

К ВОПРОСУ ВЛИЯНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОТРАВМИРУЮЩИХ ФАКТОРОВ НА ЛИЧНОСТНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЖИТЕЛЕЙ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Луганск, Российская Федерация

Понятие личностного здоровья появилось в психологии благодаря А. Маслоу, который рассматривал личностно здорового человека как имеющего мотивацию к личностному росту, самоактуализации, стремлению к здоровью, поиску идентичности и автономии, потребностью в совершенстве. Жители Луганской Народной Республики, находясь в депрессивной социальной и экономической среде жизнедеятельности, испытывают высокий уровень стресса. Повышение стрессогенности связано с изоляцией, боевыми действиями, распространением новой коронавирусной инфекции, идеологией высоких достижений, что предъявляет жесткие требования к психологическим ресурсам жителей республики. В данном контексте большое значение приобретает возможность совладания личности со стрессами, поведение в конфликтных, фрустрирующих и жизнеугрожающих ситуациях. К развитию личностной патологии может привести неправильная переработка человеком эмоций страха и тревоги, формирование механизмов психологической защиты, наличие определенных черт характера или акцентуаций.

Однако в изученной современной литературе было обнаружено крайне мало результатов исследований, посвященных влиянию современных стрессов, включая стрессы военного времени, на личностное здоровье населения. Поэтому, представляется важным проведение данной научно-исследовательской работы.

Цель исследования: оценка влияния современных психотравмирующих факторов на личностное здоровье жителей Луганской Народной Республики.

Материал и методы исследования. На добровольных условиях выполнено анкетирование и опрос 528 человек, проживающих в г. Луганске, среди них 317 мужчин и 211 женщин не состоящие на учете у психиатра, обратившиеся в ГУ «Луганская республиканская клиническая психоневрологическая больница» ЛНР по поводу профилактического осмотра. При этом анкетированными лицами в письменной форме было дано согласие на использование данных научного исследования в обобщенном виде для последующего их применения в научных целях. Анкета включала всего 67 вопросов и состояла из нескольких разделов, одним из которых (раздел VII) являлись вопросы, характеризующие влияние различных современных стрессов на личностное здоровье. В процессе анкетирования, выполняемого в присутствии врача-психиатра, врачом проводилось собеседование индивидуально с каждым лицом с разъяснением возникающих вопросов и уточнением ответов респондентов. Из экспериментально-психологических методик применялись методика диагностики самооценки психических состояний по Г. Айзенку и методика «Индекс Жизненного Стиля» Р. Плутчика и Х. Келлермана.

Результаты исследования и их обсуждение. Математическая обработка исследуемых показателей выявила согласно анкете образа жизни наличие значительного воздействия стрессоров у жителей ЛНР, связанных с боевыми действиями и распространением новой коронавирусной инфекции. Наиболее выраженную тревогу и беспокойство $71,97 \pm 1,95$ % исследуемых связывали непосредственно с боевыми действиями («страх смерти», «беспокойство за близких», «переживаю, что останусь без жилья»); $20,07 \pm 1,74$ % переживали по поводу расставания с близкими; $7,95 \pm 1,07$ % потеряли близких во время боевых действий. Повышенный уровень стресса из-за соблюдения самоизоляции в период коронавирусной инфекции, социального дистанцирования или страха за своё здоровье и здоровье близких отмечалось у $41,09 \pm 1,14$ % опрошенных. По тесту Айзенка был выявлен наибольший процент средних показателей тревожности и фрустрации у $64,93 \pm 2,28$ % женщин, средних показателей тревожности и агрессивности у $45,11 \pm 1,79$ % и $17,98 \pm 1,15$ % мужчин соответственно; средних показателей ригидности у $14,96 \pm 1,55$ % мужчин и женщин. Согласно методике «Индекс Жизненного Стиля» наиболее часто используемыми видами психологических защит были: вытеснение — у $64,96 \pm 2,07$ % испытуемых, отрицание и

компенсация — у $31,81 \pm 2,03$ % испытуемых, замещение и проекция — у $14,96 \pm 1,55$ % респондентов (учитывая сочетание нескольких видов психологических защит у исследуемых). При сопоставлении обеих методик оказалось, что тревожные личности чаще использовали такие защитные механизмы как вытеснение и отрицание, посредством которых неприемлемые для личности желания, мысли и чувства, вызывающие тревогу, становились бессознательными. Лица с высокими или средними показателями агрессивности, чаще использовали проекцию, чтобы оправдать своё поведение или замещение, направленное на близких людей для разрядки подавленных эмоций. Компенсацию использовали респонденты с фрустрацией, стремясь обрести устойчивость в настоящем за счет прошлого. Рационализацией пользовалось большинство испытуемых с низкими показателями тревоги и фрустрации. При сопоставлении методик описания самооценки психических состояний по Г. Айзенку и анкеты образа жизни, было выявлено, что лица, подвергшиеся высоким уровням стресса, были более склонны к тревожности, фрустрации и агрессивности.

Выводы. Таким образом, можно сделать вывод, что жители ЛНР, находясь в депрессивной социальной и экономической среде жизнедеятельности, испытывают высокий уровень стресса. В результате проведенного исследования было выявлено, что наиболее сильными стрессовыми факторами для населения являются боевые действия и распространение новой коронавирусной инфекции, что привело к повышенному психоэмоциональному напряжению и развитию различных психологических защит у жителей республики. Поэтому, одной из самых актуальных проблем психогигиены является повышение стрессоустойчивости жителей к действию постоянно присутствующих сверхсильных психотравмирующих факторов. Актуальным является усовершенствование работы с населением психологов и психотерапевтов (в том числе, в больницах соматического профиля), а так же применение современных психотерапевтических методик: различные виды арт-терапии (изобразительное искусство, кино- и музыкотерапия), релаксационные методики, гипнотерапия, телесно-ориентированная терапия, методики совладания со стрессом и пр.

Вильдгрубе С.А.¹, Фирсова Г.М.²

СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ И ЗАЩИТНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПАЦИЕНТОВ ПРИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВАХ РАЗНОГО ТИПА

¹Федеральное государственное бюджетное учреждение «Институт неотложной восстановительной хирургии им. В.К. Гусака» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Донецк, Российская Федерация

²Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Донецк, Российская Федерация

Актуальность. В современном мире, переполненном новыми технологиями и количеством информации, на человека в значительной мере начинают действовать повышенные психические нагрузки и стрессовые ситуации. Ежедневно люди сталкиваются с большим количеством напряженных, конфликтных, неопределенных ситуаций, вызывающих общую неспецифическую реакцию организма, т.е. стресс. Вследствие этого увеличивается нагрузка на психические адаптационные механизмы, которые позволяют преодолевать проблемные ситуации и снижать психическое напряжение.

Цель исследования - изучение совладающего поведения и защитных психологических механизмов пациентов с психосоматическими расстройствами разного типа. Объектом данного исследования является совладающее поведение и защитные механизмы личности. Предметом – совладающее поведение и защитные механизмы личности пациентов, страдающих психосоматическими расстройствами. В ходе исследования нами были выдвинуты следующие гипотезы: у лиц, страдающих психосоматическими расстройствами, преобладают дезадаптивные варианты совладания со стрессом и более примитивные защитные механизмы; у психосоматических боль-