступает механизмом адаптации к этой ситуации и позволяет впоследствии более мягко переживать ее.

8. Переживание осуществляется посредством рефлексии, осознанного смыслообразования и смыслового связывания, а также синхронизации временных локусов смысла, то есть одновременной актуализации смыслов времени в актуальном смысловом состоянии. Аспектами личностных смыслов и смысловых образований, способствующими переживанию травматического события, является ценностное отношение к прошлому травматическому опыту, способность индивида располагать события во временной перспективе, формировать смысловые связи между событиями разной временной отнесенности, интегрировать их в единый жизненный контекст.

Во второй главе «Теоретико-методологические основания изучения смысловой сферы личности при переживании боевого стресса» обсуждается возможность изучения смысловой сферы у военнослужащих при переживании боевого стресса, обосновывается выбор исходной теоретической концепции, утверждаются основные теоретические и методологические положения исследования, описывается база исследования, методы и методики.

Положенная в основу работы теоретическая модель смысловой сферы личности как динамической системы, разработанная А.В. Серым, подразумевает, что процесс осмысления какого-либо явления или объекта действительности осуществляется посредством синхронизации различных временных локусов. Актуальное смысловое состояние выступает механизмом функционирования системы личностных смыслов и рассматривается как форма переживания совокупности актуализированных, генерализованных смыслов, размещенных во временной перспективе (опыт, реальность, цели) относительно конкретных условий действительности. Актуальное смысловое состояние как процесс це-

лостного переживания человеком себя относительно окружающей действительности определяет адекватность поведения и эффективность деятельности индивида в конкретных жизненных условиях. В процессе актуализации временных локусов смысла осуществляется регуляция смыслов различных уровней системы, которые обусловливают разнообразные виды жизнедеятельности на различных этапах формирования и развития личности. Сама система носит динамический характер, в определенных жизненных ситуациях человек может функционировать на различных уровнях этой системы.

Анализируя проблему функционирования системы личностных смыслов в особых жизненных ситуациях, А.В. Серый говорит об «аверсивных условиях жизнедеятельности», опираясь на бихевиористское понятие «аверсивный стимул», под которым понимается нежелательное, вредное воздействие. Функционирование смысловой системы в аверсивных условиях обнаруживает ряд закономерностей. Существуют различные типы смысловых состояний, которые представляют различные варианты смыслового реагирования на аверсивные условия и выступают, таким образом, способами адаптации и (или) психологической защиты в аверсивной ситуации.

Таким образом, исходным теоретико-методологическим основанием нашего исследования выступает положение о том, что интегральной характеристикой смысловой сферы личности может выступать уровень осмысленности жизни (жизненного мира личности и себя в нем) в единстве психологического прошлого, настоящего и будущего. Состояние смысловой сферы личности в конкретный момент времени изучается как актуальное смысловое состояние, которое определяется открытостью субъективному сознательному переживанию временных локусов смысла – прошлого, настоящего и будущего. Уровень осмысленности прошлого, настоящего и будущего определяет тип смыслового состояния личности, который рассматривается как тип психологической защиты и способ адаптации, и, следовательно, может изучаться применительно к исследованию стресса как адаптационного и «сверхадаптационного» синдрома.

Далее описывается база, организация и методы исследования. Исследование организовано по принципу истинного эксперимента – обследование проводилось до и после участия в боевых действиях. Обследования проводились в пункте временной дислокации отряда спецназа в республике Чечня Ножай-Юртовского района в разное время, но в среднем за месяц до и через месяц после участия военнослужащих в боевых действиях. Одним из оснований эксперимента является теоретическое положение о том, что всякое участие в боевых действиях приводит к боевому стрессу. Поэтому все испытуемые, принявшие участие в исследовании, считались пережившими боевой стресс, поскольку все они исследовались в ситуации ведения боевых действий.

Поскольку исследование военнослужащих проводилось непосредственно в воинской части при несении военнослужащими военной службы, имелись существенные ограничения в выборе методов и методик исследования. Обследование военнослужащих проводилось в присутствии и при помощи во-

енного психолога воинской части с использованием методов и методик, разрешенных к применению при психологическом обследовании военнослужащих для решения практических диагностических и коррекционных задач.

В исследовании приняли участие 189 военнослужащих 27-го отряда специального назначения. Все испытуемые мужского пола, в возрасте от 19 до 34 лет (средний возраст по выборке – 23 года). Все испытуемые имеют как минимум по одной командировке в зоны ведения боевых действий (республика Чечня). Большинство испытуемых имеют одну командировку (командированные впервые и однократно) в зону ведения боевых действий (53%), 17% - две командировки, 30% - 3 и более командировок в зоны ведения боевых действий.

В третьей главе «Эмпирическое исследование особенностей смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс» приведены результаты эмпирического исследования военнослужащих, переживших боевой стресс в условиях реальных боевых действий.

Динамика психических состояний и уровня невротизации при боевом стрессе. Динамика психических состояний и невротизации при боевом стрессе оценивалась как изменение показателей по соответствующим методикам, достаточное для перехода из одной категории по шкалам методик (низкая, средняя, высокая) в другую. Например, улучшением уровня невротизации считался переход значений из категории «низких» до боевой командировки в категорию «средних» или «высоких» после боевой командировки.

Наиболее негативная картина наблюдается по показателю нервно-психической устойчивости (НПУ) – ухудшение НПУ после возвращения из боевой командировки зарегистрировано у 59,3% военнослужащих. Ухудшение по показателю уровня невротизации и психического состояния происходит у значительно меньшего количества военнослужащих (23,3% и 24,3% соответственно). Эти результаты показывают, что большинство военнослужащих действительно испытывают достаточно тяжелый стресс при участии в боевых действиях – на это указывает ухудшение НПУ, как показателя психофизиологического состояния, слабо поддающегося быстрому восстановлению, даже при эффективном совладании. При этом, не столь значительное ухудшение уровня невротизации и психического состояния свидетельствует об эффективности совладания у многих военнослужащих, как сознательной деятельности личности по переживанию и преодолению психотравмирующих последствий стресса.

Динамика осмысленности жизни при боевом стрессе. Наиболее важное значение в контексте нашего исследования представляют данные по динамике смысловых характеристик военнослужащих. Динамика общей осмысленности жизни выступает одной из составляющих смысловой динамики. Осмысленность жизни изучалась с помощью методики СЖО. Данные обработаны с помощью сравнительного анализа с использованием Т-критерия Стьюдента для зависимых выборок. Результаты представлены в таблице.

Таблица

Результаты сравнительного анализа данных по методике СЖО

Шкалы СЖО	«До»		«После»		p
	M	σ	M	σ	
ОЖ	109,16	15,79	101,35	16,01	<0,01
Цели	34,24	5,35	31,97	5,68	<0,01
Процесс	31,64	5,33	29,41	5,28	<0,01
Результат	27,75	4,68	25,48	4,58	<0,01
ЛК-Я	28,07	4,36	26,29	4,65	<0,01
ЛК-Жизнь	32,68	5,73	29,80	5,88	<0,01

По результатам сравнительного анализа обнаружены статистически значимые различия при высоком уровне достоверности ($p<0,01$) по всем шкалам методики СЖО. Результаты указывают на ухудшение показателей, как общей осмысленности жизни (ОЖ), так и осмысленности по каждому временному локусу (Цели, Процесс, Результат), а также локусам контроля «Я» (ЛК-Я) и «Жизнь» (ЛК-Жизнь) после переживания военнослужащими боевого стресса.

Несмотря на то, что в целом по выборке наблюдается отрицательная динамика осмысленности, среди испытуемых выявлены военнослужащие с нулевой и положительной динамикой осмысленности при переживании боевого стресса. Это позволяет предположить, что существуют различные варианты осмысления боевого опыта военнослужащими, что согласуется с теоретическими положениями нашего исследования. Для проверки этого предположения выборка была разделена на три группы в зависимости от изменения основной изучаемой смысловой характеристики – показателя общей осмысленности жизни (ОЖ) методики СЖО. К первой группе (Группа 1) мы отнесли испытуемых, у которых не наблюдалось значительного изменения ОЖ, к другой группе (Группа 2) – испытуемых, у которых наблюдалось значительное уменьшение ОЖ; еще одну группу (Группа 3) составили испытуемые, у которых произошло повышение ОЖ после командировки в зону боевых действий.

В Группу 1 (отсутствие значимой динамики осмысленности) попали 46 испытуемых (24,3%). Большинство испытуемых (Группа 2) характеризуются отрицательной динамикой осмысленности – 116 человек (61,4%). Группа 3 (с положительной динамикой) оказалась самой малочисленной – 27 военнослужащих (14,3%). Представляет интерес анализ процентного соотношения испытуемых с разным количеством боевых командировок в зависимости от типа смысловой динамики. Военнослужащие Группы 3 в целом более опытны – большинство имеют две и более боевых командировок (59,3%), тогда как военнослужащие Группы 1 и 2 в основном пребывали в местах ведения боевых действий впервые.

Была проанализирована динамика осмысленности жизни у групп испытуемых с изначально (до командировки) низкими, средними и высокими показателями ОЖ[1]. Анализ данных показывает, что у большинства испытуемых наблюдается отрицательная динамика вне зависимости от изначального уровня осмысленности. При этом, наиболее негативная картина наблюдается у группы испытуемых с изначально высокими показателями осмысленности – среди них у 75,9% произошло снижение осмысленности после боевого стресса, и лишь у 6% произошло ее повышение. Наиболее позитивная ситуация в группе с изначально средними показателями осмысленности – менее, чем у половины военнослужащих этой группы произошло ухудшение осмысленности (48,9%), у остальных – повышение (18,9%) или сохранение без изменений (32,2%). Группа испытуемых с изначально низкими показателями осмысленности отличаются разнонаправленными тенденциями – хотя и у большинства из них динамика отрицательная (56,3%), у значительной части, наоборот, происходит повышение уровня осмысленности жизни (31,1%).

Таким образом, Гипотеза 1 подтверждается – понижение осмысленности жизни выступает наиболее вероятной реакцией смысловой системы личности на боевой стресс, причем такая реакция наиболее вероятна у военнослужащих с изначально высокими показателями осмысленности жизни.

Динамика актуальных смысловых состояний. Актуальные смысловые состояния (АСС) рассматриваются как характеристика смысловой системы. Соответственно, динамика АСС выступает составляющей общей динамики смысловой сферы. Для анализа динамики АСС, данные СЖО были обработаны в соответствии с реконцептуализированной методикой СЖО А.В. Серого, в результате чего каждый испытуемый был отнесен к одному из 8 типов АСС.

Анализ изменения АСС после переживания боевого стресса указывает на существенное изменение типов АСС у военнослужащих. Особенно это касается крайних типов: количество испытуемых первого типа АСС (самого непродуктивного, когда осмысленность по всем временным локусам смысла низкая) увеличилось вдвое (с 18% до 36,5%), а количество испытуемых восьмого типа АСС (самого продуктивного, когда осмысленность по всем временным локусам смысла высокая) примечательным образом пропорционально уменьшилось (с 35% до 17,5%).

Для изучения соответствия между динамикой АСС и изменением показателей стресса был проведен анализ изменения показателей стресса (уровня невротизации, нервно-психической устойчивости, психического состояния) отдельно для каждого типа АСС.

Анализ результатов указывает на различия в динамике стрессовых показателей у испытуемых с разными типами АСС. По показателю уровня невро-

[1] Используются данные распределения ОЖ, полученного при стандартизации методики на репрезентативной выборке в 1299 испытуемых в исследовании А.В. Серого. За низкие принимаются значения, попадающие в нижний квартиль (ОЖ<88), за высокие – попадающие в верхний квартиль (ОЖ>113).

тизации наибольший процент испытуемых с ухудшением показателя наблюдается по типам 1 и 8, т.е. одновременно у наиболее негативного (Тип 1 – низкая осмысленность по всем смысловым локусам) и наиболее позитивного (Тип 8 – высокая осмысленность по всем смысловым локусам) типов АСС. Вероятно, в основе повышения уровня невротизации у этих типов АСС лежат разные психологические механизмы.

Наиболее мягко переживают боевой стресс испытуемые с третьим (открыт смысловой локус настоящего) и шестым (открыты смысловые локусы прошлого и будущего) типами АСС (ухудшение УН лишь у 5,9% и 10% соответственно. Ухудшение УН не отмечено у испытуемых 5 и 7 типов АСС, но количество испытуемых этих типов (по 1 испытуемому) не позволяет статистически интерпретировать результаты.

Динамика нервно-психической устойчивости в целом негативная по всем типам АСС без особых различий (от 57% до 70% испытуемых с ухудшением показателя). Несколько выделяется в лучшую сторону Тип 2 (высокая осмысленность прошлого) – 40% испытуемых с ухудшением НПУ.

В целом, анализ результатов показывает, что изменение показателей стресса варьируется между типами АСС незначительно. Это означает, что изменение типа АСС при переживании боевого стресса не столь очевидно соответствует изменениям уровня невротизации и психического состояния при переживании боевого стресса.

Отсутствие лежащего на поверхности ответа заставило нас обратиться к более глубокому анализу смысловой динамики боевого стресса, идея которого состоит в том, что основной результат и индикатор смыслового переживания стресса заключается не в изменении типа АСС, а в открытии или закрытии отдельных локусов смысла. Согласно концепции А.В. Серого, актуальное смысловое состояние характеризуется открытостью и закрытостью некоторых внутренних барьеров, позволяющих «проникать» в осмысление своего прошлого, настоящего и будущего; а динамика смыслового состояния как раз и заключается в «открытии» или «закрытии» тех или иных локусов смысла. Для проверки этого предположения мы проанализировали изменение временных локусов смысла у испытуемых и сопоставили типы этих изменений с показателями стресса.

Сначала были проанализированы варианты изменения по каждому смысловому локусу в отдельности. Результаты анализа динамики по смысловому локусу будущего указывают на незначительное изменение показателей стресса у испытуемых с разной динамикой смыслового локуса будущего. При этом все же наблюдается, хотя и слабая, тенденция, свидетельствующая о том, что любая динамика смыслового локуса (не важно, открылся или закрылся) сопровождается ухудшением показателей стресса. Например, по показателю уровня невротизации среди испытуемых без изменения локуса смысла, улучшение произошло у 16,2%, в то время как у испытуемых с закрывшимся в ходе переживания боевого стресса смысловым локусом будущего, улучшение УН

произошло всего у 7,1%, а у испытуемых, у которых смысловой локус будущего открылся, улучшения УН вообще не выявлено.

Изменение смыслового локуса настоящего разнонаправлено соотносится с динамикой показателей стресса. Так, по уровню невротизации наблюдается улучшение у большего числа испытуемых из тех, у кого открылся этот смысловой локус (22,2%), чем у тех, у кого он закрылся (18,9%) или остался без изменений (11%); данные по ухудшению УН подтверждают это наблюдение. Изменение же по показателям НПУ и САН, наоборот, свидетельствуют о том, что изменение смыслового локуса настоящего негативно влияет на последствия стресса.

По показателю уровня невротизации наблюдается еще более выраженное согласование с динамикой смыслового локуса прошлого. Так, из испытуемых, у которых произошло открытие смыслового локуса прошлого, у 21,4% наблюдается улучшение по показателю УН и лишь у 7,1% наблюдается ухудшение. Из испытуемых, у которых этот смысловой локус закрылся, у 15,2% наблюдается улучшение и у 15,2% - ухудшение. Из числа испытуемых без изменения в смысловом локусе прошлого, лишь у 12,4% наблюдается улучшение по показателю УН и у 27,9% - ухудшение. Наличие взаимосвязи изменений смыслового локуса прошлого и уровня невротизации подтверждается наличием статистически значимой ранговой корреляции Спирмена ($R=0,15$; $p=0,02$), а также критерием Хи-квадрат Пирсона ($p<0,01$).

Примечательно, и на это указывает как процентное распределение, так и корреляция, что закрытие смыслового локуса прошлого соответствует более положительной динамике стресса, чем сохранение смыслового локуса без изменения. Возможно, такой несколько парадоксальный результат получен потому, что динамика смысловых состояний анализируется по каждому временному локусу отдельно, не учитывая одновременные изменения по другим временным локусам. Для того, чтобы проверить это предположение и детально изучить динамику смысловых состояний и соответствующие ей изменения стрессовых состояний, был проведен более детальный анализ.

Поскольку изменение каждого локуса может происходить по трем вариантам (открылся, закрылся, остался без изменения) и временных локусов всего три, то комбинации этих изменений дают 27 теоретически возможных вариантов динамики АСС. В нашей выборке представлено 15 из 27 возможных вариантов динамики АСС. Из 7 вариантов негативной динамики АСС, когда происходит только закрывание временных локусов смысла, представлены все, причем негативной динамикой АСС при переживании боевого стресса отличаются наибольшее количество испытуемых (46%). Наиболее распространенные варианты негативной динамики АСС – закрытие смыслового локуса прошлого (11,6%) и закрытие одновременно смысловых локусов настоящего и будущего (10,6%).

Из 7 возможных вариантов позитивной динамики АСС в нашей выборке представлены 5. Не оказалось военнослужащих, у которых открылись бы одновременно все три смысловых локуса (переход из первого типа АСС в

восьмой в типологии А.В. Серого), а также у кого открылись бы одновременно смысловые локусы настоящего и будущего. Всего позитивная динамика АСС наблюдается у 10,6% испытуемых, наиболее распространенные варианты – открытие смыслового локуса прошлого (3,7%) и настоящего (3,7%).

Смешанная динамика АСС, хотя и характеризуется наибольшим количеством теоретически возможных вариантов, в нашей выборке оказалась представленной очень слабо (1,6%) – очевидно, это нетипичный способ смыслового реагирования военнослужащими на боевой стресс, и, вероятно, в целом менее распространенный вариант динамики АСС.

Далее было проанализировано изменение уровня невротизации (УН), как показателя уровня стресса, в зависимости от динамики АСС. Из испытуемых с нулевой динамикой АСС – 31,6% отличаются ухудшением УН после боевой командировки, что означает повышение уровня невротизации, наиболее вероятной причиной которого является высокий уровень боевого стресса. На фоне других вариантов динамики АСС такое количество испытуемых с повышением уровня невротизации является высоким. Это означает, что отсутствие динамики АСС после переживания боевого стресса отражается на состоянии военнослужащих в среднем более негативно, чем наличие любой динамики АСС.

На этапе планирования исследования мы предполагали, что негативная динамика АСС соответствует непродуктивному совладанию со стрессом и приводит, если и не к ухудшению психического состояния, то, по крайней мере, не способствует его улучшению, и наоборот. Полученные же результаты указывают на совершенно другую, весьма неожиданную закономерность. Наиболее пагубной для совладания с последствиями боевого стресса оказывается отсутствующая динамика АСС, т.е. отсутствие любого переосмысления военнослужащим своего прошлого, настоящего и будущего. Отрицательная же динамика АСС, которая, в соответствии с концепцией А.В. Серого, должна пониматься как регресс в развитии, редукция развития смысловой сферы, в случае с переживанием боевого стресса выступает более эффективным механизмом совладания, нежели отсутствие динамики. Этот факт, в целом, подтверждает положения нашей Гипотезы 2.

Более того, некоторые варианты негативной динамики АСС выглядят более эффективными при боевом стрессе, чем варианты позитивной динамики. Так, закрытие у военнослужащего смыслового локуса прошлого и временного локуса настоящего сочетаются с ухудшением стрессового состояния только у 8,3% испытуемых и выступают в нашей выборке одними из наиболее эффективных вариантов смыслового переживания боевого стресса.

Расчет средних процентов для групп позитивных и негативных вариантов динамики указывает на тот же факт – отрицательная и положительная динамика АСС сочетается с приблизительно одинаковыми долями испытуемых с ухудшением уровня невротизации.

Наибольшее количество испытуемых с ухудшением постстрессового состояния регистрируется среди военнослужащих с отсутствием динамики

АСС (31,6%). При отрицательной или положительной динамике АСС ухудшение состояния после боевого стресса отмечается у значительно меньшей доли испытуемых – 18,4% и 15% соответственно. Отметим, что при положительной динамике АСС картина все же несколько лучше, чем при отрицательной, хотя различие находится в пределах статистической погрешности. И, наконец, несмотря на то, что военнослужащих со смешанной динамикой АСС оказалось всего 3 человека, но ни один из них не отличается ухудшением состояния после боевого стресса. Разумеется, результат, полученный на изучении столь малого количества испытуемых не позволяет нам утверждать, что смешанный вариант динамики АСС является наиболее продуктивным, но мы имеем основания отметить такую тенденцию и сделать соответствующее предположение, которое может быть проверено в отдельном исследовании.

Наибольшая доля испытуемых с ухудшением УН регистрируется при закрытии временных локусов настоящего и будущего одновременно (37,5%). Ранее, при анализе динамики по каждому временному локусу смысла, уже отмечалось, что смысловой локус прошлого существенно отличается от двух других по своему положительному влиянию на улучшение постстрессового состояния. Вне зависимости от того, происходит ли закрытие или открытие смыслового локуса прошлого, уровень невротизации (стресса) улучшается у наибольшего числа испытуемых, чем при динамике по другим временным локусам – динамика по локусам настоящего и, особенно, будущего значительно менее позитивно сказывается на картине стресса. Следовательно, вполне логично, что при одновременной динамике сразу по двум, и без того более проблемным, смысловым локусам – настоящего и будущего, у наибольшего по всей выборке количества испытуемых наблюдается ухудшение стрессовых показателей. Таким образом, тот факт, что вариант смысловой динамики, связанный с одновременным закрытием временных локусов настоящего и будущего, выбивается из общей картины, лишь доказывает, что смысловой локус прошлого имеет особое положительное значение для динамики боевого стресса.

В заключении диссертации формулируются следующие основные выводы и рекомендации:

1. Смыслы образуют в сознании смысловые системы. В совокупности с личностными смыслами, смысловыми образованиями и другими смысловыми элементами психики, они образуют смысловую сферу личности. Интегральной характеристикой смысловой сферы личности может выступать уровень осмысленности жизни (жизненного мира личности и себя в нем) в единстве психологического прошлого, настоящего и будущего. Состояние смысловой сферы личности в конкретный момент времени выступает как актуальное смысловое состояние, которое определяется открытостью субъективному сознательному переживанию временных локусов смысла – прошлого, настоящего и будущего.

2. Стресс изучается в психологии по двум основным направлениям, которые можно обозначить как гомеостазический и гетеростазический подходы. Гомеостазический подход, как классический и наиболее устоявшийся, ос-

нован на общеупотребимой концепции «общего адаптационного синдрома» Г. Селье, согласно которому стресс – это неспецифические черты (элементы) физиологических и психологических реакций организма, возникающих при всяких реакциях организма. В гетеростазическом подходе – современном, развивающемся в русле постнеклассических научных принципов – стресс изучается как «сверхадаптационный синдром», как необходимое условие саморазвития и самореализации человека.

3. Под боевым стрессом понимается многоуровневый процесс адаптационной активности человеческого организма и личности в условиях боевой обстановки, сопровождающейся значительно превосходящими повседневный уровень по длительности и интенсивности, психическими и физическими нагрузками, психогенными влияниями ранений, травм и заболевании, переживание наблюдаемых случаев гибели людей. Установлено, что психологические проявления боевого стресса в значительной степени зависят от характера боевых действий, длительности пребывания в боевой обстановке и интенсивности боев. Вследствие экстремального воздействия, боевой стресс возникает у любого человека, находящегося в условиях боевых действий.

4. Переживание стрессового события может выступать фактором трансформации смысловой сферы личности. Это сложноорганизованная деятельность субъекта, которая происходит на определенных уровнях функционирования психики и осуществляется комплексом психологических механизмов. Наиболее общими, генерализованными механизмами являются психологическая защита и совладание. Система личностных смыслов выполняет адаптационную и «сверхадаптационную» функции при переживании экстремальных ситуаций – изменения в смысловой сфере личности в экстремальных ситуациях позволяют впоследствии более мягко их переживать.

5. Переживание боевого стресса у военнослужащих сочетается с изменениями смысловой сферы их личности. Этот факт свидетельствует о том, что стресс и стрессовые расстройства не могут и не должны изучаться лишь на уровне психотических и невротических нарушений, и рассматриваться с лишь с позиций психопатологии. Выявленный факт смыслового переживания боевого стресса подтверждает базовые методологические установки современной психологии на понимание психики как целостной, открытой и самоорганизующейся системы, способной лишь к целостному включению всеми без исключения своими элементами во внешние условия.

6. Смысловые изменения происходят у большинства военнослужащих, переживших боевой стресс, а у многих эти изменения носят характер интенсивных и острых. Это подтверждает, что боевой стресс и вообще опыт участия в боевых действиях является особым типом экстремального жизненного опыта, способного вызывать совершенно несвойственные нормальным условиям жизни внезапные изменения в смысловой сфере личности.

7. Динамика осмысленности при переживании боевого стресса может быть как негативной, так и позитивной. Несмотря на то, что случаев позитивной динамики выявлено значительно меньше, чем негативной, это согласуется

с изученными ранее особенностями переживания боевого стресса, выступающими теоретическими положениями нашего исследования, о том, что личностные изменения при стрессе могут быть как регрессивными, так и прогрессивными. Негативная смысловая динамика чаще наблюдается у военнослужащих, впервые участвующих в боевых действиях. Это вполне объяснимо, поскольку шокирующие реалии боевых действий наиболее вероятно вызывают у новобранца активизацию защитных психологических механизмов, которые проявляются в виде утраты способности личности к открытому восприятию и переживанию внешнего опыта, а в смысловой сфере, в терминологии А.В. Серого – к закрытию границ между осмысленностью прошлого, настоящего и будущего, что приводит, как минимум, к временной дезинтеграции смысловой системы личности.

8. Наиболее важным, на наш взгляд, результатом исследования выступает обнаруженный факт сочетания любой динамики смысловых состояний с более мягким переживанием боевого стресса. Это означает, что военнослужащие, у которых по тем или иным причинам не активизируется смысловая динамика при переживании боевого опыта, переносят стресс в среднем тяжелее, более подвержены посттравматическим стрессовым расстройствам и прочим постстрессовым нервно-психическим нарушениям. Это позволяет предположить, что смысловое переживание боевого стресса выступает способом совладания с его последствиями, важным компонентом внутренней работы личности по интеграции экстремального боевого опыта в индивидуальную картину мира, систему ценностей и отношений личности.

9. Динамика по различным временным локусам смысла (прошлое, настоящее и будущее) сочетается с различной интенсивностью постстрессового расстройства. Это означает, что временные локусы смысла имеют разное значение и «вес» в смысловой динамике при переживании боевого стресса. Наибольшее значение имеет осмысленность прошлого - военнослужащие со смысловой динамикой по временному локусу прошлого (не важно с положительной или отрицательной) отличаются более благоприятной картиной невротических последствий боевого стресса. Значительно хуже постстрессовое состояние у военнослужащих с динамикой по временному локусу настоящего и будущего, а наиболее неблагоприятная ситуация – у военнослужащих с одновременной динамикой по временным локусам настоящего и будущего.

10. Обнаруженные закономерности позволяют учитывать смысловую динамику при психодиагностической и психокоррекционной работе с последствиями боевого стресса. Так, выявленная низкая или высокая осмысленность жизни при дослужебном обследовании, позволяет сформировать «группу риска» - военнослужащих с большей вероятностью тяжелого переживания боевого стресса. Уровень осмысленности жизни и тип актуального смыслового состояния относительно просты в психологической диагностике, даже в полевых условиях. На наш взгляд, можно рекомендовать практическим психологам проводить такую диагностику военнослужащих, участвующих в боевых действиях, с целью мониторинга динамики этих основных смысловых характеристик.

Исходя из результатов нашего исследования, отсутствие изменения смысловых характеристик после участия в боевых действиях по сравнению с добоевым уровнем, особенно, для участвующих в боевых действиях впервые, означает непродуктивное переживание боевого стресса, требующее коррекционной работы со смысловой сферой военнослужащего. Выраженное переосмысление настоящего и будущего также может выступать индикатором более тяжелого переживания боевого стресса.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях:

Статьи, опубликованные в журналах, рекомендованных ВАК РФ

1. Утюганов А.А. Ценностно-смысловой аспект изучения боевого стресса / А.А. Утюганов // Сибирский педагогический журнал. - 2009. – №13. - С. 345-353.
2. Утюганов А.А. Смысловые компоненты переживания боевого стресса / А.А. Утюганов // Сибирский педагогический журнал. - 2011. – №3. - С. 255-266.

Публикации в других научных изданиях

3. Утюганов А.А., Костоусов А.Г. Влияние стрессовых ситуаций на психологическое состояние военнослужащих / А.А. Утюганов, А.Г. Костоусов // Материалы XLIII международной научной конференции «Студент и научно-технический прогресс». – Новосибирск, 2005. - С. 96-97.
4. Утюганов А.А. Ценностно-смысловые составляющие последствий боевого стресса / Утюганов А.А. // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2007. - №1(29). – С. 81-84.
5. Утюганов А.А. Ценностно-смысловой аспект изучения боевого стресса / А.А. Утюганов // Материалы XLVII международной научной конференции «Студент и научно-технический прогресс». – Новосибирск, 2009. - С. 161-162.
6. Утюганов А.А. Исследование смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс / А.А. Утюганов // Вестник Кемеровского государственного университета. - 2010. – №2(42). – С. 69-73.

Подписано в печать 11.04.2011 г.

1,4 п.л. Тираж 100 экз.

Отпечатано в типографии Новосибирского военного института
ВВ МВД России